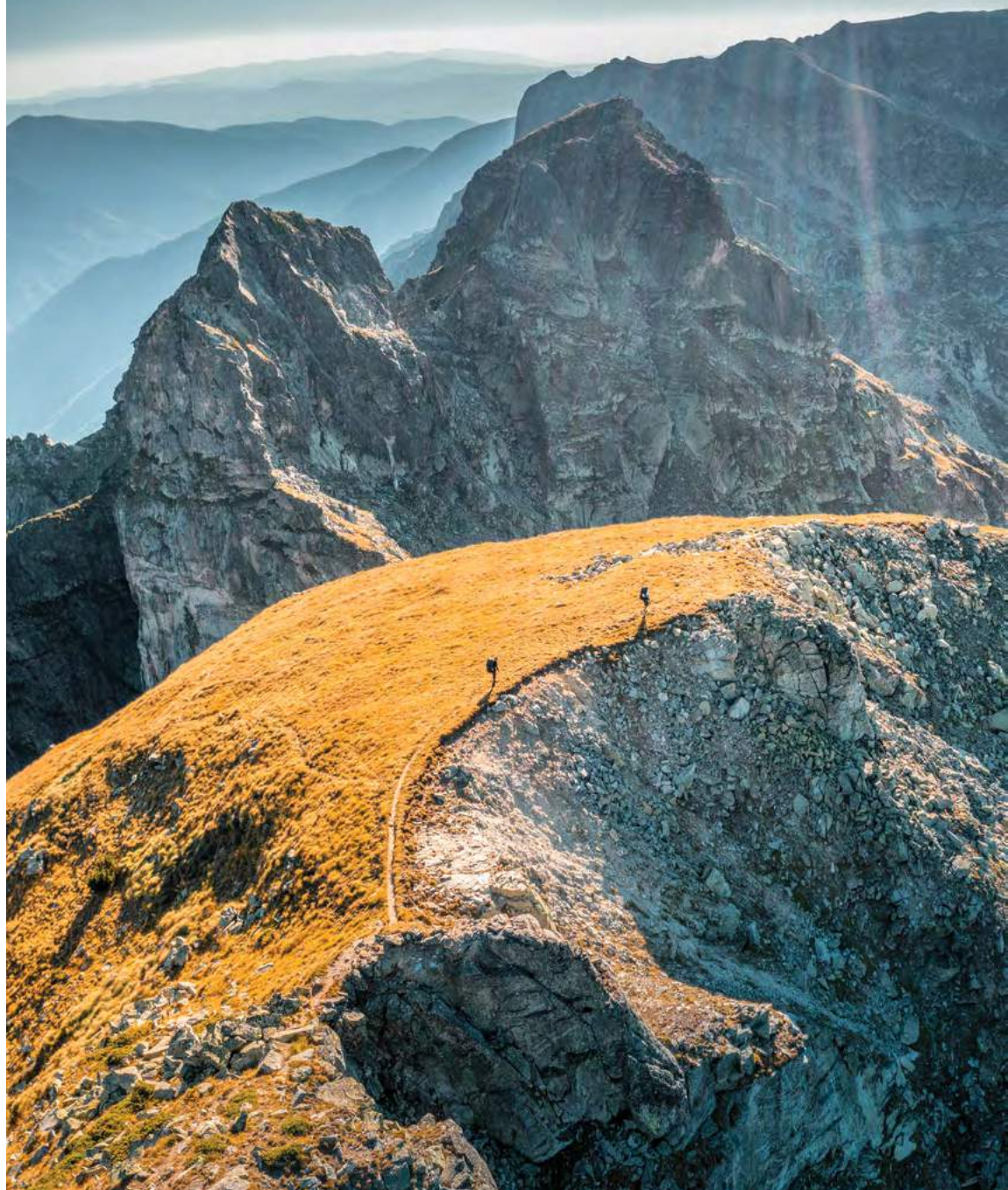


БЪЛГАРИЯ

ПРИКЛЮЧЕНСКИ ТУРИЗЪМ



БЪЛГАРИЯ

ПРИКЛЮЧЕНСКИ ТУРИЗЪМ



bulgariatravel.org



360mag.bg



ODYSSEIA-IN
ADVENTURE & CULTURAL TRAVEL

hiking-bulgaria.com



stenata.com

СЪДЪРЖАНИЕ

- АКЦЕНТИ -

- 6 ОТ МОРЕТО ДО ПЛАНИНАТА
- 8 ЧЕТИРИ СЕЗОНА



- ВОДА -

12 РЕКИ

- 14 Рафтинг
- Струма

- 16 Каякинг
- Арда

- 18 Водопади
- 19 Каньони

20 ЕЗЕРА И ЯЗОВИРИ

- Ледено езеро
- яз. Искър

22 МОРЕ

- 24 Ветроходство
- 25 Гмуркане
- 26 Сърф, Кайт/ Уиндсърф
- 27 Уейкборг
- 28 Скокове от скали
- 29 Deep water soloing



- ПЛАНИНИ -

32 ПРИРОДНО МНОГООБРАЗИЕ

34 ХИЖИ И ПЛАНИНСКИ СПОРТНИ ЦЕНТРОВЕ

- Мальовица
- Белмекен

36 ТРЕКИНГ И ПРЕХОДИ

- Е3 Ком Емине
- Е4 „Високият път“ на балканите
- Е8 Рила - Родопи

41 ПЛАНИНСКО БЯГАНЕ

42 КАТЕРЕНЕ

- Враца
- Лакатник
- Карлуково

48 Виа ферата

49 Боулдър

50 Алпинизъм

51 Тролей

52 Стени за катерене/ приключенски паркове

54 ПЕЩЕРИ

- Съева дупка
- Деветашка пещера
- Снежанка



- КОЛОЕЗДЕНЕ -

58 ШОСЕЙНИ И ПЛАНИНСКИ

МАРШРУТИ С МАРКИРОВКА / ТРАКОВЕ

- Рудопия
- Трансродопски маршрут
- Белоградчик

62 БАЙК ЦЕНТРОВЕ



- СНЯГ -

66 АЛТЕРНАТИВНИ КУРОРТИ/ СКИ ЗОНИ

- Скизона „Добринище“
- Курорт „Бодрост“

68 СКИ ТУРИНГ / СВОБОДНО КАРАНЕ

- Витоша

70 ЗИМНИ ПРЕХОДИ

71 SNOWKITE

- ВЪЗДУХ -

74 ПАРА/ ДЕЛТАПЛАНЕРИЗЪМ

- Сопот

75 СКОКОВЕ С ПАРАШУТ

- Монтана

76 БЪНДЖИ

77 БАЛОН



- ПРИРОДА -

80 ЗАЩИТЕНИ ТЕРИТОРИИ

82 ПТИЦИ

83 ЖИВОТНИ

84 ГОРИ, ДЪРВЕТА

- Гранитския дъб
- Байкушевата мура

86 КОНЕН ТУРИЗЪМ

88 УЧЕНИЧЕСКИ ЛАГЕРИ / ЗЕЛЕНИ УЧИЛИЩА

- Чатъма

- ПОЛЕЗНА ИНФОРМАЦИЯ -

90 ПСС

92 ТУРИСТИЧЕСКИ ИНФОРМАЦИОННИ ЦЕНТРОВЕ

94 ИНДЕКС

96 ПЛАНИНСКО ВОДЕНЕ



ОТ МОРЕТО ДО ПЛАНИНАТА

200 km

обща дължина на
плажните ивици

наг **340**

официални природни
забележителности

повече от
50

зимни и летни
курортни селища

повече от
200
хижи и заслони

37 върха
наг **2700 m**

TO SUMMIT

SEA

повече от
90 реки

наг
300
езера

Най-високите върхове и някои от най-труднодостъпните и красиви места на планетата вече са в списъка на всяка туристическа агенция. След хилядолетия свободно номадство, завоевателни походи, мисионерство, смели изследователски експедиции и алпинизъм, светът сложи на цялото това брауново движение етикета

приключенски туризъм. Загхващ се от липсата на пространство, индивидът-пътешественик търси своето изключително място - някой спиращ дъха скален отвес, където да закачи хамака си, да направи както в стари времена своя... вигвам, обграден от най-близките си, и очи в очи с мечтите си. И още - място или

пътуване, които да го обогатят далеч от глобалната мешавица, където да се срещне с автентична, гостоприемна и различна местна култура. Място или стил на живот, които да отговорят на неговата все по-противоречива и егоцентрична натура. Намерете себе си. Изгубете се в България!

ЧЕТИРИ СЕЗОНА

ПРОЛЕТ

Рафтинг
Къмпинг
Планинско бягане
Наблюдение на птици

ЕСЕН

Трекинг
Сърф
Катерене
Колоездене

ЗИМА

Ски
Сноуборд
Ледено катерене
Алпинизъм

ЛЯТО

Ветроходство
Скокове във вода
Гмуркане
Каяк



От останките на кораби от Античността, по дъното, на подстъпите на измамно спокойните брегове на Черно море, през меките гористи хълмове на планините в Източна България, кръстосвани в продължение на хилядолетия от траки, римляни, гърци, варвари и рицари, до скалните венци и катедрали на Белозградчик и Враца

и поднебесните върхове на Рила и Пирин, България е невероятен избор. Нещо повече: през зимата пътешественикът ще се срещне с кукерите; през пролетта ще може да се включи в беритба на розов цвят в Розовата долина; през лятото, из дъхавите поляни на Родопите и Стара планина, ще може да бере билки; а през есента

ще стане свидетел на впечатляващата миграция на стотици хиляди птици по пътя от Северна Европа към Африка, ще прави люленица и ще опита младото вино. Четири сезона, пълни с възможности за приключения за ценители и заклетите номади.

ВОДА

12 РЕКИ

14 Рафтинг

📍 Струма

16 Каяк

📍 Арда

18 Водонаги

19 Каньони

20 ЕЗЕРА И ЯЗОВИРИ

📍 Леденото езеро

📍 яз. Искър

22 МОРЕ

24 Ветроходство

25 Гмуркане

26 Сърф и уейкборд

27 Кайт/ уиндсърф

28 Скокове от скали

29 Deep Water solo

► По протежение на над 900 km, България граничи с вода. Открояват се - река Дунав с цели 470 km (от общо 2850 km) и брега на Черно море с 387 km.

РЕКИ

@ moew.government.bg

Министерство на Околната среда
и Водите

► Българските реки имат два водосборни басейна.
Вливат се в Черно или Егейско море.

На територията на страната текат над 540 реки. 32 от тях са с дължина над 100 км. Най-големите са - Дунав, Искър (368 км), Тунджа (350 км), Марица (322 км), Осъм (314 км), Струма (290 км). Много от реките извират и преминават през планински райони с красиви ждрела, което ги прави подходящи за различни активности, както за семейства, така и за по-авантюристично настроените.

 **Речни активности**
преходи, каньонинг,
къмпинг, рафтинг, каяк и
риболов.

 **Речни локации**
р. Искър - Лакатник, р.
Арда - районът на Дявол-
ския мост, Рилска река, р.
Бели Вит, р. Черни Вит, р.
Места, р. Велека, Русенски
лом, река Искър (Искър-
ското дефиле). Каяк по
бързеи - р. Манастирска
(Рила), устието на р.
Камчия, р. Янтра
(гр. Бяла), р. Тунджа
(Елхово) и др.





Струма, фотографии: Adventure Net

РАФТИНГ

► Ежегодно в края на март, за откриването на сезона, се организира Outdoor & White Water Fest.



Рафтинг в България се практикува на няколко места, като най-популярните са дефилето на река Струма, Искърският пролом, каньонът на Русенски Лом и долината на река Арда. Страната разполага с добре развита мрежа от рафтинг центрове, клубове и специалисти. Те допринасят за популяризирането на спорта като туристическа услуга, както и по отношение на състезанията и спортните прояви.

Места за рафтинг
р. Искър - Лакатник,
р. Арда - районът на
Дяволския мост, Рилска
река, р. Бели Вит, р. Черни
Вит, р. Места, р. Велека,
Русенски лом.

@ kresna.org - сайт с
полезна информация

www.bulgariatravel.org

Струма, фотография: Иван Добрев

Струма

Струма извира от 2246 м н.в., под връх Черни връх (2290 м) във Витоша, и преминава покрай двете най-високи планини Рила и Пирин. Водите ѝ текат и покрай подземен карстов лабиринт, образуващ най-дългата пещера в България - Духлата. Реката е най-популярната дестинация за практикуването на рафтинг в страната. Комерсиалният и спортен рафтинг по Струма е отлично развит. По реката има няколко спортни клуба, а оборудвани рафтинг бази съществуват и в района на Кресна и Симитли. Оттам

може да се наеме екипировка и гидове за трасетата за напреднали. До град Кресна има и специализиран рафтинг къмпинг, снабден с необходимата инфраструктура, и приключенски парк с различни атракции. Кресненското дефиле на Струма предлага едно от най-техничните трасета на Балканите, с обща дължина 18 км. Самата река е pool drop, клас 3-4 - редуват се бързеи със спокойни места. Тук се провеждат ежегодни състезания, включително международни.

Още информация за мястото

По течението на реката са разположени десетки природни, археологически, архитектурни и туристически забележителности - живописните скали в Земенския, Скринския и Кресненския пролом, изгасналият вулкан Кожух, природен резерват Тисата, останките от средновековната крепост Кракра, Кадин мост до село Невестино, Земенският манастир, местността „Рупите“ и много други.

ПРИКЛЮЧЕНСКИ ТУРИЗЪМ В БЪЛГАРИЯ

Още информация за активности в района:

Каяк по бързеи/white water (пролетта) и туристически каяк (Воден маршрут - Кресна-Струмяни-р. Струма) почти цялостно. Скокове във вода, каньонинг. Наблюдение на животинските видове - над 140 вида птици и различни диви животни. Вело и трекинг маршрути (Кресна-Сливница-Струмяни-Кресна с дължина 28 км). Възможности за ловен и риболовен туризъм (ловно-рибарско дружество „Голлак“ в с. Струмяни). Няколко минерални извора (Стара Кресна, Ощава, Мари-костиново включително диви в гората). Винени турове по долината на Струма.



КАЯКИНГ

Водоемите в България дават отлични възможности за туристически каякинг в цялата страна, а каяк по бързеи, може да бъде практикуван в планинските райони. Този вид активност се радва на все по-голям интерес. Освен редица състезателни и гребни клубове, все повече туристически агенции включват каякинга като услуга в портфолиото си.

► С каяк по Арда могат да бъдат разгледани десетки древни крепости, светилища и забравени села.

Места за каяк в България

Ежегодна международна регата по Дунав TID Tour International Danubien, река Искър (Искърското дефиле). Каяк по бързеи - р. Манастирска (Рила), устието на р. Камчия, р. Янтра (гр. Бяла), р. Тунджа (Елхово) и др.

@bko.bg - Българско каяк общество



Още информация за мястото: Поречието на Арда е район с богата история. По бреговете ѝ са разположени останките от много древни крепости - „Кривус“ при с. Башево, „Патмос“ край хижа „Боровица“, „Моняк“ край Кърджали и др. Могат да се разгледат и многобройни древни тракийски светилища (Чит кая при с. Лисиците, Кромлеха до с. Долни Главанак и др.). Една от най-популярните забележителности е средновековният Дяволски мост край град Ардино. Животинският свят е представен от над 4300 вида, сред тях са и силно застрашените египетски лешояд и белоглав лешояд (Маджарово, резерват Вълчи дол), царски орел, черен щъркел, зубър (дивечовъден участък „Студен кладенец“), както и популация от вълци. Край Маджарово е изграден и природозащитен център с къмпинг и укритие за наблюдение на диви птици.

Арга

Арда е 9-тата по дължина река в България (272 км, от които 242 км на българска територия, в Родопите). Тече през живописни райони, с природни и исторически забележителности, което дава допълнителна стойност за каякарите и е идеално място за няколкодневни каяк пътувания, комбиниращи къмпинг и практикуването на различни активности на открито в и около реката. Арда пълни три от най-живописните язовири в България (яз. Кърджали, яз. Студен кладенец и яз. Ивайловград), които, заедно с райо-

на на гр. Маджарово, са подходящо място за спокойни рекреационни турове почти през цялата година. В горното си течение (преди яз. Кърджали), при пълноводие, реката е подходяща за white water каяци. Веднъж годишно, през май или юни, по време на ежегодната регата с каяци, може да се извърши преход без да се слиза от каяците, от яз. Кърджали до стената на яз. Ивайловград.

Още активности в района: Рафтинг (през пролетта, в района от ВЕЦ „Бели Извор“ до „нулата“ на яз. Кърджали). Планински преходи и колоездене (Веломаршрут „Трансродопи“, международният трекинг маршрут „Пътят на султана“), Екотуризм, езотеричен туризм (Перперикон, Татул, пещера Утробата, Кромлеха при село Долни Главанак и др.).

ВОДОПАДИ

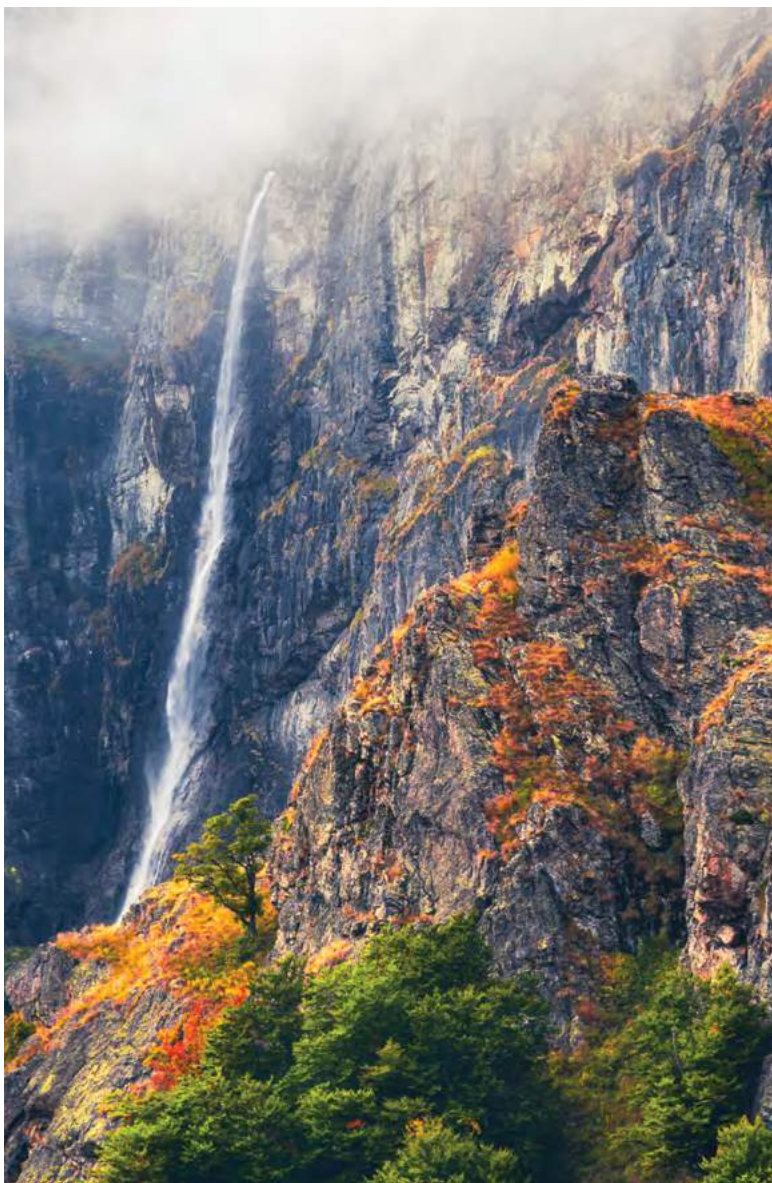
Водопадите в страната позволяват практикуването на различни активности на открито - планински преходи (Каньонът на водопадите), ледено катерене през зимата (Боянски водопад, Скакавица, Северен Джендем), хайлайн (Скакля). До повечето от тях има поддържани туристически пътеки и зони за пикник. Предпочитани дестинации са: водопад Райското пръскало - най-високият постоянно течащ водопад на Балканския полуостров (Стара планина); Крушунските водопади (село Крушуна) - едни от най-красивите български водопади, представляващи система от малки падове и басейни с тюркоазен цвят на водата; Бовска Скакля - четвъртият по височина водопад в България (120 м), в Искърското дефиле (село Заселе); каньонът на водопадите - живописна пътека до град Смолян, с повече от 40 водопада с различна височина (най-високият е водопадът Орфей - 68 м).

Други популярни водопади

Врачанска Скакля (най-високият водопад в България - 141 м), Рилска Скакавица (най-високият в Рила - 70 м и един от най-живописните), Хотнишки водопад (с. Хотница, Велико-търновско), Видимско пръскало (резерват "Северен Джендем", Стара Планина), Боянски водопад (Витоша).

▶ В Триградското ждрело се намира пещера „Дяволското гърло“, в която се вливат водите на реката, образувайки най-високия подземен водопад на Балканите (42 м).

@ waterfallsbg.info
Водопадите в България

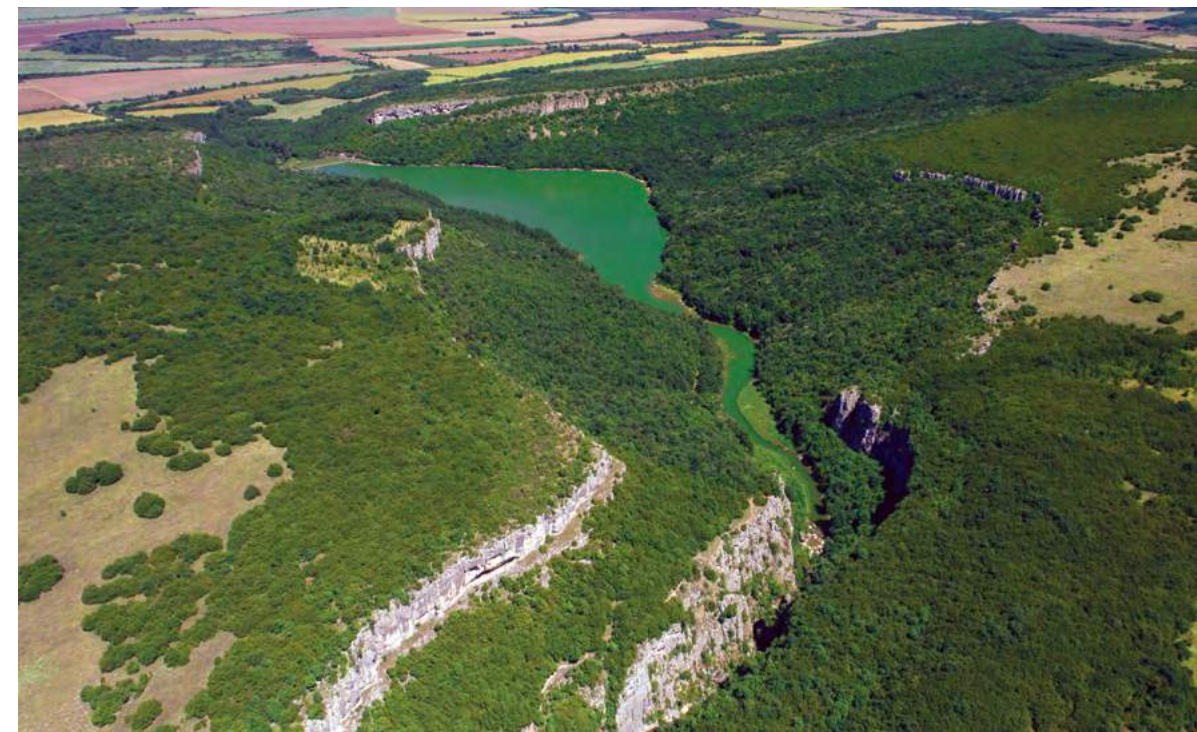


КАНЬОНИНГ

В България за това занимание силно спомагат подходящите геоморфоложки особености на речните корита. Предпочитани места са дефилето на Влахинска река, ждрелото на река Ерма, каньонът на Триград и р. Искър, в района на Карлуково. Много от рафтинг клубовете, предлагат и каньонинг като част от услугите си.

▶ “Първата любов” е хайлайн маршрут, направен от Людмил Иванов. Дължината е 130 метра, а височината е 50 метра над пътеката в Еменския каньон, близо до едноименния водопад.

▶ Популярни каньони
Каньон Шейтан дере, Струма, река Негованка (Велико Търново), Попиньолшки водопад (Сандански).



ЕЗЕРА

В България има над 300 езера и над 1000 язовира, част от които предлагат чудесни условия за активна почивка на открито - трекинг, колоездене, гребни спортове, ветроходство, уейкборд и други водни атракции. Голяма част от тях са разположени над 1500 м н.в. Най-посещаваната група високопланински езера на Балканите е циркусът на Седемте рилски езера. Голяма спортна база на 2000 м н.в. ни посреща на язовир "Белмекен", а яз. "Калин" е най-високо разположеният изкуствен водоем на

Други интересни езера: Сребърна (биосферен резерват с голямо разнообразие от защитени видове птици, в списъка на ЮНЕСКО), Дуранкулашкото езеро (крайморско езеро - лиман - с множество редки биологични видове и археологически парк).



Урдини езера, фотография: Александър Иванов



📍 Ледено езеро

Намира се в подножието на най-високия връх на Балканите - Мусала (2925 м н.в.) и е най-високо разположеното езеро на полуострова - 2709 м н.в. Площта му е 18 декара, а дълбочината - 16.4 метра. То е първото от групата Мусаленски езера - общо 7 на брой. Разположено е в дълбок и сенчест циркус, поради което дори и през лятото не се размразява напълно.

www.bulgariatravel.org

Балканите (2394 м. н.в.). Край морето особено ценни, като екосистеми, са Шабленското, Поморийското и Атанасовското езеро и яз. Мандра, но има и многобройни равнинни водоеми с лесен достъп и възможности за риболов и къмпинг.

ЯЗОВИРИ

Активности
трекинг, колоездене, ветроходство, уейкборд, водни атракции, каяк, къмпинг, уинд сърф.

Локации
яз. Батак и Голям Беглик (гр. Батак), яз. Студен кладенец (втори по големина в България, до гр. Кърджали), яз. Тича (с най-голяма обиколка в страната, до гр. Велики Преслав), яз. Пчелина (гр. Радомир), яз. Копринка (гр. Казанлък).

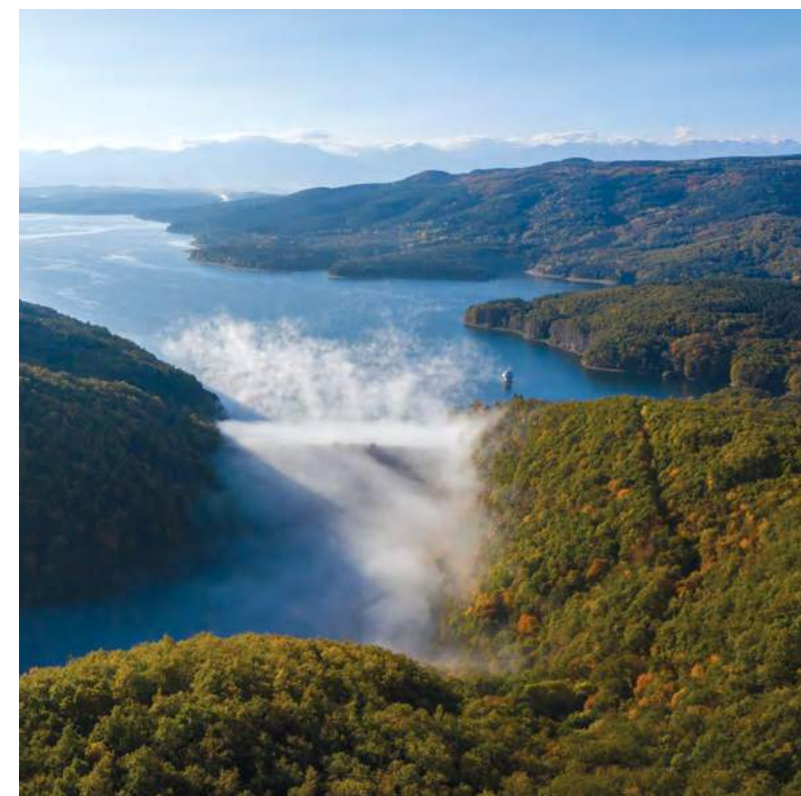
@ bd-dunav.org
Басейнова дирекция
„Дунавски район“

▶ По нагморска височина, условия и природа ВСК „Белмекен“ има само един аналог в Европа и е предпочитано място за подготовка на спортисти от цял свят.

📍 Язовир Искър

Искър е най-големият по площ (30 кв/км) и обем (580 млн. куб/м) язовир в България. Разположен е по река Искър, на 20 км от София. Близостта му до столицата го превръща в най-големия център за водни активности в страната, след Черно море. По бреговете му са обособени места за къмпинг и отдих, както и бази за различни видове спорт и водни активности.

Яз. Искър, фотография: Марин Кафеджийски



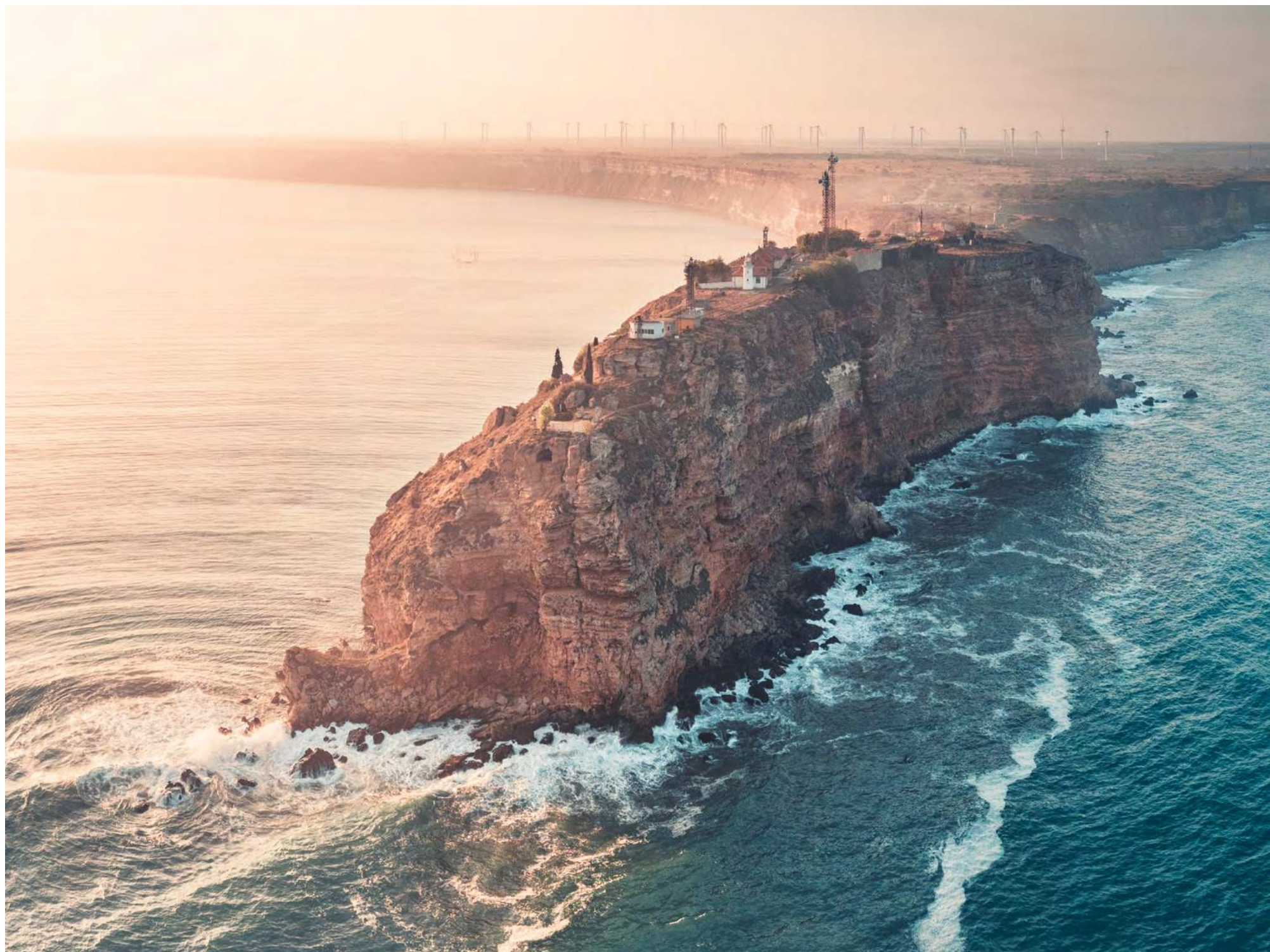
МОРЕ

Активности: Ветроходство, Гмуркане, Сърф, Кайт Сърф, Уиндсърф, Каяк, къмпинг, трекинг, риболов, парасейлинг, водни ски, SUP

Черноморското крайбрежие на България е дълго 378 км и представлява източната граница на страната. Разполага с обширни плажни ивици с фин пясък, живописни заливи и високи скалисти брегове. На две места планината среща морето: по средата - Стара планина при нос Емине и на юг - при мистичната Странджа. На север, от Балчик до Тюленово, пък се издига високо скално плато с отвесни склонове, оформили величествения нос Калиакра, а зад него - един от най-красивите плажове - Болата. 16 реки вливат водите си директно в морето, създавайки уникални природни кътчета като плажовете на реките Велека, Камчия, Ропотамо... Силистар, Карадере, Иракли са имената на няколко от останалите приказните плажове, любими на всички къмпинг туристи. Част от тези места попадат на територията на някои от 18-те крайморски защитени територии. Възможностите за активна почивка на открито по Българското Черноморие са на практика неограничени, а двата големи морски центъра Варна (на север) и Бургас (на юг) разполагат с летища, морски гари и цялата необходима инфраструктура, за да поддържат отлични и сигурни условия за приключенски туризъм и многобройни водни активности.

@ marad.bg Изпълнителна агенция „Морска администрация“

► България разполага с 5 черноморски острова - Змийски остров, Света Анастасия, Свети Иван, Свети Кирик и Свети Петър.



ВЕТРОХОДСТВО

Ветроходният спорт в България е добре развит и с дълги традиции. Градове като Балчик, Варна, Поморие, Бургас и др. разполагат със собствени яхтклубове, бази и училища, а ветроходни пристанища има в почти всяко населено място по брега. Редовно се организират държавни състезания, а Варна и Бургас често са домакини и на етапи от редица престижни морски регати - Tall ships, International Black sea championship и др. Добре развити са услугите за наемане на яхта и ветроходни разходки.

 **Още места за Ветроходство:** яз. Искър

@bulsaf.bg
Българска федерация по Ветроходство

► **Близостта на българския бряг с Босфора е удобна връзка със Средиземноморския басейн и Световния океан.**



ГМУРКАНЕ

Интересният подводен релеф на дъното, десетките потънали край бреговете кораби и достъпните брегове превръщат дайвинга във все по-предпочитано занимание за активна почивка. В големите морски градове и повечето курортни селища съществува поне един дайвинг клуб, който предлага подводни преживявания за напреднали и начинаещи любители на гмуркането. Места като Крокодилите и Маслен нос край Приморско на юг и скалистите брегове край Камен Бряг и Тюленово на север, са сред най-популярните дестинации в България.

► **Специално потопени за подводен туризъм са рибарският кораб „Пионер” между Созопол и о. Св. Иван и бивш правителствен пътнически самолет Ту-154 край Варна.**

 **Локации**
Подводната тюленова пещера (Маслен нос), подводният параклис (Приморско), Дарданелите (Варвара), Вкаменената гора (Созопол), потъналият кораб “Сафак” (Царево).

 **Още активности**
фридайвинг, шнорхелинг, подводен риболов.

@bnaua.org
Българска федерация по подводна дейност

УЕЙКБОРД/ВОДНИ СКИ

Водните ски и уейкборда са други популярни водни активности, които България може да предложи. В морските центрове навсякъде са на разположение, специализирани за водни ски лодки, а освен това в България функционират няколко уейк парка, два от които са на морския бряг - във Варна на север и до Черноморец на юг.



Локации за уейкборд
Освен по морето, съоръжения за уейкборд има и на язовирите, Братушково, Казичене, Пловдив и др.

@ bewsasurf.wordpress.com
Българска Асоциация по Екстремни Водни Спортове

▶ Традиционно в края на лятото на яз. Братушково (Сливница) се провежда Националното уейкборд първенство.

СЪРФ

Черно море не се слави с големите си вълни, но условия за сърф по Българското Черноморие съществуват почти целогодишно. Най-добре е времето от края на септември до декември. Меката за българските сърфисти и безспорно най-доброто място за сърф в България е Ахтопол, където особеностите на подводния релеф и надводните фактори, спомагат вълните да се разбиват и подреждат по начин близък до океанските. Сред най-популярните локации на юг са къмпинг „Корал“ и плаж „Силистар“, а на север - плаж Кабакум (Златни пясъци).

▶ Всяка година през октомври до фара на Ахтопол се провежда състезанието „Дребни срещу старчета“, което има статут на национален шампионат.



КАЙТ/ УИНДСЪРФ

Уиндсърфът е добре познат за българите спорт, с изградени традиции, клубове и училища по цялото Черноморие, а условия за практикуването му съществуват и на различни язовири. През последните години на засилен интерес се радва и кайтсърфингът. Популярни места за двата спорта на юг са плаж Северен в Бургаския залив, където се провеждат и повечето големи състезания, къмпинг „Арапя“ до Царево и др. На север първенството държат плажните ивици на Шкорпиловци и Крапец.



Локации кайт/ уиндсърф
За начинаещи подходящи места са къмпинг „Златната рибка“ и заливът Атлиман (край Китен). Почти целогодишно условията позволяват каране и на язовирите Искър, Горни Дъбник, Доспат, Копринка, Долна Диканя, Лобеш и др.

▶ Българинът Никола Абаджиев е европейски рекордьор за най-дълго разстояние, изминато по река с кайтсърф (320 км за 12 часа по р. Дунав).

СКОКОВЕ ОТ СКАЛИ

Още места за скачане
Скалите в стария град
В Созопол, Чудните скали
на яз. Цонево

Наличието на разнообразни скалисти брегове, на различни места по цялото Черноморие, позволява практикуването и на скокове от скала. На север най-популярното място е местността Ашалъка, край Тюленово, която обаче е по-подходяща за напреднали, заради високите отвесни брегове. На юг любимо място е нос Св. Агалина, край Созопол, където се скача от двете страни на своеобразен фиорд, позволяващ скокове до 15 м височина.

► Българинът Тодор Спасов е част от елитния световен клуб на състезанието Cliff Diving, за скокове от скали от височина 27 метра.



DEEP WATER SOLOING

Начупеният и отвесен бряг между Тюленово и местността Яйлата се превръща в подходяща арена за тази забавна форма на катеренето, при която скалите са надвиснали над водата. Все повече катерачи откриват качествата на тези скали, превръщайки двете места в топ локации за deep water soloing.

Популярни локации
Скалите край Тюленово и
Камен Бряг.

@climbingguidebg.com
българският сайт за
катерене



► Всяка година през август в района на Камен бряг се организира голяма неофициална среща на любителите на катеренето.

ПЛАНИНИ

32 ПРИРОДНО МНОГООБРАЗИЕ

34 ХИЖИ И ПЛАНИНСКИ СПОРТНИ ЦЕНТРОВЕ

📍 Белмекен

📍 Мальовица

36 ТРЕКИНГ И ПРЕХОДИ

📍 Е3 Ком-Емине

📍 Е4 Кончето

📍 Е8 Рила - Родопи

41 ПЛАНИНСКО БЯГАНЕ

42 КАТЕРЕНЕ

📍 Враца

📍 Лакатник

📍 Карлуково

Виа ферата

Боулдър

Алпинизъм

Тролей

Зали за катерене и приключенски паркове

54 ПЕЩЕРИ

📍 Съева дупка

📍 Деветашка

📍 Снежанка

ПРИРОДНО МНОГООБРАЗИЕ

Независимо от сравнително малката си територия, България разполага с истинско богатство от разнообразни по релеф и природни дадености планини. Четири от тях са с подчертано алпийски характер - Рила (с най-високия връх на югоизточна Европа Мусала - 2925 м), Пирин (вр. Вихрен - 2914 м), Славянка и централната част от Стара Планина (Балкана). Осем от българските планини се издигат далеч над 2000 метра (37 върха са над 2700 метра).

Разнообразни като геоложки произход, релеф, климат и биологичен свят, те са достъпни и през лятото, и през зимата, предлагат отлични условия за активен отдих и спорт. Най-посещавани са планините с изразен алпийски характер и богати на езера. Труднодостъпни, и асоциирани с живота на боговете, имената на планините в България имат дълга история. Името Рила, на езика на древните народи, значело „водна“ планина. Пирин е някогашната Орбелус, или снежната планина, но и днешното му звучене можем да търсим в тракийски или гръцки думи, свързани с твърда скала, въпреки че някои го асоциират и със славянския бог Перун.

До нас е достигнала легендата и за най-обширната планина в България - мистичната Родопи (дължината ѝ е около 240 км, а ширината около 100 км). Планината на Орфей, която в древността била покрита с митични непроходими гори Silva Magna Bulgarica, а името ѝ се свързва с Родопи - древна царица на Тракия. Стара планина - най-дългата планина на Балканите и климатична граница, е популярна в древни времена с името Хемус - кръстена на тракийския цар, брат на Родопи. Колкото до уникалната куполовидна планина Витоша, близостта ѝ със столицата София я прави основна дестинация за приключения и пешеходен туризъм. Смята се, че нейното име е с тракийски произход и означава „дву-върха планина“. Не толкова високи, но определено богати на природни забележителности и легенди са Сакар и Странджа планина. Днес те привличат туристи с многобройните си паметници долмени и нестинарството - една традиция, ехо от предхристиянски времена.

Туристите са добре дошли в някоя от стотиците хижи, заслони, спортни бази, както и множество къщи за гости и семейни хотели в подножията на планините, в които могат да усетят характерния бит и култура на мястото.



► За близостта на Витоша и София, виенският геолог Фердинанд фон Хохщетер казва преди век: София и Витоша са неразделни, както Неапол и Везувий.

Още планини
Средна гора, Ерулска,
Руй планина, Чепънска
планина, Конявска пла-
нина, Лозенска планина.

@ planini.eu
Планини и хора Асоциация
на планинските Водачи
в България

ХИЖИ И ПЛАНИНСКИ СПОРТНИ ЦЕНТРОВЕ

Като планинска страна, България разполага с добре развита туристическа инфраструктура, планински бази и организации. Хижите, заслоните и планинските центрове на територията на българските планини са над 250. Изградени са до важни туристически обекти и покриват всички важни пешеходни маршрути и подстъпите към тях. Всички те са основополагащи за планинарското движение в държавата, като освен подслон осигуряват и подготовката на различни спортисти и специалисти в областта на планинските спортове

и планинското спасяване. Хижи като „Алеко“, на Витоша; „Ехо“, „Козя стена“ и „Мазалат“ в Стара Планина; „Рилски езера“ и емблематичната „Малъовица“ в Рила; хижа „Мечи Чал“ в Родопите; са малка част от популярните туристически средища. Изградени са заслони на първенеца на Витоша - Черни връх, най-високият заслон в Пирин - „Кончето“ и дори цяла метеорологична станция на най-високата точка на Балканите - вр. Мусала. Към момента все повече от създадените хижи и заслони в страната се стопанисват от мотивирани млади хора, които добавят креа-

тивни модерни нотки - например технологично ориентирани хижа „Септември“ и „Балканика“ на Витоша, творчески заредени като „Ловна“ на Рила и х. „Беласица“ в едноименната планина, зимно оборудвани с лифт съоръжения като „Плевен“, в Централен Балкан, хижа „Безбог“ в Пирин, хижа „Бодрост“ в Рила и т.н.

@ www.btsbg.org

Български туристически съюз

@ bulgarian-mountains.com/

Huts - сайт с локации на планинските обекти у нас



📍 Белмекен

Високопланински спортен комплекс „Белмекен“ е разположен на 2000 м н.в. до едноименните язовир и връх, в Източна Рила. Построен е през 1968 г. като високопланински център за подготовка по различни спортове, както и за семеен отдих и обучение на ученически групи. Като условия, той има само един аналог в Европа - комплексът Сиера Невада в Испания. Нагморската височина и качествената околна среда превръщат комплекса в предпочитано място за подготовка на спортисти от цял свят.

🏃 **Още активности**

В района: спортна подготовка, трекинг, хайкинг, къмпинг, свободни ски и сноуборд.

@ nsb.bg

Белмекен

▶ Най-старата хижа в България е х. „Скакавица“ в Рила, построена през 1922 г.

🏃 **Още активности**

В района: Катерене, алпинизъм, трекинг, хайкинг, къмпинг, свободни ски, сноуборд.

📍 Учебен център „Малъовица“

Учебен център „Малъовица“ е разположен в долината на Малъовица наричана „Люлка на българския алпинизъм“. През годините се развива като център за обучение на алпинисти и планински водачи. Центърът е разположен на 1770 м н.в., в подножието на едноименния рилски връх. И до днес тук се провеждат тренировъчни занятия и обучения. Мястото е кръстопът - тук минават маркирани пътеки, водещи до дестинации като Рилския манастир, Седемте рилски езера, Страшното езеро и др. Това е и изходен пункт за международния маршрут Е4. В близост има ски-зона. Районът на разположената наблизо х. „Малъовица“ предлага добри възможности за алпинизъм. Тя е популярен изходен пункт и за трекинг, катерене и преходи със ски в Рила.

хижа Ехо, фотография: Владислав Терзийски



ТРЕКИНГ И ПРЕХОДИ

Планинският туризъм в България има дълга история. През 1895 г. общественикът и писател Алеко Константинов организира първото масово изкачване на първенеца на Витоша - Черни връх. Оттогава до днес са създадени над 10 000 км добре маркирани пътеки, подходящи за трекинг и леки преходи. Създадена е уникална, в световен план, зимна маркировка, изключително полезна при намалена видимост, с железни колове в жълт цвят и допълнителна навигацион-

на информация. През страната минават и няколко международни пешеходни маршрута. Освен планините популярна дестинация за трекинг са и крайбрежията на Черно Море, каньоните и районите около езерата и язовирите. Наред с традиционните дестинации Рила, Пирин и Централен Балкан в Стара планина, заслужава да се споменат и Западните Родопи, чиито специалитет са преходите от село до село и настаняването изключително в къщи за гости.

Най-предпочитаните локации за такъв тип туризъм са районите на Триград, с. Ковачевица, Смолян, Девин, Ивайловград и Велинград в Родопите; около градовете Габрово, Елена, Велико Търново, Севлиево, Сопот, Калофер и Сливен в Стара Планина; както и целият район на Странджа планина.

@ planini.eu

Планини и хора -
Асоциация на
планинските водачи
в България



Дестинации

Каменните реки на Витоша, Седемте рилски езера, Белоградчишките скали, екопътека „Овеч“ край Провадия, паркове Рила, Пирин и Централен Балкан, Еменски каньон, Вр. Перелик, билото на Чернатица и Триград в Родопите, и Трънско ждрело.



Активности

еднодневни и многодневни преходи, изкачване на върхове, културни и исторически турове, преходи около Водни басейни.

Е3 КОМ-ЕМИНЕ

@ www.btsbg.org
Български
туристически съюз

“Ком-Емине” е най-дългият и най-популярен маркиран пешеходен маршрут в България. Преминава по цялото протежение на Стара планина, от връх Ком и границата с Република Сърбия на запад, до черноморския нос Емине на изток. Трасето му съвпада с финалната отсечка на европейския туристически маршрут Е3, свързващ Атлантическия океан с Черно море. Маршрутът в България е с дължина 580 км, с 20 500 м положителна и 21 500 м отрицателна денивелация. Около хижа „Узана“ Е3 пресича географския център на България. Изминаването пеша отнема около 18 – 25 дни в летни условия, като се изкачват повече от 100 старопланински върха. По маршрута са изградени множество хижи.

► За първи път маршрутът е преминал през 1933 г. от Павел Делирадев – един от основателите на пещерното дело у нас.

📍 **Важни обекти по пътя:**
Връх Тодорини кули, Вр. Мургаш, хижа „Тръстена“, х. „Ехо“, резерват „Северен Джендем“, хижа „Плевен“, Вр. Ботев, Пеещите скали, хижа „Мазалат“, проход „Шипка“, Вр. Бузлуджа с „чинията“, Юрушките скали, хижа „Чумерна“, Твърдишки проход, фарът при село Емона.

📍 **Маркировка**
Лятната маркировка представлява червена лента, ограничена от две бели ленти. През зимата за ориентир служат метални стълбове, боядисани в редуващи се ивици в жълт и черен цвят, отстоящи на до 200 м един от друг.



📍 **Важни обекти по пътя:** Черни връх, Седемте рилски езера, Мальовица, Превала, Предела, северното карстово било с Кончето и връх Вихрен, Тевно езеро, връх Капатник.

📍 **Маркировка**
Червена маркировка с бели ивици, поставена върху открояващи се неподвижни обекти/ бели правоъгълни табелки със заострен връх, оцветен в червено и нанесени най-близките обекти.

@ Европейска
маршрутна мрежа
www.era-ewv-ferp.org/e-paths/

Е4 „ВИСОКИЯТ” ПЪТ НА БАЛКАНИТЕ

Международният пешеходен маршрут Е4 стартира от Португалия и завършва в Кипър. В българската си част е познат още като „Петте планини“, защото прекосява билата на Витоша, Верила, Рила, Пирин и Славянка. Дължината му е около 260 км и се извървява средно за 14 дена.

► Кончето е тесен скален ръб, с разположени от двете страни пропасти, на главното карстово било в Пирин, на височина 2810 м н.в. – една от най-екстремните дестинации в България. Екипиран е с метално въже.



Е8 РИЛА - РОДОПИ

Туристически маршрут Е8 преминава от Атлантическия бряг на Ирландия до Истанбул. В българската си част маршрутът започва от границата със Сърбия при Калотина и преминава през Източна Рила и Родопите. Завършва при с.Мезек, на границата с Турция. Маркираният участък започва при Боровец (Рила), като маршрутът се движи през множество древни светилища и крепости. Дължината на българската отсечка е 400 км. Изминава се за около 14 дни.



Важни обекти по пътя

Вр. Мусала, гара Аврамово, Дяволското гърло, Ягодинската пещера, тракийската гробница Малтепе и крепостта Калето край с. Мезек.

Маркировка

Червена маркировка с две бели ивици, допълнена от малка квадратна жълта табелка с надпис "Е8".

@ Европейска маршрутна мрежа
www.era-ewv-ferp.org/e-paths/

www.bulgariatravel.org

ПЛАНИНСКО БЯГАНЕ



Други популярни състезания

Скоростно изкачване на Черни Връх, Thracian Ultra, Бягане за Чепън, Беласица скайрън.

@ racecalendar.bg

През последните години планинското бягане се превърна в любима активност за много хора, както за лично удоволствие, така и като спорт. Създават се все повече бегачески клубове и сдружения, маркират се трасета, качват се тракове. Организацията и участието в самите състезания се превърна в самостоятелен вид туризъм. Някои от състезанията се адресират към атлети с професионален интерес. Пирин Ултра е най-престижният планински ултрамаратон у

нас, част от Световните серии по Скайрънинг. Заедно с него на висок международен интерес се радва и Персенк ултра - родопският ултрамаратон с дължина до 160 км и обща денивелация от 7100 м. Трявна Ултра е популярно състезание в Стара планина, което прекосява три общини и десетки села. Adventure Sky Rip е най-високото планинско бягане в България и на Балканите. С най-голяма традиция и популярност се ползва „Обиколката на Витоша“ - цели 100 км.

► Ежегодно в България се провеждат над 60 състезания по планинско бягане с различна степен на трудност.



Чепън планина, състезание Байк за Чепън, фотография: Пламен Куденко

КАТЕРЕНЕ

► Най-трудните маршрути за катерене в България са категория 9а - „Напред и нагоре”, Карлуково и „Ел Ниньо”, Дряново.



Алпинизмът в България има близо 100-годишна история. Разнообразието от релефни форми, надморска височина и климат, обуславят съществуването на многобройни обекти, маршрути и дестинации за катерене практически на територията на цялата страна - в Стара планина, в Родопите, в Пирин, Рила, Витоша, край Сливен, Карлово, Враца, Велико Търново, Тюленово... На тепетата в Пловдив пък има уникални маршрути за катерене в сърцето на самия град. Едновременно с това високите ни планини като Рила, Пирин и Стара планина позволяват практикуването и на алпинизъм, а 67-те благоустроени пещери и пропасти в страната създават предпоставки за развитието на пещерния туризъм.

@ bfka.org

Българска федерация
по катерене и алпинизъм

@ climbingguidebg.com



📍 Враца

Издигащи се като готическа катедрала, скалите над Враца не случайно носят прозвището „Вердон на Източна Европа“. По дългите с километри скални венци (варовик), надвиснали над града и над бреговете на река Лева, са разположени над 480 маршрута. 220 от тях (Стегите, Малката дупка, Манастирски дол и др.) са подходящи за спортно катерене, а останалите (Згориградска стена, Централна стена и др.) са традиционни и предполагат умения за боравене с целия арсенал на катерачния инвентар. Маршрутите предлагат различни нива на трудност. Спортните са от категория 5a до 8c, а алпийските до 7c. Мястото е подходящо и за провеждане на курсове за начално обучение.

► През есента във Враца ежегодно се провежда Годишна катерачна среща.



Лакатник, фотография: Руслан Вакрилов

📍 Лакатник - Вражите дупки

Скалите край село Лакатник са любима дестинация на катерачите от София, заради близостта им със столицата и известната катерачна къщичка, яхнала един стръмен зъбер. Прокараните тук маршрути са над 100. Подходящи са за боулдър, спортно и алпийско катерене, а трудностите са от 3a до 8b+. Популярен местен обект са Вражите дупки - скален варовиков венец, разположен в каньона на река Пробойница. Дълъг е около километър и има южно изложение, с мек микроклимат, което прави скалите изключително подходящи за катерене дори през зимата. Височината е 20 м, като това е дължината и на повечето тукашни турове. Вражите са разработени за спортно катерене, но някои участъци са подходящи и за боулдър.

▶ Алпийският заслон „Орлово гнездо“ представлява дървена къщичка, построена през 1938 г. от група алпинисти върху малка терасовидна издатина.



заслон Орлово гнездо, фотография: Марин Кафеджийски

📍 Карлуково

Карлуково е карстов район с множество скали и пещери, предлагащи отлични условия за катерачи и пещерняци. Тук е популярната пещера Проходна, естествено осветена от два отвора на тавана, в средната ѝ част, наречени „Очите на бога“. Дължината ѝ е 262 м, а сводът с височина над 40 м и ширина между 20 и 50 м. Туровете тук са подходящи за спортно катерене и са със сложност от 4c до 9a, а като специфичната форма на пещерата позволява да се използват дори в дъждовно време. Най-популярни са „Поп фолк“, „Непобедим“ и „El Choro“. Пещерата е защитен обект, затова и катеренето в нея се извършва при спазване на съответните ограничения.



▶ Национален пещерен дом „Петър Трантеев“ е уникална 5-етажна постройка край Проходна пещера, 4 етажа от които, са вградени в скална пукнатина.

Карлуково, фотография: Руслан Вакрилов

ВИА ФЕРАТА

България разполага със 7 маршрута със системи и съоръжения от типа „виа ферата“, изградени на територията на цялата страна. Това са: Виа ферата Мальовица - състои се от две части, със средна трудност и за добре подготвени катерачи; Виа ферата Харамийската пещера - с 40-метрова дължина край с. Триград; Виа ферата Голубовица 2, близо до едноименната пещера край родопското село Кошница; Виа ферата Екопътека Невястата - два маршрута край едноименната скала до Смолян; Виа ферата Ракитово - с железен мост и стълба; Виа ферата Ледницата - маршрути с три степени на трудност край с. Брестница; Виа ферата край Дряновския манастир - с първа степен на трудност.



► **Ледницата е първата виа ферата в България, направена е през 2007 г.**

БОУЛДЪР

Боулдърът бързо спечели сърцата на българските катерачи и за кратко време се превърна в предпочитана спортна активност. Развитието му днес се свързва изключително с мрежа от катерачни зали. Различни спортни клубове се грижат за усъвършенстването на българските атлети и разработването на нови обекти. През 2017 г. страната за първи път беше и домакин на Европейската купа по

боулдър. Най-популярните райони в България за тази разновидност на катеренето се намират в Рила и на Витоша. На разположение са много прокарани линии, както и неограничен брой възможности за разработване на нови боулдър проблеми. Едно от най-популярните и леснодостъпни места е боулдър зоната в кв. Бояна (София) - комплекс от множество боулдър обекти, разположен в подножието

на Витоша, малко след крайните къщи. Най-трудният обект в страната пък е „Дънера“ - скален къс с категория 8B/V13, разположен до яз. Бели Искър. Първото му изкачване е направено от Ивайло Радков - Фазата през 2011 г., а през 2013 г. „Дънера“ е изкачен за втори път от световноизвестния катерач Крис Шарма.

► **Още боулдър обекти**

Панагюрски колони, с.Боженица, Червените скали (Ловеч), долината на река Рилска.

► **През 2018 г. българинът Петър Иванов става европейски шампион в дисциплината „Боулдър“ за младежи до 18 г.**



АЛПИНИЗЪМ

Алпинизмът в България е с над 90-годишна история. На 19-ти ноември 1929 г. група интелектуалци и българи завърнали се от Западна Европа учредяват в София Български планински клуб – организацията на алпинистите в България. 85 год. по-късно в Българската федерация по катерене и алпинизъм членуват 33 клуба. Федерацията е член на три международни спортни федерации – Международен съюз на алпийските асоциации (UIAA), Международната федерация по

спортно катерене (IFSC) и Международната федерация по ски-алпинизъм (ISMF). Много от известните обекти за алпинизъм се намират в най-високата българска планина Рила, около връх Малъовица. Много популярни маршрути има и в най-алпийския като излъчване планински масив – Пирин. Повечето от тях са разположени в северния дял. По Северната стена на връх Вихрен, още от 1934 г. са реализирани алпийски изкачвания. Днес този район продължава да бъде все

така атрактивен за тренировка и усъвършенстване на уменията на алпинистите. Великолепни условия за алпийски изкачвания позволява и Средна Стара планина. Най-добри възможности за алпинизъм тук предлагат Райският масив и Северен Джендем. Не на последно място условия има и на Витоша – около Резньовите и Комините и в Родопите.

@ bfka.org
Българска федерация
по катерене и алпинизъм

 **Още алпийски Върхове:** Отовишки връх (Рила), Кабул (Рила), Даутов връх (Пирин), Кутело (Пирин), Козя стена (Стара планина), Голям Купен (Стара планина).

Котешки чал, фотография:
Дамян Георгиев

www.bulgariatravel.org



ТРОЛЕЙ

@ zipline.4epelare.com

На много места в страната има изградени и съоръжения за алпийско спускане с тролей. Сред популярните дестинации са река Струма, скалите край гр. Клисурса, родопският курорт Чепеларе, където спускания с тролей се осъществяват над река Чая и природната забележителност „Чудните мостове“ и др.



► Рекордът на Гинес за най-дълъг алпийски тролей в света – 1550 м, е осъществен от Даниел Стефанов на 19.09. 2008 г. в Рила, между вр. Мальовица (2729 м) и вр. Орловец (2685 м).



СТЕНИ ЗА КАТЕРЕНЕ/ ПРИКЛЮЧЕНСКИ ПАРКОВЕ

Голям брой стени за катерене, на открито и в зала, са изградени в повечето големи градове на България, както и край редица туристически забележителности. Най-голям е броят им в градовете София, Пловдив и Варна, а една от най-популярните е изградена край скала Невестата, близо до Смолян.

Отделно расте броят на приключенските паркове в страната, предлагащи най-различни атракционни. Паркове като „Кокolandия“, в София, „Незабравка“, край село Поповци и X Challenge Park в Царево, са сред обичаните места за активен отдих.

@ kokolandia.com
Приключенски парк в София

@ walltopia.bg
Катерачна зала в централата на Walltopia

@ climb.nsa.bg
Катерачна зала към Национална спортна академия

► Българската компания Walltopia е сред водещите производители на изкуствени катерачни стени и съоръжения за катерене в световен мащаб.

ПЕЩЕРИ

Редом с все още многото неизследвани такива, България разполага със стотици пещери. Десетки от тях са достъпни без специална екипировка, а повече от 8 са благоустроени. Те са подходящи за посещения от туристи без предварителна подготовка. Останалите са достъпни за хора с опит и спелеолози. Пещерите в страната са хоризонтални, пропасти и водни пещери. Най-дългата хоризонтална пещера е Духлата край пернишкото село Боснек (18 км), най-дълбоката пропаст

е Колкина дупка близо до Своге (-543 м), а най-дългата водна пещера е Деветашката край Ловеч (2500 м). В много от българските пещери са открити следи от миналото. Те са били обитавани от хора още през Палеолита, а някои, като пещера Магурата, носят белези на древни култури. Там са открити рисунки на повече от 7000 години. До пещерата Проходна, край с. Карулково, известна още като Божиите очи, се намира пещерен дом, изграден в скалите.

 **Още пещери**
Дяволското гърло, Ягодинска, Харамийска, Ухловица, Съева дупка, Бачо Киро, Проходна, Деветашка, Снежанка, Леденика, Орлова чука, Магурата и Лепеница.

@ speleo-bg.org
Българска федерация по спелеология

► До ден днешен остава загадка откъде излизат предметите, които влизат в пещера Дяволското гърло.



📍 Снежанка

Една от най-красивите пещери в България се намира на 5 км от гр. Пещера в Родопите. Дълга е 145 м и събира всички форми на пещерни образувания – сталактити, сталагмити, синтрови езера и драперии. Вътрешността ѝ е изпълнена със снежнобели наслаги, образували се в продължение на милиони години и застинали в причудливи форми. Една от тях е оприличена на приказната героиня Снежанка – откъдето идва и името ѝ.

📍 Съева дупка

Пещерата Съева дупка се намира до ловешкото село Брестница. Според преданията името ѝ идва от имената на братята Сею и Съю, които се криели в нея през годините на османското владичество. Състои се от 5 зали, най-обемна от които е Срутището. В зала Хармана има много добра акустика, поради което тук често се провеждат концерти. В пещерата се срещат всички видове пещерни образувания – сталактити, сталагмити, синтрови езера, драперии и др. Благоустроена е и е леснодостъпна за туристи.

📍 Деветашката пещера

Деветашката пещера е разположена на 18 км от Ловеч. Известна е още като Маарата или Окната заради седемте различни по големина отвора на тавана, през които прониква светлина и осветява централната зала и част от двата клона. Според проучванията Деветашката пещера е обитавана с известни прекъсвания през почти всички исторически епохи.



КОЛОЕЗДЕНЕ

58 МАРШРУТИ С МАРКИРОВКА / ТРАКОВЕ

59  Рудопия

60  Трансродопски маршрут

61  Белоградчик

62 БАЙК ЦЕНТРОВЕ

@ bgcf.bg

Българска федерация
по колоездене

Колоезденето е един от най-предпочитаните в последните години спортове в България и важен сегмент от приключенския туризъм. Все повече хора избират да се запознаят с красотите на природата, растителния, животинския свят и исторически местности, възседнали велосипед. Предлаганите турове са с различна трудност от семейни туристически вело разходки, до адреналинови и технични терени, изискващи и спортно майсторство. Популярни

напоследък са турове, обикалящи винарни из Родопската яка, Югозападна и Северна България. Открояват се два различни типа туризъм с колело - велотуризм или движение по малки и ненатоварени асфалтови и черни пътища, и турове с планинско колело (mountain bike). На територията на страната са проучени, маркирани и качени на специализирани платформи GPS тракове за над 3000 км велотрасета. Работят и няколко байк центрове. Организи-

рат се национални и международни състезания, както и множество аматьорски надпревари, чиято цел е да промотират съответен регион. Някои от тях, като „Обиколката на Витоша“ в края на юни, „Байк и Рън за Чепън“ през април, триатлонът „Лъвско сърце“ в Приморско (Странджа) в началото на септември, са се превърнали в традиция и привличат стотици участници.

► Страната е производител на над 1 млн. велосипеда годишно. Много български и чуждестранни спортисти се състезават и печелят различни международни надпревари именно с български модели велосипеди.

ШОСЕЙНИ И ПЛАНИНСКИ МАРШРУТИ С МАРКИРОВКА/ ТРАКОВЕ

В България съществуват стотици маркирани веломаршрути, някои от които пресичат цялата страна и свързват отделните туристически дестинации. Има и голям брой трасета с маркировка, изградени на територията на природните паркове и други обекти от значение за туризма. Оттук минават и два маршрута от международната велосипедна мрежа ЕвроВело 6 и 13. Стара планина и връзката ѝ с Черно море подканват стотици колоездачи да поемат през планината, по популярния маршрут Ком-Емине, или по пътищата покрай нея, стигайки чак до крайбрежието. Предпочитана дестинация за любителите на планинско колоездене са Родопите. Благоприятният релеф, наличието на голяма мрежа от веломаршрути, богатото културно и историческо наследство, срещата на различни религии и гостоприемството на местните я правят изключително популярна за велотуризм. Практикуват се и

варианти, пресичащи последователно Витоша и Верила, трасетата в Рила, през Рилския манастир и др. В района на Банско-Добричице-Разлог и Белоградчик-Враца също има развита мрежа от маркирани турове. Крайдунавските маршрути, високата пътна свързваща Етрополе през Троян до Габрово и отделни участъци около Черно море също се радват на засилен интерес.

Неофициален, но широко приет стандарт за маркиране на маршрути за планинско колоездене в страната, е маркировката да бъде с цветни триъгълници, указващи посоката на движение при всеки разклон, нанесени с боя върху дървета, камъни и други елементи или под формата на табели-стрелки, като на места се среща и друг тип маркировка. За повечето веломаршрути в страната съществуват и подробни GPS тракове.

@ www.mtb-bg.com
Българският сайт за планинско колоездене

@ bikearea.org

► **„Дунав Ултра” е най-дългият туристически веломаршрут в България – 740 км по поречието на река Дунав до Черно море. Маршрутът използва основно слабо натоварени и черни пътища. Последните няколко години, в края на лятото, по маршрута се провежда събитието „Dunav Ultra”.**



📍 „Рудония“

@ www.bikearea.org

„Рудония” е един от най-дългите маршрути за планинско колоездене в България. Започва от Велинград и пресича Родопите в източна посока, като крайната точка, до която достига е село Мезек, намиращо се в близост до Българо-Гръцката граница. Общата дължина на маршрута е около 450 км, а основните точки, през които

преминава са Велинград, Безлика, село Буйново, село Триград, Чаирски езера, село Мугла, Пампорово, Рожен, Хайдушки поляни, долината на река Боровица, Кърджали, Перперикон, яз. „Студен кладенец”, долината на река Арда, Маджарово и село Мезек. По цялото трасе на маршрута има възможност за настаняване в къщи за гости или малки хотели, което

позволява на посетителя да премине по маршрута без много багаж, наслаждавайки се на живописните родопски пейзажи. Обикновено преминаването на целия маршрут отнема 8 - 9 дни.

📍 Трансродопски веломаршрут

Един от най-популярните маршрути в България стъпва отчасти по трасето на маршрута Рудопия, но доразвивайки го изцяло в района на Източните Родопи. Дължината му е почти 500 км и е разделен на 17 отсечки с дължина от 15 до 40 км. В началото и края на всяка такава отсечка има организирано място за настаняване. Маршрутът

комбинира ненатоварени асфалтови и черни пътища, с технически планински участъци и преминава през повечето важни места и забележителности в Източните Родопи. Общата му техническа трудност е средна, а идеалното време за преминаване е от април до октомври, като най-подходящи са пролетните и есенните месеци.

Маркировката на пътеката е червени триъгълници с бяло, като на места стъпва и на туристическа пешеходна маркировка бяло-червено-бяло. Поставени са също табелки с маркировка.

@ newthracinggold.eu
Създателите на маршрута

► Паралелно на основния маршрут, в различните райони съществуват и локални поддържащи трасета, които позволяват няколко различни варианта на обхождане.



📍 Белоградчик

Белоградчишките скали, край едноименния град, са една от най-впечатляващите природни забележителности на Балканите. В района на скалите е създадена обширна мрежа с 375 км маркирани маршрути за планинско колоездене, преминаваща през повечето важни природни, културно-исторически и етнографски забележителности в местността. Трасетата са с различни нива на техническа трудност,

дължина и денивелация, а до някои от забележителностите може да се стигне и по повече от един път. Най-подходящо време за преминаване са пролетта и есента, от началото на април, до средата на ноември. Маркировката е съставена от указателни табели с червена маркировъчна боя във формата на триъгълник, посочващ посоката на движение.

► Основният маршрут е с име „Дивият Северозапад“ и е разделен на 6 етапа, разчетен за преминаване за около 6 дни.

📍 Други популярни маршрути: Рудопия - 480 км през Източните и Западните Родопи, маркиран с червен цвят и разделен на 9-12 етапа; Шуменско плато - четири кратки маркирани маршрута с различна трудност; Странджа - кръгов веломаршрут от устието на р. Велека, до с. Бродилово; Мездра - няколко кръгови и свързващи маршрута за ХС и АМ, с различна трудност; Враца - над 30 веломаршрута със средна и висока трудност; Разлог - седем перфектно разработени маршрута с обща дължина 160 км.

БАЙК ЦЕНТРОВЕ

Първият байк център с лифт и трасета в страната е изграден в Стара планина, край Сопот. Там още от 2007 г. се организират редица национални и международни състезания. През 2009 г. е открит и байк паркът в Боровец. За целта са изградени няколко вело трасета за DH с различна трудност, а лифтовете са пригодени и за велосипеди. Оттогава датират и провежданите там международни състезания.

Друг популярен байк център обслужван от лифт е изграден в курорта Пампорово, откъдето могат да се осъществяват спускания и към Чепеларе и Смолян.

Всяка година в края на юни, там се провежда Байк фестивал, с музика, състезания и много забавления. Развити байк центрове с изградени трасета, маркирани или не, има на все повече места. В повечето от тях колоездачите могат да наемат транспорт за извозване до началото на пътеките за спускане или да се изкачват на самоход по обходни пътища и маршрути. Характерно за тези места е наличието на местен клуб, който обикновено се издържа от дарения и на доброволчески начала поддържа и развива трасетата.

Байк центрове с изградени трасета, обслужвани с автомобил,

разполагат и планините Осогово до Кюстендил, Беласица до Петрич и района на Златица и Чelopeч в Стара Планина.

Градовете София и Петрич, също разполагат с отлични условия за велосипеден туризъм. Край София съществуват над 200 км трасета за XC, AM/enduro и DH в общо петте планини, разположени около столицата. На Витоша се провежда и популярната обиколка на планината - „Витоша 100“, в която участват бегачи и велосипедисти. Байк паркът в Петрич пък разполага с три трасета и прекрасни условия за Enduro.



 **Популярни байк центрове:** Велопарк Златица, Благоевград, Велико Търново, Пловдив, Бургас, Варна, Кюстендил.

► Байк центровете във Варвара и Велинград оформят байк дестинация Алабак в Северозападните Родопи. Обособени и маркирани са над 30 сегмента с обща дължина около 300 км. Там пилотно се прилага обновения метод за маркиране на веломаршрути с цветни триъгълни табелки, указващи посоката, трудността и уникалния номер на съответния сегмент.

ЗИМА

66 АЛТЕРНАТИВНИ КУРОРТИ/ СКИ ЗОНИ

67  Ски зона „Добринище“

67  Курорт „Бодрост“

68 СКИ ТУРИНГ/ FREERIDE

 Витоша

70 ЗИМНИ ПРЕХОДИ И СНЕГОХОДКИ

71 СНОУКАЙТ

Активности

ски, сноуборд, фрирайд, ледено катерене, шейни, сноукайт, алпинизъм, преходи със снегоходки.

@ pss-bg.bg

Планинска спасителна служба

► Създаден през 1896 г. за семейството на цар Фердинанд Български, Боровец е най-старият курорт в България и е изходен пункт за зимно изкачване на балканския първенец Мусала.

Високите хребети и срещата на континентален със средиземноморски климат са причина в България да пада сравнително добро количество сняг, което се задържа в планините с месеци. Планините притежават отлични условия за практикуването на всякакви зимни спортове, а сезонът обикновено продължава от декември до април. Близостта до Егейски море осигурява наличието на хубав пръхкав сняг - мечта за всеки надъхан скиор или бордист. Ски и пешеходни зимни преходи, свободни ски и сноуборд, зимна конна езда, минерални извори сред

природата, ледено катерене и алпинизъм, са само част от възможните приключения в България през зимата.

На територията на страната са изградени десетки малки по обем ски зони, запазили автентичен дух, където освен условия за спорт и приключенски туризъм, гостите ще намерят и специфична кулинару, история, традиционни бит и култура. Множество хижи, обслужвани и през зимата, правят многодневния ски туринг лесен, удобен и безопасен. Трите големи зимни курорта - Боровец, Пампо-

рово и Банско, с модерни съоръжения и развита инфраструктура, са и организатори и домакини на престижни състезания като Световните купи по ски алпийски дисциплини и сноуборд. Общата дължина на пистите в тези курорти е над 160 км. Разположена над столичния град, Витоша е магнит за търсещите приключения софийци през цялата зима. Редом с курортите, многото хижи и къщи за гости, край популярни природни, исторически забележителности и минерални извори, също предлагат възможност за докосването до зимната планина.

АЛТЕРНАТИВНИ КУРОРТИ/ СКИ ЗОНИ

Акцент в приключенския зимен туризъм в България е наличието на микс от възможности и единични съоръжения, построени около хижи. Тези дадености позволяват на гостите да усетят автентичния чар на малките курорти и населените места около тях.

Общата дължина на пистите в страната е 241 км, като най-високите писти започват от 2600 м надморска височина при най-високите лифтове на Банско и Боровец. Повечето ски зони са снабдени със съоръжения за сняг и гарантират наличието на снежна покривка през по-голяма част от сезона. Освен с големите ски центрове, България разполага и с 29 по-малки курорта и ски зони край популярни хижи, които бързо се развиват и привличат вниманието на туристите.

Популярни курорти и ски зони: В Рила: Семково (7 писти с Влек), Картала и Паничище (обширна местност около хижите „Рилски езера“ и „Пионерска“), Стара планина: хижа Плевен (2 ски писти и 1 трасе за начинаещи), Беклемето (2 алпийски писти с Влек и 1 детска писта), Узана (3 писти с Влек).

@ skiingthebalkans.com

▶ Много от зимните курорти са в близост до минерални извори и предлагат добре развита инфраструктура за СПА туризъм.

📍 Ски зона „Добринище“

Разположен в полите на Пирин, този популярен ски център е познат и с условията си за зимен туризъм. Разполага с една писта, дълга цели 5 км, която започва от хижа Безбог и завършва при хижа Гоце Делчев. Обслужвана от седалков лифт, пистата се поддържа допълнително с оръдия за технически сняг и е разделена на няколко части с различни степени на трудност. Финалът на пистата има дълъг полегат участък, който играе ролята на зона за начинаещи и разполага с два паничкови влека. Ски трасето е сред иглолистна гора, която в много участъци позволява богати възможности за извънпистово каране. Седалковият лифт качва до хижа Безбог, под едноименния връх, на брега на красивото Безбожко езеро.



📍 Курорт „Богрост“

Зимният курорт „Богрост“ е разположен в югозападните склонове на Рила планина, на 1250 м н.в. и включва ски зона „Картала“ с една дълга писта, с дължина 2200 м и денивелация от 370 м. Шестместният кабинков лифт, тръгващ от последния етаж на хотелски комплекс „Картала“, позволява изкачване до върха на ски пистата. Горната станция на лифта е на 2350 метра надморска височина, откъдето се разкрива уникална панорамна гледка към Пирин и Рила. На

разположение на скиорите има и ски влек с начална станция на 1400 м надморска височина и горна станция - 1750 м надморска височина, а също така и къс учебен влек. По сложност пистата е на ниво, което задоволява изискванията и на най-добрите скиори. От това място по билото тръгва маршрут към хижа Македония, околните склонове, на която, могат да се карат в стил фрирайд. Хижа „Богрост“ също предлага чудесни условия за почивка.

▶ Пампорово-Чепеларе е ски зоната, покриваща най-голяма площ. Около нея има живописни планински села и малки курорти, като Картола в с. Момчиловци.



СКИ ТУРИНГ/ СВОБОДНО КАРАНЕ



Още места:
Черни Врх на Витоша,
Петрохан в Стара плани-
на, х. Яворов в Пирин,
х. Заврачица в Рила,
районът на Вр.Перелик
в Родопите.

@ www.befsa.com
Басес

Мащабът и характерът на българските планини е такъв, че създава условия за практикуване на ски туринг с много приятен баланс на натоварване между ходене и каране. Повечето локации отстоят сравнително близо една от друга и са леснодостъпни, но едновременно с това усещането за „Голямата“ планина се запазва. Наличието на голям брой отво-

рени през зимата хижи и заслони прави възможни многодневните преходи, а разнообразният релеф, би допаднал както на по-напреднали, така и на начинаещи в зимните ски преходи. Най-добри условия за свободно каране (freeride) пък има по високите части на Рила и Пирин. Любими места са склоновете в района на Мальовица и на Седемте рилски езера в Рила, както и на

Тодорка и Безбог в Пирин. Места за фрирайд предлагат и околностите на зимните курорти. Благоприятна за извънпистови карания, е зоната над 2000 м н.в., където подходящ сняг има от декември до април, когато снежната покривка е най-стабилна и лавинната опасност е относително по-ниска.



Витоша

Планината над столичния град, освен леснодостъпна и с изградена инфраструктура, е и с отлични условия за ски туринг. Разполага с многобройни интересни маршрути и улеи, като позволява да бъде пресечена от изток на запад и от север на юг. Повечето от популярните места са „Стената“ над х. Алеко, улеят „Булеварда“, Резньовете и Чуйпетльово. Любими места за свободно каране пък са районът на Резньо-

вете с връх Голям резен, където са развити маршрутите „Лавината“, „Реброто“, „Фунията“ и др., както и „Стената“ над х. Алеко. Повечето фрирайд маршрути на Витоша са със средно до високо ниво на трудност. Началните точки са разположени над 2000 м н.в., а денивелацията е средно между 250 и 350 м.

► Разстоянието от центъра на София до хижа Алеко е 25 км и се взима средно за 40 мин.

ЗИМНИ ПРЕХОДИ

Българските планини предлагат възможност и за любителите на зимни преходи да се докоснат до красотата на природата през студения сезон. В Рила, Пирин и Витоша редовно се организират еднодневни или многодневни преходи със снежоджки между различни хижи, както и зимни изкачвания на най-популярните върхове. В Западните Родопи, заради наличието на множество, близки едно до друго,

населени места, се провеждат зимни преходи от село до село. Настаняването е в къщи за гости, което позволява на туристите да се докоснат до местната кухня, бит и култура. Изобилието от минерални извори в подножието на планината, откритите и закрити басейни и СПА центрове, обещава прекрасен завършек на зимния ден.

► Зимното изкачване до Черни връх на Витоша е сред предпочитаните маршрути през студения сезон, и един от най-безопасните.



Популярни маршрути за зимни преходи: Върховете Мусала и Малиовица (Рила), „Вихрен“, „Тевно езеро“ и „Полежан“ (Пирин), Селимица (Витоша), преход из риди Алабак (Западни Родопи).

@ www.planini.eu

Планини и хора - Асоциация на планинските водачи в България



СНОУКАЙТ

► Ежегодно в края на зимата, на Витоша се провежда традиционният SnowKite Fest.

Сноукайтът е сравнително нов спорт за България, но достъпността му и условията за практикуване в страната, спомагат за неговото популяризиране. Съществуват редица клубове с професионални инструктори, които провеждат обучения. Витоша предлага едни от най-добрите терени за сноукайт в страната. Над горския пояс (1850 м) има огромни открити площи, които са равни или с леки наклони. На тази височина вятърът е често срещано явление, което превръща планината в истински рай за любителите на този спорт.

@ iztreshteam.org



Още места: ски курорт „Картала“, Белмекен, Седемте рилски езера.

ВЪЗДУХ

74 ПАРА / ДЕЛТАПЛАНЕРИЗЪМ

📍 Сопот

75 СКОКОВЕ С ПАРАШУТ

📍 Монтана

76 БЪНДЖИ

77 БАЛОН

В страната съществуват много на брой малки летища, откъдето любителите на моторното лете- не могат да осъществят панорам- ни полети покрай планините или над черноморското крайбрежие. Навсякъде се предлага възможност за лете- не с инструктор, а на някои от тях има и обучителни центро- ве с международна сертификация. Освен за моторно лете- не летища- та се използват и за безмоторни самолети. Добре развит спорт е и парашутизмът, като условия за практикуването му, необходимата инфраструктура и дрон зони, са създадени на различни места в страната. Много спортни клубове предлагат еднократни скокове с парашут и обучителни курсове, всичко това с квалифицирани ин- структори. Една от предпочита-

ните дестинации за туристически скокове е районът на Приморско. Разнообразният релеф и метеоро- логичните особености създават отлични възможности и за пара- планеризъм - обучения, прелети и спортни прояви. Активният сезон е от април до октомври, а когато условията позволяват, могат се да използват и слънчевите зимни дни. В България са маркирани над 80 старта, но съществуват още много неизследвани варианти. На територията на страната се про- веждат състезания от Световна- та купа по парашутизм, а това я прави популярна дестинация за парашутистите от цял свят. Много клубове в цялата страна предлагат тандемни полети с парашутиер.

📍 **Популярни места за въздушни спортове:** Малките летища край Лесново, Силистра, Белозем, Казанлък; дрон зоните на Приморско, Ихтиман, Монтана; центрове за безмоторно лете- не край Сопот, Шумен, София и др.

@ www.bnac.bg
Българска федерация
по Въздушни спортове



СКОКОВЕ С ПАРАШУТ

@ dropzone.bg
Скокове с парашут

Монтана

Летателният център АВА край монтанското село Ерджен е една от световните дестинации за скайдайвинг. Центърът разполага със собствено летище, хангар за самолетите, ресторант, бунгала, басейн, място за скатаване на парашутите, учебна и парашутна зала, както и отлични инструктори. Признание за качеството е и фактът, че в базата преподават и се обучават световни и европейски призьори в дисциплината целно кацане. Освен че можете да се научите на скайдайв по всички международни стандарти, това е и мястото, където можете да направите своя първи скок в тандем с инструктор. Тук се намира и централата на AVA Sport - третият по големина производител на парашутна екипировка в света - гаранция за сигурност и качество.

Още в района:
колела, трекинг



Монтана, фотография: Иво Каракашев

ДЕЛТА/ ПАРАПЛАНЕРИЗЪМ

Сопот

Най-известната дестинация за безмоторно летеене се намира в самия център на страната, до град Сопот, в подножието на Стара планина. Склоновете с южно изложение притежават отлични условия за продължителни прелети. Тук ежегодно се провеждат редица спортни мероприятия, включително и състезания от Световната купа по парапланеризъм. Мястото е подходящо както за напреднали, така и за начинаещи. Край града е изграден и център за екстремни спортове „Шамбала“, който разполага със собствен лифт, отлична база, възможности за къмпинг, басейн, байк-център и приключенски парк. Склоновете над Сопот са редовен

тренировъчен център за най-добрите български парапланеристи, а също и най-популярното място за туристически полети в тандем с опитен инструктор.

Сопот е известен с органичната местна храна и сладолед, който има почитатели и извън България.

Още в района:
колела, трекинг, средновековни крепости, винарни, минерални извори

@ lift-sopot.com
Пара и делтапланеризъм



БЪНДЖИ

Скоковете с бънджи се ползват с голям интерес сред туристите в страната, а за целта спомагат разнообразните възможности за осъществяването им. 120-метровият пътен мост на Витиня е най-високото място за скачане на Балканите. В България се намира и най-високият пещерен свод на полуострова (40 м) в Деветашката пещера край Ловеч, откъдето

също се организират скокове. Голям брой клубове в страната предлагат бънджи скокове като част от портфолиото си, а някои от тях дори организират "бънджи турнета" из популярните точки за скачане. Предлагат се също нощни скокове, както и скокове от балон.

 **Популярни маршрути за бънджи:**
Витиня, Аспарухов мост, Буново, Деветашката пещера, пещера Проходна, Клисура и др.

@ bungee.bg

► **Първият бънджи скок в България е извършен през 1989 г. от Аспаруховия мост във Варна.**



БАЛОН

@ adrenalin.bg

Вълнуващ начин да се опознае красотата на българската природа отвисоко е полетът с балон. Такива се осъществяват на различни места в страната като най-атрактивен е района на Белоградчик, където се прелита над цялото плато, живописните Белоградчишки скали, древни крепости и населените места. В градове като София, Пловдив, Варна, Сопот и Разлог

също се осъществяват редовни полети, а част от популярните услуги са обяд или вечеря по време на полет или приключенски полети над труднодостъпни места. Веднъж на няколко години, през януари, в Разлог се провежда традиционната Международна балон-фiesta.



ПРИРОДА

80 ЗАЩИТЕНИ ТЕРИТОРИИ

82 ПТИЦИ

83 ЖИВОТНИ

84 ГОРИ

85 ДЪРВЕТА

📍 Гранитския дъб

📍 Байкушевата мура

86 КОНЕН ТУРИЗЪМ

88 ЗЕЛЕНИ УЧИЛИЩА

89 📍 Чатъма

България се нарежда на едно от челните места в Европа по своето биоразнообразие.

Характерно за страната е огромното разнообразие на животински и растителни съобщества, съдържащи примери за почти всички главни типове хабитати и биотопи, известни в Европа. В България се срещат повече от 4100 вида висши растения, от които близо 170 вида са ендемич-

ни за страната, а около 300 - за Балканския полуостров. Фауната се състои от 94 вида бозайници, 420 вида птици, 36 вида влечуги, 16 вида земноводни, 207 вида риби, около 27 000 вида насекоми и други безгръбначни. 35% от общия поземлен фонд на страната са покрити от гори, като 60% от тази площ са горите с естествен произход.

@ balkani.org
Фондация Балкани

@ bbf.biodiversity.bg
Българска фондация
Биоразнообразие

@ orhidei.biodiversity.bg
Орхидеите в България

► **Разнообразието от биогеографски влияния и типове местообитания става причина за формиране на огромно флористично и фаунистично разнообразие в България, като биотата на страната се нарежда сред най-богатите в Европа.**

ЗАЩИТЕНИ ТЕРИТОРИИ

► Българската система от защитени природни територии е изграждана в продължение на 90 години. През 1931 г. е обявен първият резерват в България - Силкосия в Странджа, а първият природен парк в България и на Балканите - Витоша, е обявен през 1934 г.



Популярни защитени местности:

Национален парк „Пирин“ с най-голямото разнообразие от иглолистни растителни видове в страната, природен парк „Странджа“ - най-голямата защитена територия в страната, природен парк „Врачански Балкан“ - с най-мощната система от пещери в страната; природен резерват „Централен Рилски“ - един от най-обширните в Европа и др.

@ eea.government.bg/zpo/bg

Регистър на защитените територии и защитените зони в България

@ parks.bg

сайт на Асоциация на парковете в България

www.bulgariatravel.org

За да се запази изключителното биоразнообразие в България са обявени 1023 защитени територии, като те обхващат приблизително 5,2% от територията на страната и 7% от територията на горските площи. Разграничени са в 6 категории: национални паркове (3), природни паркове (11), поддържани резервати (35), резервати (55), природни забележителности (346) и защитени местности (573). На територията им се съхраняват

уникални естествени екосистеми, характерни само за страната или Балканския полуостров, включващи разнообразни дивы растителни и животински видове и техните местообитания. Част от защитените територии в страната попадат под защитата на ЮНЕСКО. Разнообразието на българската природа е предпоставка за успешното развитие на екотуризъм в националните паркове и резервати, където възможностите за

наблюдение на редки видове птици и животни, растения и природни забележителности са неограничени. Защитените територии в страната са специално обозначени с две хоризонтални ивици от бяла и червена боя, които се слагат по границите на обекта. Освен това на посещаеми места се слагат различни видове указателни и забранителни табели, съдържащи препоръки към поведението на посетителите.



Силивряк, фотография: Ив Фук



Пясъчна лилия, фотография: София Попйорданова



ПТИЦИ

На територията на България са регистрирани 420 вида птици, като това е над 70% от общия брой птици, които могат да се наблюдават в Европа. Предпоставка за това многообразие е географското положение на страната и запазената природа. 327 вида птици в страната са под защита, а 140 са включени в Червената книга. Такива са черният щъркел, осоядът, скалният орел, ливадният дърдавец, горският бекас, гълъбът хралупар, белогърбият кълвач, черният кълвач, малкият

креслив орел, соколът орко, големият ястреб, египетски лешояд, орел змияр, ловен сокол, белошпа ветрушка, червен ангъч и други. Над страната преминават два от най-големите коридори за миграция Via Pontika (по протежението на черноморското крайбрежие) и Via Аристотелис (по долината на река Струма).

 **Популярни места за наблюдение на птици:**
Резерват „Сребърна“, защитена местност „Пода“, резерват „Камчия“, Атанасовско езеро, Камен бряг и др.

@ bspb.org
Българско дружество за защита на птиците

@ birdsinebulgaria.org
Представителен съвременен сайт за орнитофауната

@ madzharovo.com

► В България египетски лешояд може да бъде наблюдаван по поречието на река Арда, край яз. Студен кладенец и в района на Маджарово.



ЖИВОТНИ

В България са установени над 290 животински вида, като близо 100 от тях са бозайници. Сред най-разпространените хищници са сивият вълк, лисицата и чакалът. На много места се среща и дивеч - елени, сърни, диви прасета, диви кози... Освен това на територията на страната се срещат и различни застрашени животински видове. В Червената книга на България

са вписани 19 бозайника (златка, пъстър пор, кафява мечка, видра, дива котка, някои видове прилепи и др.), 13 влечуги (вдлъбнаточел смук, змиегушер, леопардов смук, шипобедрена костенурка и др.), както и два вида земноводни (алпийски тритон и сирийска чесновница).

 **Популярни места на диви животни:**
резерват „Пеещите скали“ в Централен Балкан, района на гр. Девин в Родопите, резерватите Юлен в НП Пирин и др.

@ rewilding-rhodopes.com
инициатива за възстановяване на популацията на диви животни в Родопите

► На територията на община Белица е създаден резерват за реадaptация на танцуващи мечки, страдащи от посттравматичен стрес.

ГОРИ

**Популярни
Вековни гори:**
Широколистните гори край Ботевград, старите СевлиеВСки гори, вековните Кюстендилски гори, резерватите „Баюви дупки-Джинджирица“ в Пирин и „Парангалица“ в Рила. Старите букови гори в НП Централен Балкан, обявени за световно природно наследство.

@ [wwf.bg/what we do/forests](http://wwf.bg/what_we_do/forests)
WWF - Световен фонд за дивата природа



В миналото българските земи са били покрити с гъсти и непроходими гори. В хрониките на много летописци и пътешественици се споменават впечатляващите лесовете на Тракия, Лудогорието, Родопите, Рила и Пирин, описвани като „Великата българска гора“ (Silva Bulgarogum). Днес България продължава да е сред държавите с най-много гори в Европа. Те покриват 37% от територията на страната като повечето са с естествен произход, а 4% от тях

са се запазили като „девствени“ или стари гори с вековни дървета, неповлияни от човешка дейност. Могат да се видят предимно в резерватите, в националните паркове и в по-недостъпните високопланински райони и вододайни зони на Родопите, Стара планина, Рила, Пирин и Странджа. Средната възраст на дърветата в България е 53 г., а в старите гори - 100-150 г. Българските гори се отличават с изключително богато биологично разнообразие от иглолистни и

широколистни дървесни видове. Иглолистните гори заемат 21,6% от горската площ на страната, а широколистните - 68,4% като продължават да разширяват своя дял. Българските гори са под контрола на регионалните държавни предприятия и горски стопанства, чиито служители освен грижата за дърветата, полагат усилия и за облагородяването на горските участъци, туристическите и екопътеки из тях, както и тяхната инфраструктура.

► През 2020 г. опазването на старите гори на България е отличено като най-забележителното постижение в управлението и опазването по „Натура 2000“ в Европа.

ДЪРВЕТА

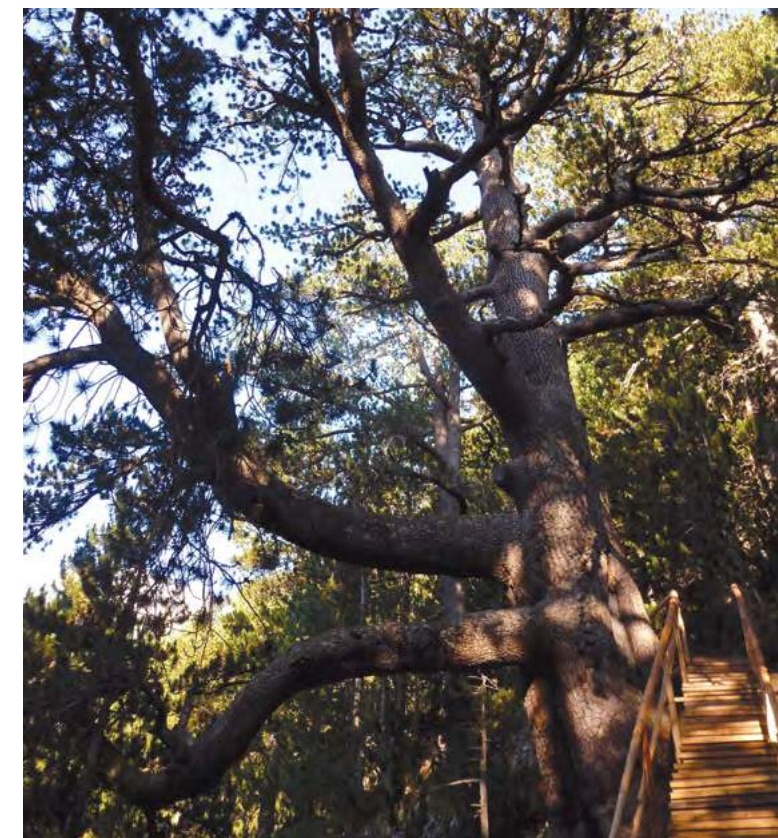
България е и дом на повече от 20 единични вековни дървета, с над 1000-годишна възраст, които днес са предпочитани туристически обекти. Двете най-стари са Гранитския дъб и Байкушевата мура, а сред останалите популярни са Старият бряст в центъра на Сливен, който е и символ на града и се счита, че е на 1119 г., Източният чинар на 1295 години, в двора на манастира „Св. Георги Победоносец“ край село Златолист и др.

Гранитският дъб

Счита се, че Гранитският дъб е най-старото дърво на територията на България. Приблизителната му възраст е 1668 години. Намира се в старозагорското село Гранит. Видът на дървото е обикновен летен дъб (*Quercus robur*) - широколистно листопадно дърво от семейство Букови. Днес от огромната зелена корона е останал само сух скелет с няколко живи клона, подкрепен от стоманена конструкция.

Байкушевата мура

Едно от най-популярните вековни дървета в България е Байкушевата мура. Възрастта му е над 1300 години, като това е и най-старото иглолистно дърво в страната. Видът му е черна мура (*Pinus heldreichii*). Намира се в планината Пирин, по пътя между хижите Бъндерица и Вихрен. Байкушевата мура впечатлява и с размерите си, които са както следва: височина 26 м, диаметър 2,48 м и обиколка 7,8 м. Тя е кръстена на Костадин Байкушев, който през 1897 г. открива екземпляра и след това го описва.



КОНЕН ТУРИЗЪМ

Една от най-древните страни в Европа - България е създадена от конниците на хан Аспарух, а нейният флаг е бил конската опашка. Векове наред конят представлява неразделна част от бита на българина и нищо чудно, че през последните години България се утвърждава като една от най-желаните дестинации за конен туризъм в Европа.

Разнообразен релеф, конни маршрути без огради, непокътната природа само на час-два от столицата София - това е една малка част от приятните изненади, които очакват любителите на конни приключения. Около двадесетина

конни бази в страната предлагат едnodневни и многодневни тренинг маршрути с различна степен на трудност, в съчетание с близо стотина минерални извори и десетки винарски изби. Едnodневните конни маршрути от София най-често включват посещение на Гложенски Манастир - 3-4 часа езда от село Голям Извор в Тетевенски Балкан, както и конните маршрути в района на близките до София планини Витоша, Плана и Лъкатишка Рила.

От седмичните маршрути с най-голяма популярност се радват Родопите, където по-мекият терен дава възможност за продъл-

жителна езда в тръс и галоп. Почти всички родопски маршрути включват посещения в архитектурния резерват Широка Лъка, пещерите в Триград и Ягодина, както и престой в СПА центъра Девин.

СПА и вино е темата и на конните маршрути в Средна Гора, където релефът също позволява езда в тръс и галоп, а посещението на Копревщица и храма-гробница в Старосел са най-главните забележителности.

► Ранчото край село Ковачевци, което предлага разходки с коне, става известно като „Ранчото на Рамбо“, след като там са снимани сцени от филма „Рамбо - последна кръв“.

 **Популярни маршрути за конен туризъм:**
Тетевенски и Троянски Балкан, Средна Гора, Западни Родопи и Лъкатишка Рила.





ЗЕЛЕНИ УЧИЛИЩА

Популярна възможност за обучение сред природата в България са така наречените „зелени училища“, любими на деца и родители. Такива се провеждат в повечето курорти и летовища, както в планината, така и по неурбанизираните територии на черноморското крайбрежие. Тези лагери са с

различна насоченост, като някои от тях провеждат специализирани обучения по различни учебни дисциплини, изкуства или спорт, а други възпитават децата на полезни умения за активности на открито, оцеляване сред природата и учене чрез изживяване.

Популярни лагери:
летните школи по астрономия в местността Бели брези над Ардино и обсерваторията в Рожен, природозащитен лагер Картали с изучаване на дивите птици, край яз. Студен кладенец; лятна школа „Забавна математика“ в село Оряховица; целогодишния младежки център в с. Стакевци; комплексът Момина крепост в местността Ксилифор и др.

ПРИРОДА

Чатъма, Беглика, фотография: Байкария

ПРИКЛЮЧЕНСКИ ТУРИЗЪМ В БЪЛГАРИЯ

Чатъма

@ chatama.bikearea.org
Горски център „Чатъма“

На 9 километра от яз. „Голям Беглик“ е разположена защитена местност „Чатъма“ с едноименния горски център, предлагащ практики за устойчиво развитие и туризъм, природоопазващи инициативи и неформално образование за деца. Дейностите му са насочени към отговорния туризъм и създаването на разбиране сред подрастващите към природата и опазването ѝ. Мястото е домакин на няколко собствени туристически програми и проекти, а основната цел е обучението и

възпитанието на децата в дух на грижа към природата.

Програмите се провеждат предимно през летните месеци. Учениците придобиват редица умения за бивакуване, ориентиране, катерене, колоездене и плаване с кану/каяк в спокойни води. Екипът е съставен от хора с дългогодишен опит в работата с деца и дейностите на открито. Тук се провежда през август и ежегодния събор „Беглика фест“.

► Горски център „Чатъма“ е екологично ориентиран - задоволява нуждите си от електричество чрез соларна система, отпадните води от битови нужди се пречистват в био-лагуна, а тоалетните са компостни.



ПЛАНИНСКА СПАСИТЕЛНА СЛУЖБА

Спешни телефони за връзка с ПСС:

112 единен европейски номер за спешни повиквания

1470 (за всички мобилни оператори)

02 963 2000 централен денонощен пост на ПСС



► **Планинската спасителна служба разполага с 21 обучени кучета и водачи, които живеят близо до планините и са в непрекъсната готовност за действие. Кучетата на ПСС са участвали в много реални акции, като тяхната намеса значително съкращава времето, необходимо за откриване на затрупаните или изгубени хора.**



Планинската спасителна служба е една от най-важните организации, отговарящи за безопасността на туристите и провеждането на спасителни мисии при инциденти, бедствия и аварии на територията на страната. Създадена през 1933 г. като доброволна спонтанна дейност на отделни групи планинари, днес ПСС е съществена част от структурата на БЧК, като планинските спасители продължават да работят изцяло на доброволен принцип. Основна задача на ПСС е да оказва помощ при нещастия в планините. Спасителите дежурят в ключовите пунктове на големите български планини и в случай на нужда провеждат сложни и технически спасителни операции, евакуират пострадали до лечебно заведение. ПСС полага и превантивни грижи за предотвратяване на инцидентите в

планините. Всеки ден се осигурява актуализирана информация за състоянието на различните планински курорти. Организиран се и обучителни мероприятия за деца и юноши. ПСС разполага с 32 спасителни отряда и над 650 доброволци планински спасители. В организацията работят и 50 души платени планински спасители, които отговарят за организацията, управлението и провеждането на ежедневните дейности на службата, както и за поддържане на материално-техническата база. В общия състав на ПСС участват и 58 лекари доброволни планински спасители. Тяхната роля е изключително важна при оказване на специализирана лекарска помощ на пострадали високо в планината, на труднодостъпни места или по време на транспорта към болничното заведение. Те участ-

ват активно и в медицинската подготовка на спасителите. Планинските спасители преминават двегодишен период на основно обучение и придобиват комплексни знания и умения за оказване на долекарска медицинска помощ, техника и тактика на планинското спасяване, ски и алпийска техника, топография и ориентирване, обща планинска подготовка, съобщителна техника, транспортна техника, други специализирани знания. Периодически планинските спасители преминават през квалификационни курсове, а за проверка на оперативната готовност и състояние на отрядите ежегодно се провеждат републикански технически прегледи.

ИНДЕКС

- ВОДА -

12 РЕКИ

moew.government.bg - Министерство на Околната среда и водите

14 РАФТИНГ

adventurenetbg.com - Учредител на Българска рафтинг асоциация

16 КАЯК

bko.bg - Българско каяк общество

18 ВОДОПАДИ

waterfallsbg.info - Водопадите в България

20 ЕЗЕРА И ЯЗОВИРИ

bd-dunav.org - Басейнова дирекция “Дунавски район”

22 МОРЕ

marad.bg - Изпълнителна агенция “Морска администрация”

24 ВЕТРОХОДСТВО

bulsaf.bg - Българска федерация по ветроходство

25 ГМУРКАНЕ

bnaaa.org - Българска Национална Асоциация по Подводна Дейност

26 СЪРФ, КАЙТ/УИНДСЪРФ, УЕЙКБОРД

bewsasurf.wordpress.com - Българска Асоциация по Екстрем-ни Водни Спортове

29 DEEP WATER SOLOING

climbingguidebg.com - българският сайт за катерене

- ПЛАНИНИ -

34 ХИЖИ И ПЛАНИНСКИ СПОРТНИ ЦЕНТРОВЕ

btsbg.org - Български туристически съюз
bulgarian-mountains.com/huts - сайт с локации на планинските обекти у нас
nsb.bg - Спортна база “Белмекен”

36 ТРЕКИНГ И ПРЕХОДИ

planini.eu - Планини и хора - асоциация на планинските водачи в България

41 ПЛАНИНСКО БЯГАНЕ

racecalendar.bg - календар със състезанията в България през годината

42 КАТЕРЕНЕ, БОУЛДЪР И АЛПИНИЗЪМ

bfka.org - Българска федерация по катерене и алпинизъм
climbingguidebg.com - българският сайт за катерене

52 ТРОЛЕЙ

zipline.4epelare.com

53 ПРИКЛЮЧЕНСКИ ПАРКОВЕ

kokolandia.com - приключенски парк в София

53 СТЕНИ ЗА КАТЕРЕНЕ

walltopia.bg - Катерачна зала в централата на Walltopia
climb.nsa.bg - Катерачна зала към Национална спортна академия

54 ПЕЩЕРИ

speleo-bg.org - Българска федерация по спелеология

baatbg.org - Българска асоциация за алтернативен туризъм

kade.si - интерактивна карта на планините в България

- КОЛОЕЗДЕНЕ -

58 ШОСЕЙНИ И ПЛАНИНСКИ МАРШРУТИ

newthraciangold.eu - трансродовски маршрут
Bikearea.org - маршрути

62 БАЙК ЦЕНТРОВЕ

MTB-BG.com - българският сайт за планинско колоездене

bgcf.bg - Българска федерация колоездене

- СНЯГ -

66 АЛТЕРНАТИВНИ КУРОРТИ / СКИ ЗОНИ

befsa.com - Българска асоциация за ски свободен и екстрем стил

68 СКИ ТУРИНГ / СВОБОДНО КАРАНЕ

skiingthebalkans.com

70 ЗИМНИ ПРЕХОДИ

planini.eu - Асоциация на планинските водачи в България

71 SNOWKITE - iztreshteam.org

- ВЪЗДУХ -

74 ПАРАПЛАНЕРИЗЪМ И ДЕЛТАПЛАНЕРИЗЪМ

lift-sopot.com

75 СКОКОВЕ С ПАРАШУТ - dropzone.bg**76 БЪНДЖИ -** bungee.bg**77 БАЛОН -** adrenalin.bg

bnaс.bg - Българска федерация по въздушни спортове
bulatsa.com - Въздушен контрол

- ПРИРОДА -

80 ЗАЩИТЕНИ ТЕРИТОРИИ

eea.government.bg/zpo - Регистър на защитените територии и защитените зони в България
parks.bg - Българска асоциация на парковете

82 ПТИЦИ

bspb.org - българско дружество за защита на птиците

83 ЖИВОТНИ

balkani.org - фондация Балкани

84 ГОРИ И ДЪРВЕТА

wwf.bg - български клон на Световния фонд за дивата природа

86 КОНЕН ТУРИЗЪМ

bakt.bg - Българска асоциация за конен туризъм
horseridingbulgaria.com

88 ЗЕЛЕНИ УЧИЛИЩА

chatama.bikearea.org - Горски център “Чатъма”
mon.bg

rewildingrhodopes.com - инициатива за възстановяване на популацията на диви животни в Родопите
bbf.biodiversity.org - Българска фондация Биоразнообразие

- ПСС -

90 pss-bg.bg - Планинска спасителна служба към Български чевен кръст.

- ЕКИП -

360mag.bg - списание за приключенски спортове
hiking-bulgaria.com - агенция за алтернативен туризъм в България с над 25-годишна история
stenata.bg - най-стария магазин за планинска и туристическа екипировка
planini.eu - Планини и хора - асоциация на планинските водачи в България

ТУРИСТИЧЕСКИ ИНФОРМАЦИОННИ ЦЕНТРОВЕ

Списък с контакти на някои от по-важните туристически информационни центрове на Министерството на туризма в страната, където може да се получи всякаква информация, относно възможностите и условията за приключенски туризъм в съответния регион.



ПЛАНИНСКИ ВОДАЧИ

Първите организирани туристически пътувания в България датират от 1895 г. Заедно с развитието на планинарството и алпинизма, в България започват да се провеждат и курсове за планински водачи, но за истинското начало на професията ще трябва да изчакаме. През 1990г. група алпинисти създават първата агенция за приключенски туризъм, а заедно с това поставят началото на модерното планинско водене. През 1997 г. е основано сдружението на планинските водачи в България "Планини и Хора", а през 2003 г. професията на водача влиза в туристическото законодателство.

В България професията е представена в две нива: водач придружаващ туристите през лятото в пешеходни преходи, а през зимата в преходи със снежоджки, с опция водене на пътувания с планинско колело или ски-преходи, и алпийски водач, който има право да води туристи по всякакви терени, включително като използва специална екипировка и техники на придвижване с катерене. Всички планински водачи са регистрирани в Националния туристически регистър на екскурзоводите и планинските водачи. През 2018г., по примера на най-известните сдружения на планинските водачи в Европа,

Асоциация Планини и хора приема Етична харта на планинския водач. Активно работещите български планински водачи членуват в организации като IFMGA и UIMLA. Вие се интересувате или вече практикувате алпинизъм, скално и ледено катерене, ски преходи, преходи със снежоджки, техничен трекинг, виа ферата, маршрути с планинско колело, обичае сигурност в преходите пеша. Открийте света на планините с професионален планински водач.

@ www.planini.eu
Планини и хора – Асоциация
на планинските водачи
в България



Издател
"Екстрийм медия" ООД

Главен редактор
Любомир Попйорданов

Редактор
Христо Узунов

Творчески директор
Иван Панчев

Графичен дизайн и предпечат
Андреа Попйорданова

Използвани шрифтове
Mozer, Muller, Squad

Превод английски
Зорница Лазарова

Превод немски
Волфганг Браухле

Превод френски
София Табакова
и Любомир Попйорданов

Коректор
Веселина Станкева

Съдържанието на изданието – текст или визия, не може да бъде репродуцирано изцяло или в частност без изричното разрешение на издателя. „Екстрийм Медия“ ООД. Снимките и визуалните материали в изданието са отпечатани с уредени с техните автори права.

Фотографи
Александър Иванов
Бранислав Бранков
Васил Тодев
Виктор Троянов
Владислав Терзийски
Георги Герджиков
Грегъри Рохарт
Георги Хаджийски
Дамян Георгиев
Димитър Димитров
Живко Накев
Ивайло Дончев
Иван Добрев
Иво Данчев
Иво Каракашев
Ив Фук

Илко Илиев
Йоан Колев
Катерина Негкова
Константин Величков
Костадин Вълчев
Марин Кафеджийски
Михаил Заимов
Момчил Дамянов
Любомир Попйорданов
Пламен Куденко
Руслан Вакиров
София Попйорданова
Стефан Илиев
Христо Узунов
Тихомир Рачев
Цветан Остромски
Юлиан Ангелов
Яне Голев
Adventure.net
Байкария
Байк парк Боровец
Вертикален свят
horseridingbulgaria.com
Pamporovo Bike Centre



Снимка корица:
Злия зъб, Георги Хаджийски

Фотографи задна корица
Виктор Троянов, Йоан Колев,
Марин Кафеджийски, Любомир
Попйорданов, Пламен Куденко,
Стефан Илиев, Христо Узунов

За кореспонденция:
"Света Троица", ул. "Пловдив",
бл. 358, ет. 21 ап. 74,
magazine@360mag.bg,
0878 612 740
360mag.bg

Изданието е четириезично
с тираж 4 x 500 бр.,
София, март 2021

ISSN: 13139959



bulgariatravel.com
360mag.bg
stenata.com
hiking-bulgaria.com



БЪЛГАРИЯ

ПРИКЛЮЧЕНСКИ ТУРИЗЪМ

България разполага с цялата палитра от терени, пейзажи и възможности за приключения, за които един любител на активности може да мечтае. Върхове високи над 2900 м, над 200 хижи и повече от 300 високопланински езера, бистри реки и каньони, десетки хиляди километри маркирани пътеки, развита система от защитени територии и над 300 км брегова ивица.

ОТ МОРЕТО ДО ПЛАНИНАТА



ЧЕТИРИ СЕЗОНА

Всяка част на годината предлага нови активности. Пролетта започва с рафтинг, каяк и каньонинг по пълноводните реки, катерим стари и нови маршрути, дивим се на мащабни миграции на птици и опъваме палатките за дълг девет месечен сезон, в който не слизаме от колелото. Лятото продължаваме с преходи в прохладни вековни гори и по технически скалисти ръбове, летим, практикуваме всички сърф разновидности, гмуркане, скокове във вода. Есента използваме да сме във високата планина, където се разхождаме и къмпингуваме, а зимата караме ски и сноуборд и се отдаваме на алпинизъм.



bulgariatravel.org

