

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный профессионально-педагогический университет»
Институт гуманитарного и социально-экономического образования
Кафедра социологии и социальной работы

СПОРТИВНЫЙ ТУРИЗМ В УСЛОВИЯХ СРЕДНЕГОРЬЯ

Выпускная квалификационная работа бакалавра
по направлению подготовки 44.03.04 Профессиональное обучение
(по отраслям)
профилю подготовки «Сервис»
специализации «Туризм и гостиничный сервис»

Идентификационный код ВКР: 012

Екатеринбург 2019

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский государственный профессионально-педагогический университет»
Институт гуманитарного и социально-экономического образования
Кафедра социологии и социальной работы

К ЗАЩИТЕ ДОПУСКАЮ:
Заведующая кафедрой СЦР
_____ Л. Э. Панкратова
« ____ » _____ 2019 г.

СПОРТИВНЫЙ ТУРИЗМ В УСЛОВИЯХ СРЕДНЕГОРЬЯ

Выпускная квалификационная работа бакалавра
по направлению подготовки 44.03.04 Профессиональное обучение
(по отраслям)
профилю подготовки «Сервис»
специализации «Туризм и гостиничный сервис»

Идентификационный код ВКР: 012

Исполнитель:

Студентка группы ТГС-401

А. А. Сидорова

Руководитель:

доцент кафедры социологии и
социальной работы,
канд. социол. наук, доцент

И. В. Чебыкина

Нормоконтролер:

ст. преподаватель кафедры
социологии и социальной работы

В. С. Куимов

Екатеринбург 2019

РЕФЕРАТ

Выпускная квалификационная работа выполнена на 73 страницах, содержит 50 источника литературы, а также 13 приложения на 44 страницах.

Ключевые слова: ТУРИЗМ, СПОРТИВНЫЙ ТУРИЗМ, СПОРТИВНЫЕ ТУРЫ, СРЕДНЕГОРЬЕ, РАЗРАБОТКА ТУРА.

Объектом работы является спортивный туризм как вид туризма.

Предметом работы выступает спортивный туризм в условиях среднегорья.

Цель работы – изучение спортивного туризма в условиях среднегорья как вида спортивного туризма.

Работа посвящена изучению спортивного туризма и разработке туров в среднегорье. Во введении раскрыта актуальность темы и ее изученность, практическая значимость работы, сформулированы цели, задачи, определен объект и предмет дипломной работы.

Первая глава выпускной квалификационной работы посвящена теоретическим основам спортивного туризма.

Вторая глава посвящена характеристике любительского бега, особенностям тренировок и использования климатических факторов среднегорья в подготовке.

В третьей главе описаны результаты изучения потенциального спроса на тур, описаны его проектирования. Разработан спортивный тур, дана его характеристика, рассчитано технико-экономическое обоснование, себестоимость.

Четвертая глава посвящена методической разработке заданий в тестовой форме для контроля знаний по теме «Спортивный туризм в условиях среднегорья».

В заключении подведены итоги работы, сформулированы ключевые выводы.

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	4
1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ СПОРТИВНОГО ТУРИЗМА КАК ВИДА ТУРИЗМА	7
2. СПОРТИВНЫЕ БЕГОВЫЕ ТУРЫ КАК НАПРАВЛЕНИЕ СПОРТИВНОГО ТУРИЗМА	23
3. РАЗРАБОТКА СПОРТИВНЫХ ТУРОВ В СРЕДНЕГОРЬЕ.....	39
4. МЕТОДИЧЕСКАЯ РАЗРАБОТКА ЗАДАНИЙ В ТЕСТОВОЙ ФОРМЕ ДЛЯ КОНТРОЛЯ ЗНАНИЙ ПО ТЕМЕ «СПОРТИВНЫЙ ТУРИЗМ В УСЛОВИЯХ СРЕДНЕГОРЬЯ»	60
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	68
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ	70
ПРИЛОЖЕНИЕ 1 – Влияние бега на организм человека.....	74
ПРИЛОЖЕНИЕ 2 – Анкета для потенциальных потребителей.....	75
ПРИЛОЖЕНИЕ 3 – Результаты анкетирования	85
ПРИЛОЖЕНИЕ 4 – Бланк интервью директора турфирмы «Латона».....	95
ПРИЛОЖЕНИЕ 5 – Протокол интервью директора турфирмы «Латона»	97
ПРИЛОЖЕНИЕ 6 – Бланк интервью директора «Беговое сообщество»	100
ПРИЛОЖЕНИЕ 7 – Протокол интервью директора «Беговое сообщество»....	102
ПРИЛОЖЕНИЕ 8 – Расчет стоимости тура в Кению	106
ПРИЛОЖЕНИЕ 9 – Расчет стоимости тура в Киргизию.....	107
ПРИЛОЖЕНИЕ 10 – Расчет стоимости тура в Кисловодск.....	108
ПРИЛОЖЕНИЕ 11 – Технологическая карта Екатеринбург – Итен.....	109
ПРИЛОЖЕНИЕ 12 – Технологическая карта Екатеринбург – Бостери.....	112
ПРИЛОЖЕНИЕ 13 – Технологическая карта Екатеринбург – Кисловодск	115

ВВЕДЕНИЕ

Туризм является частью социальной сферы, он создает условия для перемены от рабочей деятельности к отдыху, обеспечивает охрану здоровья, обслуживает потребителя, формирует общеобразовательный и культурный уровень населения. По тому, как интенсивно и как качественно развивается национальная туристская индустрия можно охарактеризовать уровень благосостояния и развития экономики страны в целом. А также являясь одним из самых доходных видов бизнеса в мире, туризм в силах принести огромную пользу не только России, но и отдельным регионам.

Среди многих видов туризма есть спортивный туризм, который мы понимаем как сравнительно новый вид туризма, способствующий удовлетворению потребности человека в занятии спортом. Различные страны всячески стараются развивать индустрию спортивного туризма, чтобы привлекать и удовлетворять потребности энтузиастов спорта, предлагая высокое качество спортивной инфраструктуры. Стандартный отдых в виде лежания на пляже со временем начинает наскучивать, из-за чего люди ищут чего-то нового, чего-то особенного. Актуальность спортивного туризма растёт.

Хочется отметить, что к спортивному туризму относятся поездки с целью занятием спорта в местах отличным от места жительства для занятия тем или иным видом спорта. Такие поездки могут быть связаны как с профессиональным спортом, так и любительским.

В России спортивный туризм развит слабо, потому что большинство туроператоров и турфирм привыкли работать по отработанной схеме с привычными направлениями, например, Турция, Египет, Таиланд и так далее. Постепенно им придётся обратить внимание на туры, связанные с активной деятельностью, потому что потребители постепенно отходят от привычного пляжного отдыха и ищут новые направления, которые бы подарили им новые впечатления.

Одним из видов активной деятельности является беговое движение. Сейчас оно находится на пике популярности в России. По самым скромным подсчетам бег в качестве оздоровительного средства используют более 100 миллионов людей всех возрастных категории во всем мире. Для того чтобы улучшать свои показатели на соревнованиях, профессиональные спортсмены отправляются в среднегорье на тренировочные сборы, такую тенденцию подхватили и любители бега, не являющиеся профессиональными спортсменами, они так же хотят улучшить свои достижения.

Все это способствует созданию нового продукта спортивного туризма, такого, как спортивные беговые туры в среднегорье. Любители бега имеют товарищей по бегу и как альтернативу пляжному отдыху им можно предложить поездку с группой в среднегорье. Они все проводятся в туристических местах, где есть соответствующая инфраструктура. Концепция отдыха спортивных беговых туров, это посещения достопримечательностей с тренировками, более выгодная и привлекательная.

Изученность проблемы. Изучением проблем и аспектов спортивного туризма занимались такие зарубежные ученые, как А. Лидьярд, К. Ризель, Х. Гибсон, И. Меркуриалис, Э. Роттердамский, Х. Л. Вивес и другие. Благодаря их трудам данный вид туризма стал самостоятельной отраслью со своим терминологическим аппаратом и стал рассматриваться как отдельное направление. Среди российских учёных, разработавших подходы к определению спортивного туризма, числятся М.Б. Биржаков, О.П. Панкратов, Е. А. Власов, Н.В.Крыленко, О.Ю.Шмидт, Н.П.Горбунов и другие.

Объектом работы является спортивный туризм как вид туризма.

Предметом работы выступает спортивный туризм в условиях среднегорья.

Цель работы – изучение спортивного туризма в условиях среднегорья как вида спортивного туризма.

Для реализации поставленной цели были сформулированы следующие задачи:

1. Рассмотреть понятие и виды спортивного туризма как вида туризма;
2. Охарактеризовать спортивные беговые туры в условиях среднегорья как направление спортивного туризма;
3. Разработать тур в среднегорье Кению, Киргизию и Кисловодск;
4. Составить методическую разработку заданий в тестовой форме «Спортивный туризм в условиях среднегорья».

Эмпирическую базу составили данные опроса 100 человек, увлекающихся бегом. Респондентами стали участники спортивных мероприятий «Беговое сообщество» города Москвы, которое занимается организацией спортивных соревнований для любителей бега. А также было проведено интервью с директором турфирмы «Латона» и директором «Беговое сообщество».

Практическая значимость. Результаты исследования могут быть использованы при прогнозировании спроса на направления спортивных беговых туров, при изучении текущего состояния рынка спортивного туризма, при разработке спортивных беговых туров и их последующей реализации. Отдельные результаты исследования могут использоваться в учебном процессе при чтении лекций по дисциплинам «Статистика туризма», «Маркетинг», «Продвижение тур продукта» студентам экономических и педагогических специальностей вузов.

1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ СПОРТИВНОГО ТУРИЗМА КАК ВИДА ТУРИЗМА

С древних времен человечеству свойственно перемещение с различными целями из постоянного места пребывания. В современном мире меняется характер перемещений, совершенствуется транспортное обеспечение, происходит изменение экономики стран. Данные процессы приводят к тому, что различные поездки с разными целями, становятся значительной частью современного общества. Целями перемещений стали – досуг, работа, учеба. Путешествие становится глобальным трендом. Перспектива очевидна тренд будет всегда расти. Однозначного определения «Туризм» нет. Обыденное толкование «Туризм» – это совокупность увлекательных видов отдыха, позволяющие сменять привычные обстановки, способствующий восстановлению трудоспособности, получение запоминающих впечатлений, узнавания нового о культуре, образе жизни. В широком смысле «Туризм» - это передвижение со сменой быта¹.

Терминология туризма находится в постоянном развитии. Само слово «Туризм» происходит от французского «Tourisme» – объезд, обход, поездка, путешествие, выезд, прогулка. Этот термин вошел в мировую практику со второй половины девятнадцатого века. Изначально он означал только пешеходные прогулки, а в двадцатом веке постепенно стал приобретать более универсальное значение, охватывая все перемещения человека с целью оздоровления, отдыха или изучения².

Однозначного подхода к толкованию понятия туризма нет, научное определение туризма представлено в трудах зарубежных и отечественных

¹Писаревский Е.Л. Основы туризма: учебник. М.: Федеральное агентство по туризму, 2014. С. 46

² Возникновение туризма [Электронный ресурс]: Режим доступа: <https://natural-sciences.ru>

ученых. Большинство туризм рассматривается как разновидность путешествия людей в иную местность или страну с целью отдыха.

В законе "Об основах туристской деятельности в Российской Федерации" №132-ФЗ (действующая редакция 2018) сказано, что «Туризм» – это временные выезды (путешествия) граждан Российской Федерации, иностранных граждан и лиц без гражданства с постоянного места жительства в целях оздоровительных, познавательных, профессиональных, спортивных, религиозных и иных целях без занятия оплачиваемой деятельности в стране (месте) временного пребывания¹.

В статистических целях «Туризм» – это разнообразные формы передвижений туристов по маршрутам, вид путешествия туристов, пребывание за пределами своего места жительства и аспекты временности пребывания в месте поездки, форма умственного и физического воспитания, реализованное через социально-гуманистические функции туризма, популярная форма организации отдыха, отрасль хозяйства, сегмент рынка².

Для полного описания сферы деятельности туризма, выделяют некоторые особенности туризма:

- В отличие от путешествия туризм совершается в короткие промежутки времени (тур выходного дня от 1-3 дней; небольшие туристические поездки – недельные; двухнедельные – 10 -14 дней; более 14 дней);
- Для туризма важно определить постоянное место жительства;
- Определение периода свободного времени исходит из общего понимания туризма;
- Туризм – это важная составляющая экономических и культурных взаимоотношений между странами.

Можно выделить две формы туризма:

¹Федеральный закон «Об основах туристской деятельности в Российской Федерации»: закон. М.: Норматика, 2019. С. 3

²Путрик Ю.С. История туризма: учебник М.: Федеральное агентство по туризму, 2014. С. 151

1. Внутренний туризм – это туризм внутри своей страны, путешествия в пределах этой страны лиц, которые постоянно в ней проживают;

2. Международный туризм – это туризм за пределы своей страны, т.е. иностранный туризм. Он бывает:

- Въездной – это путешествия лиц, постоянно проживающих в одной стране, в другую страну;
- Выездной – это путешествия в пределах конкретной страны лиц, не проживающих постоянно в данной стране¹.

Так же в туризме выделяют различные группы субъектов, которые неотъемлемо взаимодействуют с туризмом:

1. Турпродукт – основная деятельность туроператоров, заключающаяся в формировании конкретных туров. Турпродукт включает в себя туристские услуги (бронирование, перевозка, размещение, питание, развлечение), туристские работы (страхование, информирование, финансирование, фотоуслуги, оформление виз), туристские товары (сувениры, снаряжения, потребительские товары).

2. Туристская индустрия – совокупность гостиниц и иных средств размещения, транспортных средств, оборудования предприятий общественного питания, оборудования и коммунальных услуг, развлекательных, хозяйственных, оздоровительных, спортивных и иных назначений, организаций, выполняющих туроператорскую и турагентскую деятельности, а также организаций, предоставляющих организацию экскурсий и услуг гидов-переводчиков.

3. Туристическая инфраструктура – это комплекс действующих сетей и сооружений производителя, социального и рекреационного назначения, обеспечивающий нормальный доступ туристов к ресурсам и их использования в целях туризма.

¹Писаревский Е.Л. Основы туризма: учебник. М.: Федеральное агентство по туризму, 2014. С. 79

4. Местные органы власти – администрация местных или региональных властей, рассматривают туризм как один из важных факторов экономики, связанный с доходами, которые местные граждане могут получать от этого бизнеса в виде налогов, поступающих в местный бюджет от приезжих туристов.

5. Принимающая сторона – это местное население, которое определяется в первую очередь как фактор занятости населения. Для данной группы одним из важных является результат взаимодействия местного населения с туристами, в том числе и с иностранными туристами.

Туризм определяется как совокупность взаимоотношений и явлений, проявляющихся при взаимодействии туристов, местных властей, поставщиков и местного населения в процессе туристской деятельности¹.

Таким образом, туризм является разносторонним явлением, которое связано с историей, культурой, медициной, экономикой, географией, спортом, архитектурой и многими другими науками. Ни одна из них не может точно и полностью охарактеризовать его объектом собственного исследования. Многообразие предложений на рынке туристских услуг и их содержание порождает различные классификации видов туризма. В рамках нашей работы мы сосредоточим внимание на спортивном туризме и рассмотрим его как вид туризма.

Спортивный туризм – считается особым видом туризма, официально зародившимся в России в 20 веке, он включает в себя преодоление определенных маршрутов, а также сочетание в себе физических нагрузок и отдыха, такой вид туризма более предпочтителен активным туристам. Данный вид туризма представляет собой организацию и проведение групповых мероприятий, но не исключает и индивидуальные мероприятия, связанные с бегом, лыжным спортом, рафтингом, различными многоборьями, командными видами, пешими прогулками, в том числе и походы в горы. Основная задача

¹Терминология туризма. Основные понятия и определения туризма [Электронный ресурс]: Режим доступа: <http://www.razlib.ru>

туристов – это преодоление маршрутов и препятствий встречающих на пути, маршруты могут быть разбиты на несколько дней и даже недель.

Спортивный туризм – это множество разнообразных и захватывающих способов провести свое свободное время, для многих туристов спортивный туризм, является не развлечением, а образом жизни.

Спортивный туризм по всему миру изначально преследовал не рекреационную цель, а практическую, ученые и географы изучали местность цивилизации человечества. Хотя стоит, отметить, что перспективы были значительными для развития спортивного туризма, в годы советской власти влияние этого направления только усиливалось.

Именно в СССР официально признали спортивный туризм как вид туризма, он был ориентирован на молодежь от 18 до 30 лет. Любой отдых старалась совмещать с активными развлечениями, чаще всего это были командные выезды на соревнования. Спорт не связывался с экстримом, его главной задачей было сплотить людей и улучшить физическую форму¹.

Спортивный туризм включает в себя 3 основные функции, это оздоровление, совершенствование тела и общественное воспитание. Под оздоровлением понимается восстановление сил как физических, так и духовных, улучшение самочувствия. Научно доказано, люди, которые занимаются спортом, реже болеют и более устойчивы к стрессам. Совершенствовать тело можно и в спортивном зале, но лучший эффект будет достигнут на природе. Актуальность общественного воспитания в спортивном туризме в том, чтобы сформировать личностные качества у общества, прививая с самого детства любовь к спорту, можно воспитать здоровую и активную нацию.

Спортивным туризмом в России занимается до 4 млн человек на период 2018 года. Развитием спортивного туризма в России занимается Туристско-спортивный союз России и его технический комитет – Федерация спортивного

¹Таймазова В.А. Теория и методика спортивного туризма: учебник. М.: Советский спорт, 2014. С. 9

туризма России, которые объединяют более 75 коллективных членов, субъектов РФ¹.

Каждый из нас знает, что такое походы, сплавы по рекам, вело и мотопоездки, конные прогулки, посещение местности с целью занятием спорта, но не каждый задумывается, что это все часть спортивного туризма. Стоит отметить на сегодняшний день, спортивный туризм является больше, чем одной из форм и видов туризма, спортивный туризм в России это национальный вид спорта.

В профессиональном туризме лежат соревнования на маршрутах, включающие преодоление препятствий, разделенных на категории, в природной сфере, это могут быть перевалы, пещеры, вершины и прочие, и на самой дистанции проложенной в природной сфере и на искусственном рельефе, за прохождение данных маршрутов присваиваются разряды.

Хочется отметить, что к спортивному туризму относятся и поездки с целью занятием спорта в местах отличным от места жительства с благоприятным климатом для занятия тем или иным видом спорта. Такие поездки могут быть связаны как с профессиональным спортом, так и на уровне любительском. В теплых странах это могут быть поездки, связанные с бегом, скалолазанием, плаванием, велоспортом, различными многоборьями, парусным спортом. В странах, где царит холод, предпочитают лыжный спорт, катание на сноуборде, альпинизм и т.д.

Классификации спортивного туризма множество, мы приведем официальную классификацию, в которой выделяют:

- Горный туризм – включает в себя путешествия по горам, вдоль склонов, хребтов, ледников, перевалов и горных потоков.
- Водный туризм – включает походы по рекам, озерам, морям и водоемам на надувных лодках (плотах), складных байдарках, катамаранах, плотах и др. А так же в данном виде туризма сочетаются активный отдых, отдых с целью оздоровления и элементы спорта.

¹Спортивный туризм [Электронный ресурс]: Режим доступа: <https://rtournews.ru/blog>

- Велосипедный туризм – это путешествия и спортивные велосипедные прогулки по равнине, пескам, горным тропам, по реке (вброд) на различных велосипедах. Данный вид транспорта является наиболее экологичным. Группы по 4-6 туристов выезжают на многодневные экскурсии.

- Спелеотуризм – посещение разнообразных естественных или искусственных пещер и лабиринтов. Спелетуризм вызывает, интересен у туристов своим разнообразием рельефов, создающие всяческие препятствия для прохождения маршрута (колодцы, завалы, узкие щели, подземные реки и т. д.).

- Пешеходный туризм, считается, самым массовым видом активного отдыха. Для преодоления перевалов не требуется специальной подготовки и снаряжения. Вы просто гуляете, наслаждаясь красотой окружающего мира. Простые пешеходные экскурсии организуются практически на любой территории. Походы более высокой категории сложности можно проводить в достаточно простых горных районах.

- Лыжный туризм, является наиболее массовым видов активного туризма. Это не только многодневные поездки по лесам, холмам и полям, но и по тайге, тундре, архипелагам и льдам (включая Антарктиду), горам.

- Парусный туризм, путешествия на судах под парусом по морю или по большим озерам или рекам.

- Конный туризм, путешествия с использованием животных, лошадей, пони, ослов, верблюдов. Конный маршрут по продолжительности может быть от одного часа до нескольких дней, недель. Маршрут от четырех дней называется походом.

- Авто-мототуризм, путешествия туристов в страны или местность, отличную от их постоянного места жительства, в которых основным передвижением является частные или арендованные авто или мототехника.

- Комбинированный туризм – это совмещение разнообразных методов и видов туризма. Данный коктейль получается при организации

соревнований по технике пешего туризма, поисково-спасательных работ, туристского многоборья¹.

Популярность спортивного туризма растет с каждым годом, и это является большим социально-экономическим плюсом для каждой страны,

Далее рассмотрим направления спортивного туризма и группы потребителей.

В настоящее время количество туристов, путешествующих по всему миру и в пределах своей страны, неизбежно растет. К факторам развития туризма относят рост личных доходов граждан, которые позволяют удовлетворять необходимые потребности, технические совершенствования средств связи и транспорта, вовлечение в туризм новых слоев общества, таких как хозяев мелких предприятий, пенсионеров, семейный туризм. Увеличение темпа ростов городов приводит к расширению туризма – формируются крупные туристические предприятия, которые рекламируют свои услуги и товары. Значительную роль играет тенденция к дроблению отпуска, в результате чего сроки туризма сокращаются, но зато растет количество поездок в разные места, как за пределы страны, так и внутри. Особую роль занимает деятельность государственных органов власти, которая регулирует порядок въезда и выезда из данной страны и пребывание на ее территории иностранцев².

Одно из растущих предложений как раз связано с развитием спортивного туризма. Основной идеей использования спорта как средства по развитию туризма состоит в том, чтобы как можно больше популяризовать спорт во всем мире. Привлечение туристов к местам проведения спортивных соревнований практикуется на протяжении веков с момента открытия Олимпийских игр по настоящее время.

По подсчетам Федерального агентства по туризму, в период 2011–2012 года доля спортивного туризма на российском рынке составляла 8 процентов.

¹ *Классификация* спортивного туризма [Электронный ресурс]: Режим доступа: <http://www.tssr.ru/files>

² *Понятие* и общая характеристика режима пребывания иностранных граждан в РФ [Электронный ресурс]: Режим доступа: <https://studwood.ru>

Он уступал деловому, культурно-познавательному и пляжному туризму. В период 2013 – 2015 доля спортивного туризма возросла на 2 процента, это подтверждается проведением именно в России спортивных мероприятий международного уровня, Чемпионат мира по легкой атлетике (Москва – 2013), Универсиады в Казани – 2013, Зимних Олимпийских игр (Сочи – 2014). По подсчетам Ростуризма на период 2016 – 2018 спрос на спортивный туризм резко увеличился до 13 процентов, такой скачок произошел благодаря грандиозным спортивным мероприятиям Универсиада Красноярск – 2018 и Чемпионат мира по футболу – 2018¹.

Спортивный туризм набирает обороты по всему миру в последние годы, различные страны всячески стараются развивать индустрию спортивного туризма, чтобы привлекать и удовлетворять потребности энтузиастов спорта, предлагая высокое качество спортивной инфраструктуры. Ряд стран Европы, Ближнего Востока и Африки активно развивают спортивную инфраструктуру для любителей бега, строятся специальные беговые дорожки вдоль набережных, облагораживаются парки, возводят стадионы, организуются специальные соревнования, спортивные лагеря, мастер классы со знаменитыми спортсменами.

Турция и Дубай в последние годы славятся своими спортивными базами для занятия гольфом, они входят в топ 5 лучших гольф направлений мира².

Любителям горного туризма непременно понравятся горнолыжные курорты Италии, Австрии, Болгарии, Финляндии и Норвегии, также по полярности не уступает и горнолыжный курорт в России на Красной поляне.

География водного туризма необъятно огромна. По исследованию портала TripAdvisor водных туров, туристами были отмечены наиболее запоминающиеся водные туры на Каймановы острова, дайвинг и плавание в открытой воде привлекает любителей и профессионалов со всего мира. Дайвинг

¹Подсчеты спортивного туризма [Электронный ресурс] // Ростуризм. Режим доступа: <https://www.russiatourism.ru>

²Новые тренды в туризме [Электронный ресурс]. Режим доступа: <https://www.tour-dom.ru>

в Египте - это прикосновение к дикой подводной жизни, данные водные туры пользуются большим спросом. Горный Алтай и Карелия привлекают своими сплавами по рекам, водными турами, водными походами, рафтингом, сплавами на катамаранах. Непал и Грузия тоже отметились своими запоминающимися сплавами по горным рекам, захватывающие виды каньонов, технически интересные реки, первозданная природа все это отмечают туристы портала. В каждой стране можно найти подходящий водный тур от спокойных сплавов по рекам и озерам до экстремальных сплавов¹.

Лучшими странами для велотуров считаются Великобритания, Ирландия, Норвегия, Альпы, Швейцария, Австрия, Португалия, данные страны славятся хорошими и безопасными трассами для велотуристов².

В России лучшие места для спелеотуризма находятся на Урале и Кавказе. Несколько лучших, по мнению экспертов, пещер, которые созданы для увлекательных прогулок находятся в Новой Зеландии, Ливане, Испании, Малайзии, Словении, Австралии и США. Все эти туры состоят из двух частей наземной и подземной. Туристам данных маршрутов приходится преодолевать подземные реки, завалы, колодцы, узкие щели³.

Конные туры предлагаются в основном по России. Они делятся на зимние и летние туры. В летнее время проводятся в Подмосковье, Марий Эл, на Урале, горному Алтаю, Кавказу, Башкирии и другим регионам. А в зимнее время на Южном Урале, Марий Эл и только на Юге России климат позволяет проводить конные походы круглый год.

Яхтинг и парусный туризм одни из самых техничных видов спорта. Греция, Турция, Италия и Карибы эти страны хорошо известны туристам любящие парусный спорт. Не смотря на непредсказуемый климат российские акватории также могут предложить большое количество мест для путешествий

¹Водный туризм [Электронный ресурс] // Tripadvisor. Режим доступа: <https://www.tripadvisor.ru>

²Велотуризм [Электронный ресурс] // Велопутешествия по всему миру. Режим доступа: <http://velotur.ru>

³Спелеотуризм в мире [Электронный ресурс]: Режим доступа: <https://glonasstravel.com>

от комфортного и теплого Черноморского побережья до суровых северных вод¹.

Пеший туризм самый распространенный вид спортивного туризма, так как им можно заниматься в любом месте и в любое время. География пешего туризма охватывает весь мир, он доступен даже в тех местах, куда не смогут добраться туристы на специально оборудованных механизмах. Поэтому конкретных выделенных мест нет для занятия пешим туризмом, у каждого туриста имеется для себя интересный маршрут.

У каждой страны есть свои особенные условия, которые привлекают туристов именно в эту страну или регион. Это могут быть климат, перепады высот, развитие спортивных сооружений для того или иного вида спорта, потенциал для развития какого-то определенного физического качества, популярность места отдыха.

Спортивный туризм разнообразен по видам, поэтому при выборе спортивного тура интересы туристов зависят от многих факторов, возраста, пола, национальности, образования, уровня доходов, профессиональных интересов. Для того, чтобы туристическому предприятию угодить туристам, необходимо довольно много знать – то, что можно предложить молодежи, вряд ли может прийтись по вкусу туристам пожилого возраста или то, что предназначается туристам-экстрималам, вряд ли подойдет любителям пеших прогулок. Необходимо соблюдать правила при которых выбор тура не вызовет негативных эмоции:

- получение информации о туристах (пол, возраст, национальность, степень активности, предпочитаемые виды туризма) на всех этапах обслуживания туристов при оформлении, при заселении, при общении;

- знать и уметь подобрать наиболее подходящий тип туризма или предпочитаемого спорта;

¹Водный туризм: особенности экстрима на воде [Электронный ресурс] // Проэкстрим. Режим доступа: <https://pro-extrim.com>

- иметь много программы разнообразных туров, рассчитанные на все категории туристов¹.

Для исследования группы потребителей спортивного туризма мы обратились к довольно известной по всему миру классификации немецкого исследователя Г.Гана, который различает 6 основных типов туристов (каждая группа названа по начальной букве соответствующего ей наименования):

S-тип (с нем. – солнце, песчаный пляж, море) – типичный отпускник, предпочитающий пассивный отдых на морских курортах, спокойствие и комфорт избегает суеты на отдыхе, но приветствует контакты с приятными людьми.

F-тип (с нем.- отпускник предпочитающий поездки на дальние расстояния и флирт) – турист, предпочитающий поездки на дальние расстояния, калейдоскоп событий и флирт он будет проводить свой отпуск там, где что-то происходит, так как «медленное прожаривание на пляже в кругу семьи или в одиночку не для него кредо такого туриста – «общество, удовольствие, смена впечатлений».

W-1-тип (с нем. любитель лесных прогулок и походов) – отпускник, предпочитающий активный отдых, пешие походы и т.п. Физическая активность на свежем воздухе независимо от погоды – вот его кредо. На отдыхе стремится к поддержанию хорошей физической формы, но профессионально спортом не занимается.

W-2-тип – скорее спортсмен, чем любитель. Выдерживает длительные и высокие нагрузки, вплоть до экстремальных. При выборе тура и турцентра доминирует такой критерий, как «наличие условий для занятий хобби». Такие критерии, как «ландшафт, культура, история» — вторичны (например, страстный альпинист, летчик — любитель и т.д.).

¹Кружалин В.И. География туризма: учебник. М.: Федеральное агентство по туризму, 2014. С. 96

А-тип (с нем. — приключение) – любитель приключений. Риск, новые ощущения, испытание своих сил в необычных ситуациях, опасность – вот то, что определяет выбор цели путешествия у данного типа туриста¹.

Исходя из данной классификации, мы можем выделить группы потребителей W-1, W-2 и А, которые могут быть рассмотрены как потребители спортивного туризма.

При классификации туристов учитывается их возраст. Нам необходимо выделить группы потребителей по возрастной категории:

- 0-2 года – грудные дети;
- 3-8 лет – дети-дошкольники;
- 9-18 лет – подростки;
- 18-25 лет – молодежь, студенты;
- 26-64 лет – взрослые люди;
- 65 лет и старше – пожилые люди, пенсионеры².

Это необходимо для составления программ спортивного тура, чтобы правильно подобрать формы работы с туристами, наиболее продуктивно и полезно сочетать отдых, сделать досуг интересным и полноценным. Спортивный туризм наиболее часто пользуется популярностью у молодых людей в возрасте от 18 до 24 и от 25 до 34 лет³.

Эти возрастные категории отличаются значительной двигательной активностью, так как они наиболее многочисленны как потребители спортивного туризма. По данным Ростуризма данные категории туристов выбирают: горный туризм 71%, пеший туризм 64%, велотуризм 51%, лыжный туризм 46%, водный туризм 43%, автотуризм 11%⁴.

¹Карпова Г.А. Экономика и управление туристской деятельностью: учебное пособие. СПб.: Изд-во СПбГУЭФ, 2011. С. 68

²Возраст туристов [Электронный ресурс]: Режим доступа: <https://studwood.ru>

³Шевырин С. А. Основы организации молодежного туризма: учебное пособие. Пермь: Министерство образования и науки РФ, ФГБОУ ВПО «Перм. гос. гуманит. – пед. у-т» каф. теории и методики физ. культуры, 2015. С. 64

⁴Статистика туризма [Электронный ресурс]: Режим доступа: <http://truport.ru>

Доля спортивного туризма увеличивается более чем на 2 % ежегодно в системе мирового туризма, на данный момент он идет на 4 месте (13%) после пляжного (35%), культурного (19%), делового туризма (18%). Постепенно меняется возрастной состав туристских потоков в места для занятия активной деятельностью. Доля путешествующих лиц до 34 лет составляет 57 % спортивных турпотоков. Как считают эксперты в области туризма, чем выше становится экономическая стабильность в конкретных странах, тем количество молодых туристов увеличивается, данной страны, они имеют возможность для спортивных путешествий по разным странам с различными туристическими целями¹.

Заметной тенденцией последнего времени становится – возрастающий спрос на активный отдых в своей стране. По результатам исследования Сбербанка, в 2018 году туристы потратили 69,2 млрд рублей на поездки с целью занятием активной спортивной деятельностью. Темпы роста рынка в этом году выше, чем в предыдущем в 2 раза, это связано с проведением чемпионата мира по футболу².

Траты россиян на зарубежные поездки с целью активного отдыха в 2018 году выросли по сравнению с 2017 годом на треть, расходы составили 2,6 млрд долларов, наибольший объем средств на поездки традиционно был потрачен в июле – сентябре – 0,76 млрд долларов³.

Согласно исследованию аналитическим центром НАФИ, путешествия с целью активного отдыха в 2019 году возрастет еще на 2%, по сравнению с 2018 годом. Клиентами спортивных туров в основном являются Москва (41%), Санкт-Петербург (24%), Московская область (13%), Казань (7 %), Екатеринбург и Свердловская область (6%), Новосибирск, Самара, Омск, Челябинск (5%),

¹ *Статистика* экспертов [Электронный ресурс] // Ростуризм. Режим доступа: <https://www.russiatourism.ru>

² *Исследование* Сбербанка [Электронный ресурс]: Режим доступа: <https://www.vedomosti.ru/business/-articles/2018/12/14/789335-sberbank>

³ *Траты* россиян на выездной туризм [Электронный ресурс]: Режим доступа: <http://www.finmarket.ru>

Нижний Новгород, Краснодар, Уфа, Пермь, Тюмень, Воронеж, Волгоград (4 %) ¹.

Спортивный туризм, являющийся одним из видов активного туризма, удовлетворяет потребность человека в занятиях спортом. Также туристы, которые путешествуют с целью участия в спортивных мероприятиях, ощущают свою причастность к спортивным соревнованиям. Это удовлетворяет его потребность как поклонника (пассивный туризм).

Во время занятия спортивным туризмом человек получает возможность познакомиться с культурой людей, проживающих в зоне путешествия, получить эмоциональное удовлетворение от лицезрения природных ландшафтов. Спортивный туризм отличается от других видов туризма тем, что дает туристу возможность посетить различные виды спортивных объектов и сооружений; музеи спортивной славы; спортивные парки, в том числе водные и прыжковые сооружения; пешеходные тропы, предназначенные для изучения природы; спортивные магазины.

Хочется отметить, что спортивный туризм выступает как особый вид туризма, занимаясь которым, клиенты туристских предприятий являются участниками разнообразных спортивных и культурных мероприятий, они становятся свидетелями того, что больше может никогда не произойти. Если говорить о «спортивном туризме» как виде спорта, необходимо учитывать многочисленные прикладные направления его развития, который определяет его массовость. В него входят спортивно-оздоровительный туризм и разнообразные активные туры в природной среде, создающие предпосылки для популяризации среди молодежи для занятием спортом и физической культурой среди зрелого поколения.

Таким образом, изучив различные классификации типов туристов и факторы, влияющие на их выбор, можно разработать и подобрать подходящие

¹Исследование аналитическим центром НАФИ [Электронный ресурс] //Аналитический центр НАФИ. Режим доступа: <https://nafir.ru>

туры для каждого типа туристов и, тем самым, способствовать удовлетворению их нужд в сфере спорта и активности.

С каждым годом увеличивается поток туристов путешествующих по всему миру. Удобное географическое расположение, огромные возможности для выбора маршрутов любой категории сложности и по любому виду спортивного туризма делает страны актуальными для путешествия и разжигает жесткую конкуренцию. Обилие спортивных сооружений и площадок можно считать определяющими факторами развития спортивного туризма.

В рамках первой главы мы выяснили, что туризм это увлекательный вид отдыха, позволяющий сменить привычную обстановку, способствующий восстановлению трудоспособности, получение запоминающих впечатлений, узнавания нового о культуре, образе жизни, среди видов туризма есть спортивный туризм, который мы понимаем как сравнительно новый вид туризма, способствующий удовлетворению потребности человека в занятии спортом. Спортивный туризм отличается тем, что дает возможность туристам посещать различные места с главной целью, занятием тем или иным видом спорта. Общий анализ данных о структуре туристов позволяет нам сделать вывод, что спортивный туризм пользуется спросом у туристов в возрасте 18 – 34 года, на него тратят 13 % от всех затрат туристов на туристические поездки, на сегодняшний день туристы предпочитают внутренние спортивные туры.

Далее мы сосредоточимся на спортивном туризме в условиях среднегорья и разберемся, для каких спортивных мероприятий будет полезна горная подготовка, охарактеризуем потенциальный спрос на спортивные беговые туры в среднегорье и предложим вариант подобного тура для любителей бега.

2. СПОРТИВНЫЕ БЕГОВЫЕ ТУРЫ КАК НАПРАВЛЕНИЕ СПОРТИВНОГО ТУРИЗМА

Перед тем как мы охарактеризуем беговые туры как направления спортивного туризма, нам необходимо охарактеризовать бег как массовое увлечение, дать объяснение, почему именно бег стал таким популярным в наше время и как он пересекается со спортивным туризмом.

Бег является наиболее распространенных, доступных и простых видов спорта. Он не требует специального оборудования и экипировки. По самым скромным подсчетам бег в качестве оздоровительного средства используют более 100 миллионов людей всех возрастных категории во всем мире.

Популярность бега за последние годы возросла. Любители бега тренируются в парках, скверах, вокруг собственного дома, на стадионах, в группах или поодиночке (польза бега для здоровья приведена в Приложении 1, Таб. 1).

Факторы роста интереса к любительскому бегу в России:

- проведение 14-го чемпионата мира по легкой атлетике в 2013 году, который проводился в городе Москва. В период подготовки страны к предстоящему чемпионату мира в 2012-2013 годы активно велась пропаганда бега и его пользе, отмечается, что именно в это время популяризация беговых мероприятий возросла¹.

- проведение Универсиады в Казани – 2013 стало ярким событием в России, она стала первой в истории, новшеством данных соревнований проведение наряду со спортивными соревнованиями еще и культурных мероприятий. Универсиада стала значимым событием не только для России, но и для спортивного студенчества².

¹Чемпионат мира по легкой атлетике 2013 [Электронный ресурс]: Режим доступа: <http://www.tam-by.info/sport-athletics/championat-mira-po-legkoi-atletike-2013>

²Универсиада в Казани – 2013 [Электронный ресурс]: Режим доступа: <https://www.tour52.ru>

- самым зрелищным видом беговых соревнований по многочисленным опросам признан марафон, он проводится по центральным улицам городов-организаторов, где зрители в свободном доступе могут наблюдать за происходящими действиями.

- в наше время спорт непрерывно развивается, если раньше бегом занимались только профессиональные спортсмены, то на сегодняшний день бег ворвался и в среду любителей. В развитых странах уже давно бегать по паркам, городским улицам, тротуарам стало привычным делом, не обошло это стороной и Россию.

- беговые клубы и школы в крупных городах с каждым днем становятся, все более разнообразны, а это означает, что у каждого любителя бега появляется хороший выбор, где и с кем тренироваться.

- популярность марафонов, полумарафонов в мире возрастает вместе с интересом к здоровому образу жизни. В целях пропаганды и популяризации здорового образа жизни проводятся большое количество марафонов, полумарафонов в России и за границей¹.

Хотелось бы провести границу между любителями и профессиональными спортсменами. Профессиональные спортсмены - это люди, которые получают заработную плату за бег, обязаны выступать за свою страну на международных соревнованиях. Любители не получают денег за свои достижения, бегают в свое удовольствие и как правило имеют более слабые результаты в отличие от профессионалов, так же могут выступать в международных соревнованиях, но от них не требуется показывать высокий результат.

Люди, занимающиеся любительским бегом, преследуют различные цели, некоторые участвуют в соревнованиях ради медали, которую они получают после финиша за участие, кто-то бегают для похудения, кому-то хочется просто улучшить свою физическую форму, а кто-то улучшить свой личный рекорд².

¹ *Развитие* бегового движения [Электронный ресурс]: Режим доступа: <https://new-runners.ru>

² *Характеристика* любительского бега [Электронный ресурс]: Режим доступа: <http://begaem.com/moscow-marathon-2018>

Самыми массовыми в России считаются пробеги организованные «Беговым сообществом». «Беговое сообщество» - единственный спортивный организатор в России, который проводит такое большое количество пробегов в течении всего календарного года, и в которых могут участвовать любители любого уровня подготовки, количество участников на данных мероприятиях достигает до 30 000 человек. Перечислим их:

1. Забег «Апрель» 5 км. Дата проведения: 7 апреля 2019 год. Москва, Олимпийский комплекс «Лужники». Количество участников: 4853. Цена: 1000-2000 рублей;

2. Кросс «Лисья гора» 6 км и 8 км. Дата проведения: 19 апреля 2019. Москва, Битцевский парк. Количество участников: 1589. Цена: 500-650 рублей;

3. Московский полумарафон 21.1 км, 10 км и 5 км. Дата проведения: 19 мая 2019. Москва, Олимпийский комплекс «Лужники». Количество участников: 19 985 человек. Цена: 1500 – 5000 рублей;

4. Красочный забег 5 км. Дата проведения: 2 июня 2019. Москва, Олимпийский комплекс «Лужники» Количество участников: 5 358 человек. Цена: 1500 – 2500 рублей;

5. Ночной забег 10 км. Дата проведения: 13 июля 2019. Москва, Олимпийский комплекс «Лужники». Количество участников: 5 724 человек (2018 год). Цена: 1500 – 2500 рублей;

6. СПб полумарафон «Северная столица» 21,1 и 10 км Дата проведения: 4 августа 2019. Санкт-Петербург, Дворцовая площадь Количество участников: 9685 человек (2018) Цена: 1500 – 4000 рублей;

7. Полумарафон «Лужники» 21,1 и 10 км. Дата проведения: 18 августа 2019. Москва, Олимпийский комплекс «Лужники». Количество участников: 5 306 (2018 год). Цена: 1500 -4000 рублей;

8. «Московский марафон» 42.195 и 10 км. Дата проведения: 22 сентября 2019. Москва, Олимпийский комплекс «Лужники». Количество участников: 30 153 человека (2018 год). Цена: 2000 – 6500 рублей;

9. Кросс «Лисья гора» 6 км и 8 км. Дата проведения: 5 октября 2019. Москва, Битцевский парк. Количество участников: 879 человек (2018 год). Цена: 500 – 650 рублей¹.

Самыми массовыми пробегами в мире считаются международные марафоны в них могут принимать участие профессионалы и любители, в отличие от российских пробега, до старта допускаются не все желающие. Для того, чтобы попасть на самые престижные марафоны мира, необходимы определенные критерии:

- для отбора марафонцев используется лотерея – после регистрации претендентов программа случайным образом выбирает тех, кто примет участие в соревнованиях.

- гарантированное право стартовать, можно получить по программе RunasOne, выполнив квалификационную норму марафона. Нормативы могут ежегодно меняться.

- гарантированное право бежать можно приобрести, покупая спортивный тур у официального туроператора, или участвуя в благотворительных программах.

Перечислим наиболее престижные марафоны, которые проходят под эгидой IAAF (Международная ассоциация легкоатлетических федераций) в 2019 году²:

1. Стокгольмский марафон. Дата проведения: 1 июня 2019 года. Стокгольмский Олимпийский стадион (Стокгольм, Швеция). Количество участников: 20 000 человек. Цена: от 88 до 120 евро;

2. Бостонский марафон. Дата проведения: 15 апреля 2019. Бостон, США. Количество участников: 30 000 человек Цена: 200 долларов – для граждан США и 250 долларов – для жителей других стран;

¹ Спортивные мероприятия [Электронный ресурс] // Беговое сообщество. Режим доступа: <https://runc.run/>

² Международная ассоциация легкоатлетических федераций [Электронный ресурс]: Режим доступа: <https://www.m24.ru/articles/sport/25092018/153771>

3. Лондонский марафон. Дата проведения: 28 апреля 2019 года. Лондон, Англия. Количество участников: 41 000 человек. Цена: 38 фунтов (для граждан Великобритании) и 80 фунтов (для нерезидентов), либо 1200 – 3000 фунтов в зависимости от благотворительного фонда;

4. Берлинский марафон. Дата проведения: 29 сентября 2019 года. Берлин, Германия. Количество участников: 40 000 человек (2018 год). Цена: от 75 до 190 евро;

5. Чикагский марафон. Дата проведения: 7 октября 2019 года. Чикаго, США. Количество участников: 44 000 человек (2018 год) Цена: 195 долларов (для граждан США), 220 долларов (для гостей страны);

6. Нью-Йоркский марафон. Дата проведения: 4 ноября 2018 года. Нью-Йорк, США. Количество участников: 50 000 человек (2018 год). Цена: 255–295 долларов (для жителей США), 358 долларов (для граждан других стран);

7. Токийский марафон. Дата проведения: 3 марта 2019 года. Токио, Япония. Количество участников: 38 000 человек. Цена: 10 800 иен – для жителей Японии, 12 800 иен – для иностранцев;

8. Парижский марафон. Дата проведения: 14 апреля 2019 года. Париж, Франция. Количество участников: 50 000 человек. Цена: от 89 до 280 евро;

9. Гонконгский марафон. Дата проведения: 17 февраля 2019 года. Гонконг, Китай. Количество участников: 70 000 человек. Цена: 450 гонконгских долларов (для жителей Китая) и 70 долларов (для участников из других стран)¹.

Положительные черты спортивного туризма в рамках беговых мероприятий:

1. Всесезонность проведения различных марафонов. Большинство стран, не зависят от времен года, они организуют спортивные события для постоянного привлечения туриста, например, не только в сезон высокого спроса, но в сезон с низким спросом.

¹ *Международные престижные марафоны* [Электронный ресурс]: Режим доступа: https://letsportpeople.com/ru/year-2019-races_ru/

2. Экономическая привлекательность для организаторов беговых мероприятий. Это касается стран, в которых стабильная экономика и инфраструктура. Среди самых популярных событий – Чемпионат мира по легкой атлетике и Олимпиады. Эти события – рентабельный бизнес, позволяющий заработать огромную прибыль странам, которые проводят данные мероприятия. Например, официальная прибыль от проведения Чемпионата мира по легкой атлетике 2013 года составила 192 миллионов евро.

3. Постоянное обновление предложений. Туристы, посещающие те или иные страны и регионы, становятся потенциальными потребителями других видов туризма, распространенных в данной местности. Это приводит к расширению предложений и увеличению спроса на другие рекреационные услуги.

4. Неисчерпаемость. Отличительная особенность беговых мероприятий заключается в том, что предложения ежегодно пополняются новыми спортивными мероприятиями, которые начинают проводиться на регулярной основе.

5. Чётко установленное время. У спортивных мероприятий чёткая привязка дат поездок к срокам проведения соревнований. Вероятность, что мероприятие будет отменено или перенесено приравнивается почти к нулю.

6. Положительное влияние спортивного туризма на развитие территории. Благодаря различным спортивным мероприятиям туристы едут в регионы, которые обычно не могут рассчитывать на их внимание¹.

Вместе с тем есть и определенные минусы, и трудности спортивного туризма в рамках беговых мероприятий:

1. Стоимость. Многие мероприятия проходят в других странах, из-за чего они стоят весьма дорого. Чтобы турист смог позволить себе спортивный тур, его доход быть должен выше среднего. Некоторые события могут себе позволить посетить лишь люди с высоким доходом.

¹Положительные и отрицательные черты спортивного туризма [Электронный ресурс] // Федерация спортивного туризма России. Режим доступа: <http://www.tssr.ru>

2. Языковой барьер. Если, например, пляжный отдых не обязывает знание иностранного языка, т.к. во многих случаях есть тот же русскоговорящий персонал, то, если турист отправляется на какое-нибудь мероприятие за границу, то там могут фигурировать не только английский язык, но и немецкий, французский и т.д. Знание иностранного языка - важный фактор в спортивном туризме.

3. Чёткая привязка дат поездок к срокам проведения мероприятий. Это может создавать определённые трудности в связи с обеспечением одновременно большого количества транспортом, местами размещения и т.п. Например, Чикагский марафон, является достаточно недешевым и ограниченным по общему количеству мест. Поэтому некоторые страны, в целях организации дополнительных средств размещения и удешевления туров предлагают альтернативные средства размещения.

4. Непредсказуемость спроса. Нельзя предсказать стабильный спрос на новое спортивное событие, а также учитывать все составляющие организационные моменты. Разнообразие спортивных мероприятий заставляет организаторов всячески продумывать новые способы привлечения участников.

А так же необходимо обеспечивать безопасность туристам, размещать и создавать максимальный комфорт для туристов для этого требуются значительные вложения¹.

Таким образом, беговой спортивный туризм – это относительно молодое и перспективное направление развития туристской отрасли. Уникальность и привлекательность спортивного тура в сочетании с традиционным отдыхом и участием в самых зрелищных мероприятиях со всего мира, позволяет сделать его достаточно популярным. Ключевая особенность бегового спортивного туризма – большой выбор направлений и множество неповторимых моментов, такие поездки остаются в памяти как одни из самых ярких в жизни.

¹Положительные и отрицательные черты спортивного туризма [Электронный ресурс] // Федерация спортивного туризма России. Режим доступа: <http://www.tssr.ru>

В связи с растущим увлечением любительским бегом, растет и спрос на специализированные туры для подготовки к спортивным мероприятиям. Специализированные туры позволяют как профессионалам, так спортсменам любителям подготовиться к легкоатлетическим соревнованиям не только за счет системы мероприятий, но и за счет климатических факторов. Основные тренировки проходят в Кении, Киргизии и Кисловодске. Мы остановимся подробнее на среднегорье, так как именно сборы на средних высотах помогают спортсменам улучшать свою физическую форму.

Далее подробнее рассмотрим спортивный туризм на примере среднегорья, различных направлений для подготовки к беговым мероприятиям.

Система туристических услуг включает в свои пакеты множество неординарных услуг. К числу таких услуг принадлежат спортивные туры. Рассмотрим, в чем же состоит особенность таких туров¹.

Прежде всего, такие туры предназначены для определенных групп туристов, которые хотят во время проведения своего отпуска заниматься определенными видами спорта. Обычно спортивный тур включает в себя следующие пакеты услуг - дайвинг, велотуризм, рафтинг, спелеотуризм, горнолыжный туризм, альпинизм, но так как в последнее время, беговое движение стало очень популярно, поэтому к спортивным турам мы можем отнести и бег².

Спортивные беговые туры – это организованные поездки в места оборудованные спортивными площадками, трассами, тренажерами для занятием бегом, от нескольких дней до нескольких недель тренировок, когда туристов ничего не отвлекает от спорта и отдыха между тренировками.

Последние несколько десятилетий в различных странах широко используют тренировки в сложных климатических условиях среднегорья, способствующие росту спортивных результатов. В настоящее время во многих

¹Спортивный тур. [Электронный ресурс] // Туристическая библиотека Режим доступа: http://tourlib.net/statti_tourism/sport-tour

²Тенденции развития туризма в мире [Электронный ресурс] // Транстур Тревел. Режим доступа: <https://goo.gl/yLSyue>

странах мира построены комплексные спортивные базы, расположенные на разных высотах от 800 до 2300 метров. Итак, разберемся, что такое среднегорье.

Среднегорье – это горная местность, находящаяся на высоте от 600 метров до 2500 метров над уровнем моря. Среднегорья больше всего на нашей планете, оно раскинулось на широких просторах юга и северо-востока России, на всем Дальнем Востоке, восточном Китае и полуострове Индокитая, севере Африки и Восточно-Африканского плоскогорья, Карпат, горах Балканского, Апеннинского, Пиренейского и Скандинавского полуостровов в Европе.

Во время пребывания и занятий спортом в горной местности, организм человека ощущает дефицит кислорода, на него воздействуют температурный фактор, солнечная радиация, влажность воздуха, атмосферное давление и другие экстремальные факторы горной среды.

Тренировки в условиях горного климата дают возможность использовать суммарное воздействие на организм спортсменов затрудненных климатогеографических факторов, рельефа местности и различных параметров тренировочных и соревновательных нагрузок. Поэтому тренировки в горных условиях как дополнительное средство повышения спортивной работоспособности более эффективно, чем другие, искусственные способы достижения спортивных достижений¹.

Так же одним из главным показателем тренировок в условиях среднегорья, является увеличение выработки эритроцитов – красных кровяных телец, что, при достаточном употреблении железа, повышает гемоглобин, а это значит, доставка кислорода к мышцам увеличивается. В беге, в условиях среднегорья происходит увеличение скорости движения крови и объема крови, которое сердце в состоянии пропустить через себя; увеличивается объем

¹Булатова М.М. Спортивная медицина: учебное пособие. М.: Альфа-М, 2008. С. 95

кислорода, который организм способен перенести к клетка (количество эритроцитов и гемоглобина); и наконец, объем захвата мышцами кислорода¹.

Наблюдения за состоянием общего самочувствия и работоспособности людей после возвращения из горных районов привели специалистов к выводам о благотворном влиянии на организм активной деятельности в сложных климатических условиях среднегорья. После возвращения на равнину почти все спортсмены ощущают прилив сил, бодрости и повышенную работоспособность, особенно в физической деятельности. Эффект от тренировок в среднегорье становится ощутим через 3-4 дня, спуска и длится 30-39 дней (при условии, если сбор составил более 21 дня)².

Наиболее популярные места в условиях среднегорья для подготовки к соревнованиям это Кения, Киргизия и Кисловодск. Охарактеризуем данную местность.

Кения. Государство, расположенное в восточной части Африки, считается одной из наиболее быстро развивающейся страной среди Восточной Африки. В стране проживает более 40 народностей. Официальные языки – суахили, английский. Религии – ислам, христианство. Денежной единицей является Кенийский шиллинг = 0.65 рублю. А так же Кения признана самой разнообразной страной Африки, уникальные зоны Великих африканских разломов придает ландшафту особенность, на протяжении всего года сохраняются довольно приятные климатические условия, богатейший животный и растительный мир. В Кении сохраняется 25 национальных парков и 23 заповедника. Протяжение океанического побережья делают Кению одним из лучших туристических государств континента³.

¹ Уилмор Дж. Х., Костилл Д. Л. Физиология спорта: учебник. М.: Олимпийская литература, 2015. С. 14

² Булатова М. М. Теоретико-методические основы реализации функциональных резервов спортсменов в тренировочной и соревновательной деятельности: учебное пособие. М.: УГУФВС, 2012. С. 96

³ Бакун Д, Н. Страны мира: энциклопедический справочник. 2-е издание, исправленное и переработанное. М.: ОЛМА Медиа Групп, 2013. С. 187

Охарактеризуем наиболее популярное место среди бегунов – деревню Итен (табл. 1)

Таблица 1

Характеристика деревни Итен	
Название	Характеристика
Высота над уровнем моря	От 2350 до 2400 метров. Адаптация организма занимает минимум 2 недели.
Транспорт	Билет туда-обратно из Москвы в Найроби стоит от 30 до 50 тысяч рублей. Дорога из Найроби в Итен: - Местные авиакомпании. Билет в одну сторону с багажом от 45 до 60 долларов; - Такси 370 км, от 7 до 10 часов, стоимость 70 долларов; - Скоростные автобусы, стоимость 12 долларов.
Места проживания и стоимость	- Тренировочные лагеря. Стоимость 30 долларов за сутки; - Гестхаус (простенькая гостиница) от 7-10 долларов за сутки; - Самостоятельное снятие жилья, цены от 3 до 10 долларов за сутки.
Стоимость доп.услуг	Проход на тренировочный стадион: - Стадион Лорна разовый вход, 7 долларов, месяц - 50; - Камарини - цена разового посещения 2 доллара. Восстановительные процедуры: - Массажные салоны цены от 3 до 10 долларов; - Сауны и бассейн цены от 5 до 10 долларов.
Необходимость визы	Граждане Российской Федерации могут получить визу за 50 долларов по прилету. По ней можно находиться в Кении один месяц, после чего нужно будет продлить визу в миграционном центре. Для получения визы в аэропорту нужен только заграничный паспорт.
Достопримечательности	- Сафари-туры; - Посещение национальных парков; - Полет на воздушном шаре; - Экскурсии на чайные и кофейные плантации.

Киргизия. Государство, расположенное на северо-востоке Средней Азии. Всего насчитывается около 70 национальностей. Религии – мусульмане-сунниты и христианство. Официальными языками являются русский и киргизский. Денежная единица – сом, 1 сом = 1.10 рублю. Киргизия расположена в пределах горных систем Тянь-Шаня и Памиро–Алая. Более 80% всей территории лежит на высотах свыше 1500 м над уровнем моря. Климатические показатели умеренные¹.

¹Бакун Д, Н. Страны мира: энциклопедический справочник. 2-е издание, исправленное и переработанное. М.: ОЛМА Медиа Групп, 2013. С. 91

Охарактеризуем наиболее популярное место среди бегунов – поселок Бостери (табл. 2).

Таблица 2

Характеристика поселка Бостери	
Название	Характеристика
Высота над уровнем моря	1650 метров. Адаптация организма занимает минимум 1 неделя.
Транспорт	Билет туда – обратно из Екатеринбурга в Бишкек будет стоить от 11 до 16 тысяч рублей. Дорога из аэропорта Манас в Бостери: - Такси: 387 км, от 3 до 5 часов, 3500 рублей за машину; - Маршрутное такси, стоимость поездки до Чолпон-Аты в районе 300 рублей. Едет 5–6 часов. Далее вы пересаживаетесь на маршрутку до Бостерей за 10 рублей.
Места проживания и стоимость	- Спортивная база. Стоимость подобного жилья высокая около 2500 рублей за сутки; - Санаторий, с двухместными номерами за 1400 рублей в сутки; - Аренда квартир у частных, стоимость квартиры варьирует от 450 до 1000 рублей за сутки без питания, если вы выбираете вариант с питанием, то дополнительно оплачивается 500 рублей за обед и ужин.
Стоимость доп.услуг	- Частные массажные салоны, цены от 700 до 1000 рублей; - Бани и бассейн, цены варьируются от 150 до 300 рублей с человека; - Горячие термальные источники, стоимость 250 рублей с человека.
Необходимость визы	Граждане Российской Федерации могут находиться на территории Киргизии в течении 30 дней без регистрации, после чего нужно будет оформить временную регистрацию в миграционном центре, виза не нужна.
Достопримечательности	- Культурный центр Рух Ордо; - Горнолыжная база Каракол; - Семеновское ущелье; - Каменный сад петроглифов; - Шоп-тур на Дордой.

Кисловодск. Город-курорт, расположенный в Ставропольском крае. Входит в состав региона Кавказские Минеральные Воды. Город окружен склонами Кавказских гор, которые защищают Кисловодск от сильных ветров, благодаря чему воздух исключительно чистый, а количество солнечных дней составляет почти 365 дней в году. Здесь расположен источник кислой минеральной воды Нарзан, от него и появилось название города Кисловодск.

Кисловодск знаменит национальным парком с терренкурами (оздоровительные пешие прогулки), целебным воздухом, массой достопримечательностей и лечебными минеральными источниками¹.

Охарактеризуем наиболее популярное место среди бегунов – Кисловодск (табл. 3).

Таблица 3

Характеристика города Кисловодск

Название	Характеристика
Высота над уровнем моря	850 метров. Адаптация организма занимает до 1 недели.
Транспорт	Из Екатеринбурга в Кисловодск летают каждый день несколько рейсов, но они почти все через Москву, прямые рейсы Уральских авиалиний, Победы и Аэрофлота летают несколько раз в неделю, частота прямых рейсов зависит от сезона. В среднем билет туда – обратно из Екатеринбурга в Минеральные воды будет стоить от 8 до 11 тысяч рублей. Есть несколько вариантов, как добраться из Минеральных вод до Кисловодска: - Такси: 46 км, Примерно обойдется вам в 800 рублей за машину, в пути 50 минут; - Маршрутное такси Трансфер КМВ, стоит 300 рублей с человека, удобно тем, что доставляют туристов напрямую до адреса проживания; - Электричка, ходит не часто, стоимость 200 рублей с человека, в пути 1,5 часа.
Места проживания и стоимость	Варианты с жильем разделяются на несколько типов: - Спортивная гостиница, 1800 рублей за сутки с человека в двухместном номере; - Санаторий, гостиница с двухместными номерами за 1400 рублей в сутки без питания; - Аренда квартиры у частных, стоимость квартиры от 800 до 1200 рублей за сутки.
Стоимость доп.услуг	- Баня, цены начинаются от 700 рублей; - Бассейн стоимость от 200 рублей; - Частные массажные салоны, цены от 700 до 1000 рублей; - Горячие минеральные источники, стоимость 300 рублей.
Необходимость визы	Граждане Российской Федерации могут находиться на территории Кисловодска без регистрации, виза не нужна.
Достопримечательности	- Замок коварства и любви; - Экскурсии на медовые водопады; - Поездка на Эльбрус; - Медовые водопады.

¹Бакун Д, Н. Страны мира: энциклопедический справочник. 2-е издание, исправленное и переработанное. М.: ОЛМА Медиа Групп, 2013. С. 74

Основным местом для проведения спортивных туров мы бы рекомендовали Кисловодск, особенно для любителей бега, которые занимаются не более 2х лет. В этот город можно быстро и недорого добраться из любой точки страны, много вариантов размещения (квартиры, гостиницы, гостевые дома). К тому же, это крупный туристический город со всей необходимой инфраструктурой и огромным количеством достопримечательностей. И огромный плюс, что это территория Российской Федерации.

Киргизия и Кения рассчитаны на подготовленных спортсменов, для любителей данные места рассматриваются как экзотика. Туда дороже добираться, хуже условия проживания, экзотическая кухня. Немаловажным фактором будет отсутствие квалифицированной медицинской помощи. В эти места ездят профессиональные спортсмены и продвинутые любители, которые показывают высокие результаты на соревнованиях, они готовы терпеть любые бытовые трудности ради более сильного эффекта от среднегорья.

Организаторов спортивных туров в среднегорье очень мало. В основном организаторами выступают крупные беговые клубы RunLab Москва, Санкт-Петербург, PIRANHA Санкт-Петербург, Time4run Санкт-Петербург они предоставляют туры в Кисловодск в весенний период. Данные беговые клубы не обязывают вас быть их членами на постоянной основе, вы можете присоединиться к ним только на время проведения тура. Цены на тур примерно одинаковы:

- RunLab Москва, Санкт-Петербург. Стоимость тренировочного процесса: 1 неделя - 10 000руб., 2 недели - 15 000 рублей. Для участников бегового клуба Runlab особые условия. Питание, проживание и билеты не входят в стоимость. Общая стоимость около 65 000 рублей за две недели. Сборы проводятся 2 раза в год с 21 апреля по 5 мая и в середине августа¹.

- PIRANHA Санкт-Петербург. Беговой клуб предлагает сбор с 1 мая по 12 мая. Общая стоимость сбора 65 000 рублей. В стоимость входит проживание в

¹Спортивные сборы в Кисловодске [Электронный ресурс] // RunLab Москва. Режим доступа: <https://www.runlab.ru>

гостинице Скиф, двухместный номер, трех разовое питание, 2 тренировки в день, билеты, трансферт из аэропорта¹.

- Time4run Санкт-Петербург. Предлагается сбор на 2 недели с 15 апреля по 29 апреля. Общая стоимость 68 000 рублей, в стоимость входит проживание в гостинице Родина, двухместный номер, трех разовое питание, 2 тренировки в день, билеты, трансферт из аэропорта².

Спортивные туры в Кению и Киргизию рассмотренные беговые клубы не предоставляют.

Специализированные спортивные туры по направлениям Кения, Кисловодск, Киргизия не предоставляют и такие крупные туристические фирмы, как AnexTour, PegasTouristik, TezTour, TUI, CoralTravel,.

Лечебные туры в санаториях Кисловодска, предлагают такие турфирмы как TezTour, TUI, CoralTravel, общая стоимость 7 дней на одного туриста варьируется от 25 000 рублей до 100 000 рублей. В стоимость входит проживание в гостинице, трех разовое питание, лечение, авиабилеты, трансферт из аэропорта.

CoralTravel предлагает 2 вида тура в Кению, пляжный отдых и сафари тур. Стоимость 7 дней на одного туриста пляжного отдыха варьируется от 80 000 рублей до 200 000 рублей. В стоимость входит проживание в гостинице, трех разовое питание, бесплатное посещение спа-центра и пляжа, авиабилеты, трансферт из аэропорта. Стоимость 7 дней на одного человека сафари тура варьируется от 160 000 рублей до 240 000 рублей, в стоимость уже входят экскурсии, проживание, питание, перелет и трансферт³.

Мы рассмотрели наиболее популярные предложения на рынке среди беговых клубов RunLab Москва, Санкт-Петербург, PIRANHA Санкт-Петербург, Time4run Санкт-Петербург. Самым выгодным предложением считается тур в Кисловодске с беговым клубом RunLab, так как общая стоимость дешевле, а до

¹ Спортивные сборы в Кисловодске [Электронный ресурс] // PIRANHA Санкт-Петербург. Режим доступа: <https://vk.com/spbpiranha>

² Спортивные сборы в Кисловодске [Электронный ресурс] // Time4run Санкт-Петербург. Режим доступа: <https://time4.run/>

³ CoralTravel [Электронный ресурс] Режим доступа: <https://ekb.solana-travel.ru>

Москвы из Екатеринбурга самолеты летают чаще и дешевле. Ни один клуб не предлагает туры в Киргизию и Кению.

Среди турфирм, которые мы проанализировали, ни одна не предоставляет спортивные беговые туры ни в одно место среднегорья Кению, Киргизию, Кисловодск.

Спортивные туры однозначно нужны любителям бега. Во-первых, тренировочные туры помогают в достижении высокого результата, во-вторых, на данных турах легче выстраивать режим дня, ничего не отвлекает от тренировок, в-третьих, это возможность посещать новые места и путешествовать. Спортивные туры в среднегорье дополнительно дают много здоровья и некоторое ускорение в плане подготовки. И, конечно, удобство с организационной точки зрения, вы экономите время на дорогу до тренировки, потому что спортивные туры организуются в шаговой доступности от мест тренировок.

Далее рассмотрим результаты исследования спроса на спортивные беговые туры и спортивные мероприятия среди любителей бега, и предоставим разработку спортивных беговых туров в Кению, Киргизию и Кисловодск.

3. РАЗРАБОТКА СПОРТИВНЫХ ТУРОВ В СРЕДНЕГОРЬЕ

Прежде, чем мы приступили к разработке спортивных беговых туров, мы приняли решение провести исследование с целью выяснения потенциального спроса на данные туры (См. Приложение 2). А также мы провели интервью у директора турфирмы «Латона» и директора спортивных беговых мероприятий «Беговое сообщество» (См. Приложение 5,7) относительно возможности организации подобных туров.

В мае 2019 года было проведено анкетирование среди участников соревнований «Московский полумарафон», и увлекающихся бегом на длинные дистанции (См. приложение 3). В ходе исследования было опрошено 100 человек, из них: 43 женщины и 57 мужчин, такое соотношение связано с тем, что мужчины чаще занимаются бегом, чем девушки. Возраст опрошиваемых составил от 18 до 41 года и более. Почти половина опрошиваемых в возрасте 25-30 лет, каждый третий в возрасте 31 год и старше (табл. 4).

Таблица 4

Возраст респондентов (в % от числа опрошенных)

Возраст	%
25-30лет	47
31-40лет	25
19-24лет	17
41 год и более	10
До 18 лет	1
Итого	100

Респондентов в возрасте 19-24 года вряд ли можно считать потенциальной аудиторией спортивных беговых туров по причинам отсутствия денег и зависимости от учебы. Можно предположить, что самыми платежеспособными являются респонденты в возрасте 25-30 лет и 31- 40 лет, так как они уже закончили обучение и имеют место работы.

Нами был рассмотрен социальный статус респондентов, большую часть составили предприниматели (39%), на втором месте специалисты с высшим

образованием не занимающий руководящую должность (27%) и на третьем руководители предприятия, организации, подразделения (18%). Можно сделать вывод, что большинство опрошенных имеет не только достаточно высокий социальный статус, но и средний и выше среднего уровень достатка (табл. 5).

Таблица 5

Социальный статус респондентов (в % от числа опрошенных)

Показатели	%
Предприниматель	39
Специалист с высшим образованием не занимающий руководящую должность	27
Руководитель предприятия, организации, подразделения	18
Учащийся / студент	5
Домохозяйка	5
Квалифицированный рабочий	2
Военнослужащий	2
Служащий	1
Временно не занят / безработный	1
Итого:	100

Так же выяснилось, что среди респондентов - потенциальных клиентов - большую часть составляют любители (98%), а профессионалов всего (2%). При этом большее количество респондентов занимаются бегом 1-3 года (58%), более 3 лет (26%), от полугода до 1 года (12%), до полугода (4 %). Не мало важно было выяснить, что все-таки побуждает респондентов бегать. (табл. 6).

Таблица 6

Мотивы для бега (в % от числа опрошенных)

Показатели	%
Бег является средством поддержания хорошей физической формы (выносливость, мышечная масса и т.д.)	61
Бег – это привычка	46
Бег приносит удовольствие и азарт	32
Бег помогает находить новые знакомства	26
Бег помогает устанавливать личные рекорды на соревнованиях	23
Занимаясь бегом, я стремлюсь получить награду за преодоления дистанции т.е. бегаю, чтобы участвовать и побеждать в соревнованиях	18
Бег помогает следить за фигурой, контролировать вес	9
Другое	3
Итого:	218*

*Здесь и далее сумма процентов более 100, т.к. респонденты имели возможность выбрать несколько вариантов ответов

Наиболее популярным ответом было занятие бегом как средством поддержания хорошей физической формы (выносливость, мышечная масса и т.д.), бег – это привычка и бег приносит удовольствие и азарт. Далее мы узнали, с кем любители бега предпочитают бегать (табл. 7).

Таблица 7

Предпочитаемые партнеры по бегу (в % от числа опрошенных)

Показатели	%
С беговой группой	112
Со второй половиной /с мужем/женой/ любимым человеком	27
Один (одна)	20
С друзьями	19
С родственниками	14
С собакой	3
Итого:	195*

Самым распространенным ответом стал тренировки с беговой группой, с единомышленниками всегда проще добиться результатов. Команда единомышленников - это лучшая подстраховка, чтобы не поддаться плохому настроению, лени, страхам, сомнениям, не опустить руки. Когда вы тренируетесь в группе, вам хочется тянуться за более сильными партнерами по команде.

Мы решили узнать, в каких мероприятиях планируют участвовать любители в 2019 году (табл. 8).

Таблица 8

Мероприятия, в которых будут участвовать (в % от числа опрошенных)

Показатели	%
Московский полумарафон. Москва 19 мая 2019	98
Московский марафон 22 сентября 2019	71
Ночной забег. 13 июля 2019	46
Красочный забег. Москва 2 июня 2019	23
Полумарафон Лужники. Москва 18 августа 2019	16
Кросс Лисья гора. Москва 19 апреля 2019	15
Забег Апрель. Москва 7 апреля 2019	10
Полумарафон Северная столица. Санкт-Петербург 4 августа 2019	9
Кросс Лисья гора. Москва 5 октября 2019	8
Сложно сказать, пока точно не решил(а)	3
Буду участвовать во всех перечисленных забегах	2
Итого:	300*

Как показал опрос, наиболее популярными стали мероприятия, Московский полумарафон и Московский марафон, в которых респонденты планируют участвовать. Выбор Московского полумарафона как одним из главных целей был очевиден, так как мы опрашивали участников данного полумарафона. Благодаря данным результатам, можно лучше понять, какие спортивные мероприятия актуальны и имеют потенциальный спрос, к данным соревнованиям мы можем составить спортивные туры в среднегорье и предложить желающим улучшить свои результаты.

Так же среди респондентов были и те, кто планируют выступать на международных марафонах, самыми популярными среди российских любителей стали Берлинский и Чикагский марафон проходящие осенью (табл. 9). Для данной группы любителей, вполне могут быть интересны туры в начале сентября, которые мы будем разрабатывать под Московский марафон и под старты в октябре и ноябре.

Таблица 9

Международные марафоны, в которых будут участвовать (в % от числа ответивших)

Показатели	%
Берлинский марафон. 29 сентября 2019	20
Чикагский марафон. 7 октября 2019	20
Парижский марафон. 14 апреля 2019	15
Нью-Йоркский марафон. 4 ноября 2018	10
Сложно сказать, пока точно не решил(а)	10
Стокгольмский марафон. 1 июня 2019	5
Бостонский марафон. 15 апреля 2019	5
Другое	5
Итого:	100

Далее мы изучили, через какие каналы связи нам проще распространять информацию о спортивных беговых турах. Наибольшее о беговых мероприятиях респонденты узнают через социальные сети (78%), через тренера (40%), через друзей и родственников (35%) (табл. 10).

Для того, чтобы привлечь любителей, можно завести аккаунты в таких популярных социальных сетях как инстаграм, вконтакте. Активно общаться с тренерами, предлагать помощь в организации туров для их групп, а также

размещать в стартовых пакетах участников соревнований рекламные буклеты, для этого необходимо наладить совместную работу с организаторами соревнованиями.

Таблица 10

Источники информации, откуда узнают о беговых мероприятиях (в % от числа опрошенных)

Показатели	%
Через социальные сети	78
Через тренера	40
Через друзей, знакомых, родственников	35
Через СМИ	25
Через форумы в интернете	15
Через объявления на улице, в общественных местах	7
Итого:	200*

Не лишним будет знать, как часто респонденты занимаются бегом, 93% опрошенных занимаются бегом несколько раз в неделю, 5 % один раз в неделю и 2 % несколько раз в месяц, отсюда можно сделать вывод, что большинство респондентов ответственно подходят к занятиям по бегу и, несомненно, им будут интересны инновационные методы для подготовки к различным соревнованиям.

Из таблицы 11 видно, что главной целью в беговых мероприятиях для респондентов является улучшения своего собственного результата (81%) и улучшение физической подготовки (39%).

Таблица 11

Главная цель участия в беговых мероприятиях 1-2 вар (в % от числа опрошенных)

Показатели	%
Хочу улучшить результаты в беге	81
Хочу улучшить физическую форму	39
Нравится участвовать в массовых мероприятиях	29
Хочу получить удовольствие	20
Хочу получить медаль, диплом	16
Хочу завести новые знакомства	9
Хочу испытать себя	6
Итого:	200*

При этом большинство респондентов (79%) осведомлены о выездах в среднегорье для подготовки к беговым соревнованиям и только не

осведомлены (19%), то есть потенциальный тур будет им понятен как с точки зрения содержания, так и возможных результатов.

Однако 75% опрошенных никогда не участвовали в специальных поездках, выездных мероприятиях для подготовки к беговым мероприятиям и соревнованиям. Возможно, это связано с тем, что в турфирмах данные туры не предлагаются и не во всех городах есть предложения о выезде на спортивные сборы или же они просто не знают, как туда попасть.

Ответы тех, кто уже ездил в специальные туры/поездки для подготовки к беговым мероприятиям, показали, что предпочитаемыми местами для тренировок являются места в пределах России (68%), это может быть связано с отсутствием организации, которые бы предоставляла спортивные беговые туры за границу, а ездить одним - более затратно и предполагает специальные знания. Данные туристы ездили в тур вместе со спортивной командой (36%), с семьей (20%), с близким человеком (16%), с друзьями (16%) и одни (12%). В 80% выездов туристы обращались за помощью к спортивным организациям, 12% организовали сами и только 8% обращались к турфирмам.

Продолжительность туров у половины составила 8-14 дней (52%), это обосновывается тем, что люди делят свой отпуск пополам, чтобы чаще выезжать отдыхать в году. Люди с более гибким графиком работы выезжали чаще на 15-21 день (24%) и более 21 дня (12%). Цена за тур, которую потратили респонденты, составила 31-50 тыс. рублей (12%), 51-70 тыс. рублей (52%), 71-100 тыс. рублей (20%), более 100 тыс. рублей (16%). Все респонденты улучшили свои спортивные результаты после спортивных сборов, а также большинство (96%) ответили, что поехали бы на спортивные сборы еще раз.

Из числа опрошенных 77% респондентов хотели бы поехать на сборы в среднегорье, заинтересованы в спортивном беговом туре 90% респондентов. Далее мы выяснили, на какой срок респонденты готовы поехать на сборы (табл.13).

Самыми распространенными ответами стали 8-14 дней (47%), 15-21 день (35%), более 21 дня (13%). Поэтому нами было принято решение разработать туры на 14 дней с возможностью доплачивать за каждую неделю дополнительно.

Таблица 13

Предпочитаемая продолжительность поездки (в % от числа опрошенных)

Показатели	%
8-14 дней	47
15-21 день	35
Более 21 дня	13
до 7 дней	5
Итого:	100

Из таблицы 14 мы выяснили, что респонденты предпочитают ездить в туры не одни, а со спортивной командой (42%), с семьей (21%), с друзьями (17%), поэтому для нас, при выборе гостиниц или спортивных баз, необходимо обращать внимание на вместительность.

Таблица 14

Предпочитаемая компания для тура (в % от числа опрошенных)

Показатели	%
Со спортивной командой	42
С семьей	21
С друзьями	17
С близким человеком	15
Один/одна	5
Итого:	100

Далее было важно узнать, каким образом респонденты хотели бы организовывать спортивные беговые туры (табл. 15).

Таблица 15

Предпочтение в организации бегового тура (в % от числа опрошенных)

Показатели	%
Обращусь за помощью к беговому клубу	49
Попрошу помощи у тренера	26
Воспользуюсь услугами турфирмы	22
Составлю тур самостоятельно	3
Итого:	100

Как показала таблица 15, хотели бы воспользоваться услугами турфирмы 22 %, это довольно неплохой показатель, с учетом того, что на данный момент

турфирмы вообще не предлагают спортивные туры по бегу. Обратились бы за помощью к беговому клубу 49 %, это объясняется тем, что на данный момент некоторые беговые туры предлагают выезды на спортивные сборы и могут подобрать подходящее место для сбора. Попросили бы помощи тренера 26 %. Это показывает, через кого нам необходимо продвигать свои беговые туры.

Далее у респондентов узнали, какую сумму они готовы потратить на беговой тур (табл. 16).

Таблица 16

Сумма, которую респонденты готовы заплатить за беговой тур (в % от числа опрошенных)

Показатели	%
51-70 тыс. рублей	43
71-100 тыс.рублей	31
31-50 тыс.рублей	12
Более 100 тыс.рублей	8
21-30 тыс.рублей	6
менее 20 тыс. рублей	2
Итого:	100

Из таблицы 16 видно, что варианты ответов «51-70 тыс. рублей» (43%) и «71-100 тыс.рублей» (31%) самые популярные, данные цифры являются стандартными ценами на туры для людей среднего класса. Например, примерно такие суммы тратят туристы при посещениях Индии, Кипра, Греции, Таиланда.

С помощью нашего исследования мы выяснили, что 91 % опрошенных хотят видеть спортивные беговые туры в турфирмах в качестве продукта, это важный показатель для туристических организации, так как беговое движение сейчас на пике популярности. Если посмотреть статистику топовых российских пробегов, то на некоторых из них, количество участников уже превышает десять тысяч, и на очень многих стартах выше тысячи бегунов, не исключение город Екатеринбург. Все эти люди имеют товарищей по бегу и как альтернативу пляжному отдыху им можно предложить поездку в среднегорье. Большой плюс, что они все проводятся в туристических местах, где есть инфраструктура.

Далее у респондентов поинтересовались, какие места для тренировок были бы предпочтительней в рамках спортивного бегового тура (табл. 17).

Большинство респондентов проголосовало за Кению (85%), Кисловодск (56%) и Киргизию (34%), как варианты мест для тренировок, которые они бы посетили в рамках спортивного туризма.

Таблица 17

Предпочитаемые места для туров (в % от числа опрошенных)

Показатели	%
Кения	85
Кисловодск	56
Киргизия	34
Кипр	27
Португалия	19
Анапа	14
Адлер	12
Крым	9
Другое	3
Итого:	259*

Благодаря результатам этого исследования, можно лучше понять, какие места актуальны и имеют потенциальный спрос у респондентов. Кения является лидером среди всех предложенных мест. Так как именно она пользуется популярностью среди знаменитых профессиональных спортсменов.

В заключении мы узнали у респондентов, если бы они поставили цель, подготовиться к определенным мероприятиям/забегам и поехать на спортивные тренировки в Кисловодск, как скоро смогли бы накопить 40 тысяч рублей для ее реализации (табл.18).

Таблица 18

Готовность приобрести тур на 14 дней (в % от числа опрошенных)

Показатели	%
Прямо сейчас могу приобрести данный тур	82
Смогу накопить на тур за месяц	14
Смогу накопить на тур за несколько месяцев	3
Смогу накопить на тур за год	1
Накопить данную сумму на тур не имею возможности	0
Другое	0
Итого:	100

Как показали ответы, 82 % готовы прямо сейчас приобрести тур и 14 % смогут накопить данную сумму за месяц, можно предположить, что большая

часть опрошенных респондентов имеют средний и выше среднего достатка, чей социальный статус, предприниматели (39%), специалисты с высшим образованием не занимающий руководящую должность (27%) и руководители предприятия, организации, подразделения (18%).

Таким образом, в ходе нашего исследования было выявлено, что большинству респондентов интересен спортивный беговой туризм, а так же они планируют в будущем приобретать беговые туры, 22 % респондентов воспользовались бы услугами турфирмы для составления тура, это показывает, что турфирме важно грамотно составлять беговые туры, сделать его привлекательным в глазах потребителей, а также не превышать ценовые рамки выше допустимого. Однако в связи с отсутствием предложений со стороны турфирм, они с большей вероятностью обратятся в беговой клуб или к тренеру.

Для того чтобы более подробно узнать о том, популярен ли спортивный беговой туризм, а также о его перспективах в будущем, мы решили провести интервью у директора турфирмы «Латона» и директора спортивных беговых мероприятий «Беговое сообщество».

Мягкий формат интервью позволил обеспечить высокую степень открытости и искренности респондентов, информанты были максимально расположены к беседе.

Директором турфирмы «Латона» является Евтеева Виолетта Валентиновна. Стаж работы в турфирме составляет 10 лет.

Мы узнали, что клиенты турфирмы «Латона» обращаются с просьбой составить индивидуальный спортивный тур, но это бывает не часто. В основном обращаются небольшие группы молодых туристов в возрасте до 35 лет. Данные клиенты предпочитают приобретать туры в зависимости от сезона, зимой чаще всего выбираются страны, где можно покататься на лыжах или сноуборде, это Альпы, Австрия, Швейцария, Италия, из российских курортов предпочитают Красную поляну. Летом больше предпочитают страны, где можно активно заниматься водным туризмом, такие как Франция, Голландия,

Германия и южные направления Турция, Черногория, Таиланд, из российских курортов предпочитают Черноморское побережье, Крым.

Далее мы узнали, чем отличается организация спортивных туров от других туров. В спортивный тур должна входить местность или инфраструктура для возможности занятием спорта, это могут быть спортивные базы, лагеря или санатории. Так же в спортивный тур могут входить поездки на спортивные мероприятия в качестве участника или болельщика. Отмечается, что для таких туров сложно подобрать место для занятием спорта, которое бы удовлетворяло все потребности клиента.

Для нас важно было узнать, что думает Виолетта Валентиновна о спортивных беговых турах. Вот что она сказала по поводу данных туров *«Думаю, спортивные беговые туры стали более популярны, так как в нашем городе в последнее время стало проводиться больше спортивных соревнований, участвует множество людей и скорее всего многие из них для подготовки используют спортивные беговые туры. Мы бы отдали предпочтение спортивными беговыми турами в Кению, спрос на Африку значительно растет среди туристов в последнее время, туристам нравится дикое сафари и культура отличная от нашей».*

Если бы турфирма «Латона» занималась спортивными беговыми турами, туры на 14 дней в Киргизию и Кисловодск стоили бы в пределах 100 000 – 120 000 рублей в комфортабельных условиях. Кения 150 000 – 250 000 рублей, отмечается, что туда обычно выходят дорогие авиабилеты.

Вот что директор турфирмы сказала в целом о перспективе развития в турфирме спортивных беговых туров *«Перспективы у данного направления в стадии развития, бег с каждым годом становится массовым, люди заинтересованы в росте спортивных результатов, для этого им необходимы беговые туры. Реклама со стороны знаменитых спортсменов, пропаганда здорового образа, поддержка со стороны государства, проведение массовых соревнований в данных регионах, качество обслуживания, уникальные предложения – все это помогло ускорить процесс развития данных туров».*

Директором «Беговое сообщество» является Ночевный Сергей Дмитриевич. Стаж работы в беговом сообществе 6 лет.

Он рассказал нам немного о беговом сообществе, *«Беговое сообщество – это бренд, объединяющий проекты команды, которую привыкли называть «командой Московского марафона», мы проводим линейку разноплановых спортивных мероприятий для любителей бега. Возникло в 2013 году после чемпионата мира по легкой атлетике. Так сразу и не сосчитать наш персонал, он очень большой, около 500 человек. В мои обязанности входит привлечение участников соревнований, спонсоров. Организация и проведение соревнований. Приглашение спортсменов с высоким результатом в качестве элитных спортсменов».*

Свой первый забег как организатор, «Беговое сообщество» провело в 2013 году, осенью после чемпионата мира по легкой атлетике. Отмечается, что в 2012-2013 активно развивалась пропаганда здорового образа жизни, государство помогало проводить спортивные мероприятия.

Сергей Дмитриевич отмечает, что любителям бега необходимы спортивные сборы: *«Любители, как и профессиональные спортсмены, хотят улучшить свою физическую форму и спортивные показатели, сборы позволяют полностью сконцентрироваться на тренировочном процессе».*

Так же он рекомендует готовиться с помощью сборов к самым массовым стартам, Московскому полумарафону, который проходит в 20х числа мая и Московскому марафону, который проводится в 20х числа сентября. Как раз готовясь к этим стартам, вы будете чувствовать эффект гор примерно месяц, что позволит выступать в разгар сезона и на других стартах.

Мы узнали, проводит ли «Беговое сообщество» сборы. *«Да мы проводим спортивные сборы для любителей, но наши сборы рассчитаны для подготовки к фестивалю бега RozaRun, у нас заключен договор с данной организацией, мы направляем любителей бега, но не организуем сборы. Сборы проводятся на Красной поляне. Так же в нашем сообществе есть тренеры, которые*

проводят тренировки по бегу для любителей, составляют индивидуальные планы тренировок».

Известно, что для подготовки к соревнованиям, спортсменам требуются определенные условия. В том числе, это могут быть определенные климатические условия. Сергей Дмитриевич отмечает что *«Среднегорье играет одну из главных ролей в подготовке, все профессиональные спортсмены готовятся к соревновательному сезону через среднегорье. Оно увеличивает потенциал вашего организма, увеличивается выносливость, работоспособность и повышается иммунитет».*

В интервью выяснилось, что Сергей Дмитриевич считает спортивные востребованными, так как сборная России организует именно в эти места спортивные сборы и что любители берут пример всегда с профессионалов.

Мы выяснили, что «Беговое сообщество» не организует сборы в среднегорье, но в ближайшем будущем они планируют заняться данным вопросом.

Сергей Дмитриевич порекомендовал любителям начинать со сборов в Кисловодске. *«Основным местом сборов я выбрал бы Кисловодск. В этот город можно быстро и недорого добраться из любой точки страны, много вариантов размещения (квартиры, гостиницы, гостевые дома). К тому же, это крупный туристический город со всей необходимой инфраструктурой и огромным количеством достопримечательностей. И огромный плюс, что это территория Российской Федерации. Киргизию и Кению я бы рассматривал только с точки экзотики. Туда дороже добираться, хуже условия проживания, экзотическая кухня. Немаловажным фактором будет отсутствие квалифицированной медицинской помощи. В эти места ездят профессиональные атлеты, которые готовы терпеть любые бытовые трудности ради более сильного эффекта от среднегорья».*

Если бы в Беговом сообществе появились туры, они бы стоили, в Кисловодск в пределах 110 000 рублей, в Киргизию 120 000 рублей, в Кению от 150 000 рублей.

Вот что директор сказал в целом о перспективе развития в турфирме спортивных беговых туров *«Считаю перспективным, беговое движение сейчас на пике популярности, посмотреть статистику «топовых» российских пробегов, так на некоторых, количество участников уже превышает за десяток тысяч и на очень многих стартах выше тысячи бегунов. Многие из этих любителей бега предпочли сборы для подготовки к пробегам. Необходимо делать качественную рекламу, одно из решений это рекламные буклеты в стартовые пакеты участников соревнований».*

Далее рассмотрим возможности разработки данных туров и охарактеризуем этапы их разработки.

Пред тем, как мы предоставили туры в Кению, Киргизию, Кисловодск, мы приняли решение проанализировать туры с точки зрения турфирмы с помощью SWOT-анализа (табл. 19).

Таблица 19

SWOT-анализ туров в среднегорье

Сильные стороны	Слабые стороны
1) Большая потенциальная клиентская база 2) Отсутствие предложений подобных туров у других компаний 3) Наличие эффективного канала продаж через спортивные беговые клубы, соревнования, интернет сообщества 4) Возможность выбора одного тура из трех 5) Стоимость турпродукта 6) Возможность выезжать на спортивные сборы круглый год	1) Затраты на продвижение и узнаваемость турпродукта 2) Сложные климатические условия 3) Чтобы составить спортивный тур, необходимо учитывать все критерии, которые должны присутствовать в туре: трассы для бега, восстановление, высота, медицинская помощь, качественное питание
Возможности	Угрозы
1) Расширение числа потенциальных клиентов за счет популярности спортивного движения 2) Сотрудничество турфирмы с крупными организаторами беговых мероприятий 3) Возможность занять малочисленный рынок спортивных направлений	1) Разногласия туристов с местным населением 2) Противопоказания к спортивным турам в условиях среднегорья у клиентов 3) В Кении и Киргизии плохо развита медицина 4) Закрытие границ для российских туристов в Кению и Киргизию 5) Визовый режим

Спортивные беговые туры в Кению, Киргизию и Кисловодск рассчитаны для одного человека. Так как мы выяснили, что нашими потенциальными клиентами являются люди со средним достатком, мы предоставим туры

средней ценовой политики. Программа включает 14 дней тренировок в среднегорье и посещение достопримечательностей. Туры составлены на период 1-15 сентября 2019 года. Стоимость тура рассчитана исходя из цен мая 2019, когда до сборов остается много времени. Цены меняются, поэтому итоговая стоимость тура может варьироваться.

Исходя из нашего исследования, мы выяснили, что опрашиваемые имеют разный уровень беговой подготовки, поэтому мы разделили наши туры по категориям. Кисловодск-Lite будет предложен начинающим любителям, которые занимаются бегом до 1 года. В Кисловодске данной категории людей будет находиться не сложно, так как высота над уровнем моря 800 метров практически не ощущается, еще одним плюсом будет то, что данный тур находится на территории Российской Федерации, дорога выйдет дешевле и не такой утомительной.

Киргизия-Middle будет предложена для любителей, чья беговая подготовка составляет от 1 года до 3 лет, которые уже побывали на сборе в Кисловодске и ощутили эффект среднегорья.

Кения-Maximum будет предложена для более опытных бегунов, кто уже опробовал горную подготовку в Кисловодске и Киргизии. Кто хочет добиться большего эффекта от среднегорья и ощутить экзотику Кении.

Рассмотрим предложенные туры более подробно:

Тур «Кисловодск-Lite»: стоимость ~ 37 229 р.

В процессе тура туристы могут потратить еще около 20 000 рублей, в зависимости от достатка и потребностей.

В стоимость включено:

- перелет осуществляется без пересадок Екатеринбург – Минеральные воды. Общее время перелета составляет 4 часа 5 минут, обратно так же¹;
- трансфер аэропорт – Кисловодск;

¹Авиабилет Екатеринбург – Минеральные воды [Электронный ресурс] // Aviasales
Режим доступа: <https://www.aviasales.ru>

- проживание в гостинице;
- 3х разовое питание;
- тренажерный зал;
- страховка.

Дополнительно оплачивается:

- восстановительные процедуры (баня, бассейн, массаж, горячие источники);
- экскурсии.

Была составлена программа тура, которая позволяет наглядно увидеть, что входит в тур (См. Приложение 13).

Туристы прилетают в Минеральные воды, откуда на заказном автобусе они едут до Кисловодска, где располагается гостиница. Они доезжают прямо до гостиницы. Самым оптимальным вариантом была выбрана гостиница «Скиф», в стоимость входит проживание в двухместном номере, 3х разовое питание, восстановительные процедуры (баня), охраняемая территория, медицинская помощь. На комфортабельных автобусах осуществляется трансфер в парк и обратно, предоставляются любые виды отчетных документов.

Недалеко расположены рынок, небольшие магазины, столовые, трассы, где можно бегать, экскурсионное бюро.

Предположительно, продажа и бронь билетов на тур будет происходить с 1 июля по 25 августа.

Все 14 дней сборов будут богаты на события. В свободные дни, туристы могут заняться личными делами. Туристам будет предложен список мест, которые рекомендуется посетить, например, поездка на Эльбрус, экскурсия в «Замок коварства и любви».

Тур «Киргизия-Middle»: стоимость ~ 47 012 р.

В процессе тура туристы могут потратить еще около 20 000 рублей, в зависимости от достатка и потребностей.

В стоимость варианта включено:

- перелет осуществляется без пересадок Екатеринбург – Киргизия. Общее время перелета составляет 3 часа, обратно так же¹;

- трансфер аэропорт Манас – поселок Бостери;

- проживание в санатории «Кыргызское взморье»;

- 3х разовое питание;

- тренажерный зал;

- страховка;

Дополнительно оплачивается:

- восстановительные процедуры (баня, бассейн, массаж, горячие источники);

- экскурсии.

Была составлена программа тура, которая позволяет наглядно увидеть, что входит в стоимость тура (См. Приложение 12).

Туристы прилетают в Киргизию, откуда на заказном автобусе они едут до Бостерей, где располагается санаторий «Кыргызское взморье». Они доезжают прямо до санатория. Самым оптимальным вариантом была выбрана тренировочная база санатория «Кыргызское взморье», в стоимость входит проживание в двухместном номере, 3х разовое питание, дополнительно оплачиваются восстановительные процедуры (баня, бассейн, массаж), охраняемая территория, медицинская помощь. Недалеко расположены рынок, небольшие магазины, столовые, трассы, где можно бегать, экскурсионное бюро.

Граждане Российской Федерации могут находиться на территории Киргизии 30 дней без регистрации, виза не нужна.

Предположительно, продажа и бронь билетов на тур будет происходить с 1 июля по 25 августа.

Туристам будет предложены экскурсии в «Культурный центр Рух Ордо» и в «Каменный сад петроглифов».

¹Авиабилет Екатеринбург – Манас [Электронный ресурс] // Aviasales Режим доступа: <https://www.aviasales.ru>

Тур «Кения-Махитит»: стоимость ~ 102 146 р.

В процессе тура туристы могут потратить еще около 30 000 рублей, в зависимости от достатка и потребностей.

В стоимость варианта включено:

- перелет осуществляется с пересадками Екатеринбург – Москва – Найроби – Элдорет. Общее время перелета составляет 17 часов 15 минут, обратно 17 часов 40 минут¹;
- трансфер аэропорт – деревня Итен;
- проживание на спортивной базе;
- 3х разовое питание;
- восстановительные процедуры (баня, бассейн, массаж);
- тренажерный зал;
- страховка;
- прививка от малярии;
- виза;
- трансфер аэропорт – Итен.

Дополнительно оплачивается:

- экскурсии.

Была составлена программа тура, которая позволяет наглядно увидеть, что входит в тур (См. Приложение 11).

Перелет Найроби – Элдорет, был выбран по причине, того что туристы итак устанут от перелета, а ехать на автобусе из Найроби до Итена примерно 10 часов, а авиабилет Найроби – Элдорет стоит недорого и сокращает дорогу².

Туристы прилетают в Элдорет, откуда на автобусе едут до Итена, где располагается спортивная база. Они доезжают прямо до остановки, где находится спортивная база. Самым оптимальным вариантом была выбрана тренировочная база «Kenya Experience», в стоимость проживания входит

¹ *Авиабилет* Екатеринбург – Элдорет [Электронный ресурс] // Aviasales. Режим доступа: <https://www.aviasales.ru>

² *Авиабилет* Найроби – Элдорет [Электронный ресурс] // Aviasales Режим доступа: <https://www.aviasales.ru>

проживание в двухместном номере, 3х разовое питание, бесплатные восстановительные процедуры (баня, бассейн, массаж), охраняемая территория, медицинская помощь. База расположена в центре деревни Итен, недалеко расположен рынок, небольшие магазины, столовые, трассы, где можно бегать, экскурсионное бюро, с помощью которого можно побывать на чайных плантациях, в сафари парках.

Граждане Российской Федерации могут получить визу за 50 долларов по прилету. При этом по ней вы сможете находиться в Кении один месяц, после чего вам нужно будет продлить визу в миграционном центре. Для получения визы в аэропорту вам понадобится только заграничный паспорт.

Предположительно, продажа и бронь билетов на тур будет происходить с 1 июля по 25 августа.

Все 14 дней сборов будут наполнены событиями, мы включили в программу тура экскурсии на чайные плантации и сафари-тур, которые помогут туристам ощутить экзотику Кении.

Так как все наши туры проходят в среднегорье, они будут схожими по подготовки и программе, поэтому мы предоставили единый план к беговым турам.

Описание туров «Кисловодск-Lite», «Киргизия-Middle», «Кения-Maximum»:

1 день. Прибытие в аэропорт. Трансфер от аэропорта до гостиницы. Обед. Вечерняя ознакомительная прогулка. Ужин. Свободное время.

2 день. Завтрак. Первая тренировка. Обед. Отдых. Вторая тренировка. Ужин. Свободное время.

3 день. Завтрак. Первая тренировка. Обед. Отдых. Восстановительные процедуры по желанию, либо посещение экскурсии. Ужин. Свободное время.

4 день. Завтрак. Первая тренировка. Обед. Отдых. Вторая тренировка. Ужин. Свободное время.

5 день. Завтрак. Первая тренировка. Обед. Отдых. Вторая тренировка. Ужин. Свободное время.

6 день. Завтрак. Первая тренировка. Обед. Отдых. Восстановительные процедуры по желанию, либо посещение экскурсии. Ужин. Свободное время.

7 день. Завтрак. Поход на рынок. Обед. Кросс-поход. Ужин. Свободное время.

8 день. Завтрак. Первая тренировка. Обед. Отдых. Вторая тренировка. Ужин. Свободное время.

9 день. Завтрак. Первая тренировка. Обед. Отдых. Вторая тренировка. Ужин. Свободное время.

10 день. Завтрак. Первая тренировка. Обед. Отдых. Восстановительные процедуры по желанию, либо посещение экскурсии. Ужин. Свободное время.

11 день. Завтрак. Первая тренировка. Обед. Отдых. Вторая тренировка. Ужин. Свободное время.

12 день. Завтрак. Первая тренировка. Обед. Отдых. Вторая тренировка. Ужин. Свободное время.

13 день. Завтрак. Первая тренировка. Обед. Отдых. Восстановительные процедуры по желанию, либо посещение экскурсии. Ужин. Свободное время.

14 день. Завтрак. Поход на рынок. Обед. Сбор вещей. Ужин. Выезд, трансфер из гостинцы до аэропорта, далее перелет до Екатеринбурга.

Данные туры будут продвигаться в сотрудничестве с беговыми клубами, с помощью социальных сетей Вконтакте, Инстаграме, а также при помощи соревнований, которые проводит «Беговое сообщество» в Москве и соревнованиях в Екатеринбурге, которые проводит «Европа-Азия». В частности, предполагается вкладывать раздаточные материалы с рекламой туров в пакеты участников, размещение информации о турах на сайтах и страницах в социальных сетях организаторов мероприятий.

В свою очередь у данных туров могут быть свои риски (табл.20).

Риски туров в среднегорье

Риски	Описание
Климатический риск	В среднегорье погода всегда не предсказуема, снег может выпасть в Киргизии и в Кисловодске даже в сентябре, а так же могут ощущаться сейсмические движения, солнечное излучение, давление.
Коммерческий риск	Повышение курса доллара может препятствовать покупательской способности в Кению и Киргизию.
Политический риск	Введение ограничений на въезд для российских туристов в Кению и Киргизию, ухудшение отношений, русофобия.
Транспортный риск	Прекращение прямого авиасообщения между Россией и Киргизией.
Визовый риск	Введение визового режима в Киргизии.
Экономический риск	Увеличение курса доллара, приведет к увеличению стоимости туров в Киргизию и Кению.
Поведенческий риск	Желание туристов поехать в одно время
Физиологический риск	Заболевания или расстройство здоровья.
Риск, связанный с работой	Графики отпусков у работающих, может не совпадать с туром

Таким образом, каждый любитель бега хоть раз в жизни хотел бы попробовать спортивные беговые туры, увидеть новые места, понаблюдать, как тренируются профессиональные спортсмены, узнать культуру новой местности, улучшить свою физическую форму. Сегодня такая возможность есть у каждого. Данные опроса позволяют сделать вывод о востребованности данных туров.

Вместе с тем у разработки и реализации спортивных беговых туров имеются свои сложности и слабые стороны. Стоимость в Кению не позволяет ориентироваться на массовость, поэтому приобретать подобный тур будут небольшие группы людей. Прекращение прямого авиасообщения будет большой проблемой в реализации туров в Киргизию, потому что придётся искать альтернативные рейсы, что приведёт к повышению цены тура. Визы также могут стать преградой в реализации тура в Кению и Киргизию, но она решается грамотным прохождением собеседования.

Все-таки минусов меньше чем плюсов, поэтому считается, что данные туры будут популярны у туристов. Все проблемы преодолимы при правильной организации тура. Те, кто смогут позволить себе приобретение спортивного тура, несомненно, получают немало ярких впечатлений.

4. МЕТОДИЧЕСКАЯ РАЗРАБОТКА ЗАДАНИЙ В ТЕСТОВОЙ ФОРМЕ ДЛЯ КОНТРОЛЯ ЗНАНИЙ ПО ТЕМЕ «СПОРТИВНЫЙ ТУРИЗМ В УСЛОВИЯХ СРЕДНЕГОРЬЯ»

Для того, чтобы учебный процесс был структурирован и полностью обеспечен всеми необходимыми материалами, учителя и преподаватели готовят различные специфические документы, такие как методические разработки.

Методическая разработка – пособие, в котором описывается различные методы, организация процесса обучения, формы и элементы образовательных инноваций, которые могут пригодиться для проведения уроков или курса в целом.

Подготовка методической разработки может быть применена только к одному уроку, предмету или целому курсу полностью. Также этим преимуществом может быть как индивидуальное развитие, так и коллективное.

Целью методического развития является профессионально-педагогическое совершенствование педагога при подготовке классов или курсов.

Пройденные темы, занятия и уроки принято закреплять проверкой знаний.

Наиболее распространенным вариантом проверки и контроля знаний является тестирование. Сегодня тестирование (сокр. тест) встречается повсеместно, а также в области, далеких от образования.

Тест – это краткосрочное задание, выполнение которого может служить индикатором уровня развития определенных психических функций и особенностей, позволяющих с известной вероятностью определить текущий уровень развития личности, необходимые навыки, знания, личностные характеристики и так далее¹.

¹Беликова Л. Ф. Методика преподавания социологии: учебное пособие. Екатеринбург: РГППУ, 2012. С.87

Тест состоит из заданий, которые выдаются учащимся, а также ключей к тесту или эталонов ответов, которые есть у преподавателя. Ключ к тесту – это правильный набор правильных (а иногда неправильных) ответов на вопросы либо наборы ответов с оценками вопросов и вариантов ответов на них для определения степени характеристики учащегося¹.

Эталон – правильный и полный ответ или метод выполнения заданного действия, который создается к тестовым заданиям. Педагог сравнивает ответы учащихся с эталоном или ключем к тесту и делает вывод о качестве выполнения тестового задания.

Далее был разработан дидактический тест с целью проверки усвоения материала.

Вашему вниманию представляется дидактический тест для проведения контрольного опроса по теме «Спортивный туризм в условиях среднегорья».

Учащимся необходимо выполнить предложенные тестовые задания, на выполнение которых может понадобиться 20 минут.

При выполнении заданий с формулировкой «Допишите ответ» необходимо определить пропущенную информацию и внести её в соответствующую позицию.

При выполнении заданий с формулировкой «Выберите один правильный вариант ответа» необходимо выбрать один правильный ответ из предложенных. При выполнении заданий с формулировкой «Выберите несколько правильных вариантов ответа» необходимо выбрать несколько правильных ответов из предложенных.

При выполнении заданий с формулировкой «Установите соответствие» необходимо найти такие однозначные связи между позициями первого и второго столбиков, чтобы одной позиции первого столбика соответствовала только одна позиция второго, а повтор используемых позиций категорически запрещён.

¹ *Что* такое тест? [Электронный ресурс]: Режим доступа: https://moeobrazovanie.ru/chto_takoe_test

В заданиях 1- 7 дополните ответ

1. _____ – увлекательный вид отдыха, позволяющий сменить привычную обстановку, способствующий восстановлению трудоспособности, получение запоминающих впечатлений, узнавания нового о культуре, образе жизни.

2. _____ – это основная деятельность туроператоров, заключающаяся в формировании конкретных туров. Турпродукт включает в себя туристские услуги (бронирование, перевозка, размещение, питание, развлечение), туристские работы (страхование, информирование, финансирование, фотоуслуги, оформление виз), туристские товары (сувениры, снаряжения, потребительские товары).

3. _____ – совокупность гостиниц и иных средств размещения, средств транспорта, объектов общественного питания, объектов и средств развлечения, объектов познавательного, делового, оздоровительного, спортивного и иного назначения, организаций, осуществляющих туроператорскую и турагентскую деятельность, а также организаций, предоставляющих экскурсионные услуги и услуги гидов-переводчиков.

4. _____ – это комплекс действующих сетей и сооружений производителя, социального и рекреационного назначения, обеспечивающий нормальный доступ туристов к ресурсам и их использования в целях туризма.

5. _____ – администрация местных или региональных властей, рассматривают туризм как один из важных факторов экономики, связанный с доходами, которые местные граждане могут получать от этого бизнеса в виде налогов, поступающих в местный бюджет от приезжих туристов.

6. _____ – местное население, которое определяется в первую очередь как фактор занятости населения. Для данной группы одним из важных является результат взаимодействия местного населения с туристами, в том числе и с иностранными туристами.

7. _____ – это особый вид туризма, который официально зародился в России в 20 веке, он включает в себя преодоление определенных маршрутов, а

так же сочетание в себе физических нагрузок и отдыха, такой вид туризма более предпочтителен активным туристам.

В заданиях 8 –11 выберите один правильный вариант ответа

8. СПОРТИВНЫМ ТУРИЗМОМ В РОССИИ ЗАНИМАЕТСЯ НА ПЕРИОД 2018 ГОДА:

- 1) 100 000 человек
- 2) 500 000 человек
- 3) 1 млн человек
- 4) 4 млн человек
- 5) 10 млн человек

9. РАЗВИТИЕМ СПОРТИВНОГО ТУРИЗМА В РОССИИ ЗАНИМАЕТСЯ:

- 1) Туристско-спортивный союз России
- 2) Спортивный союз России
- 3) Туристско-спортивное движение
- 4) Федерация туризма России

10. СПОРТИВНЫЙ ТУРИЗМ ПО ВСЕМУ МИРУ ИЗНАЧАЛЬНО ПРЕСЛЕДОВАЛ:

- 1) Рекреационную цель
- 2) Практическую цель
- 3) Оздоровительную цель
- 4) Пропагандистскую цель
- 5) Военную цель

11. РАЗВИТИЕ СПОРТИВНОГО ТУРИЗМА В РОССИИ СВЯЗЫВАЮТ С ИМЕНЕМ:

- 1) Петр Первый
- 2) Христофор Колумб
- 3) Джеймс Кук
- 4) Марко Поло
- 5) Федор Конюхов

В заданиях №12-15 выберите несколько правильных вариантов ответа

12. СПОРТИВНЫЙ ТУРИЗМ ВКЛЮЧАЕТ В СЕБЯ ОСНОВНЫЕ ФУНКЦИИ:

- 1) Оздоровления
- 2) Нравственное воспитание
- 3) Совершенствование тела
- 4) Профилактика
- 5) Общественное воспитание

13. ПО ВИДАМ СПОРТИВНЫЙ ТУРИЗМ РАЗЛИЧАЕТСЯ:

- 1) Горный туризм
- 2) Скейт-туризм
- 3) Джампинг
- 4) Спелеотуризм
- 5) Акватуризм

14. В ЗАВИСИМОСТИ ОТ МАСШТАБА ПРОВЕДЕНИЯ, СПОРТИВНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ БЫВАЮТ:

- 1) Районные
- 2) Городские
- 3) Областные
- 4) Этнические
- 5) Межкультурные

15. СПОРТИВНЫЙ ТУРИЗМ ОЧЕНЬ ПОПУЛЯРЕН В:

- 1) США
- 2) Норвегия
- 3) Россия
- 4) Польша
- 5) Великобритания
- 6) Германия

В заданиях № 16-18 установите соответствие

16. СООТНЕСИТЕ ТУРИЗМ С ИХ ФОРМАМИ

Туризм	Форма
1) Внутренний	А) туризм за пределы своей страны, т.е. иностранный туризм Б) туризм внутри своей страны, путешествия в пределах этой страны лиц, которые постоянно в ней проживают В) путешествия в пределах конкретной страны лиц, не проживающих постоянно в данной стране Г) путешествия лиц, постоянно проживающих в одной стране, в другую страну
2)Международный	
3) Въездной	
4) Выездной	

17. СООТНЕСИТЕ СПОРТИВНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ С ИХ ДАТОЙ

Мероприятие	Дата
1) Полумарафон «Лужники»	А) 2 июня 2019
2) Забег «Апрель»	Б) 18 августа 2019
3) «Московский марафон»	В) 7 апреля 2019
4) Кросс «Лисья гора»	Г) 19 апреля 2019
5) «Красочный забег»	Д) 22 сентября 2019

18. СООТНЕСИТЕ ВИДЫ ТУРИЗМА И НАПРАВЛЕНИЯ ПО НИМ

Вид туризма	Направление
1) Деловой	А) Интенсив-туризм
2) Спортивный	Б) Рок-фестиваль
3) Приключенческий	В) Мототуризм
4) Событийный	Г) Джампинг
5) Культурно-познавательный	Д) Лувр
6) Пляжный	Е) Мальдивы

Ключи к тесту

1. «Туризм»
2. Турпродукт
3. Туристская индустрия
4. Туристическая инфраструктура
5. Местные органы власти
6. Принимающая сторона
7. Спортивный туризм
8. 4
9. 1
- 10.2
- 11.1
- 12.1,3,5
- 13.1,4
- 14.1,2,3
- 15.1,5,6
- 16.1-Б,2-А,3-Г,4-В
- 17.1- Б, 2- В, 3- Д, 4- Г, 5- А
- 18.1-А, 2- В, 3- Г, 4-Б, 5 – Д, 6-Е

Критерии оценивания

За каждый правильный вариант ответа в заданиях с одним и несколькими правильными ответами ставится – 1 балл; допишите и соотнесите – 2 балла.

27-23 баллов – оценка «5»

22-16 баллов – оценка «4»

15- 9 баллов – оценка «3»

Менее 8 баллов, оценка «2»

Таким образом, тест является неотъемлемой частью учебного процесса. Это популярный в современных условиях и достаточно эффективный метод исследования, который используется в различных областях, от педагогики до психологии. Тестирование позволяет проверить знания учащихся не только по одной теме или уроку, но и на протяжении всего курса. Тестирование имеет свои сильные и слабые стороны. Среди преимуществ можно отметить простоту реализации и равенство условий ее прохождения. Пожалуй, главная слабость – это умение дать ответ. При всех достоинствах и недостатках тестового метода, он является оптимальным и удобным методом обучения, который будет еще долго использоваться в учебном процессе.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Ежедневно по всему миру проводится большое количество спортивных мероприятий и соревнований по полумарафону и марафону, к которым возможно подготовиться благодаря спортивным сборам. Данный вид туризма очень разнообразен и имеет огромный потенциал для его развития.

Спортивный туризм подходит для мобильных людей, желающих новых ощущений, новых приключений, а также для тех, кто не стеснен в материальном плане.

Актуальность и важность спортивного туризма осознают и в России. На сегодняшний день данный вид туризма динамично развивается по всей стране. В некоторых регионах он даже становится одним из самых привлекательных направлений.

Ярким объектом спортивного туризма являются туры в среднегорье, а именно в Кению, Киргизию и Кисловодск. Это места где тренируются на выносливость сильнейшие спортсмены нашей планеты. Любители всегда будут брать пример со своих кумиров, поэтому, данные туры в будущем будут достаточно популярны, ведь современное общество активно пропагандирует здоровый образ жизни. Кроме занятием спорта, в данных турах можно познакомиться с культурой и достопримечательностями стран, куда вы отправляетесь, как говорится «можно совмещать приятное с полезным».

В качестве примера реализации программ спортивного туризма, нами были продуманы и разработаны спортивные беговые туры в среднегорье в Кению, Киргизию и Кисловодск. Основная категория потребителей – любители бега.

Проведенное эмпирическое исследование помогло составить картину востребованности спортивных туров в условия среднегорья в целом. Благодаря

проведённом исследовании стало ясно, что спортивные беговые туры в Кению, Киргизию и Кисловодск интересны многим людям.

Однако, само собой, не все могут себе позволить посещение таких туров особенно в Кению, есть часть любителей, которые бы предпочли обратиться за помощью в разработке тура к тренерам и беговым клубам, дабы не повышать затраты на тур. Поэтому, турфирмам нужен грамотно составленный план развития и продвижения спортивных беговых туров в среднегорье на рынке тур услуг. Например, спортивный тур в Кению должен продвигаться в интернет сообществах, таких как инстаграм, вконтакте, которые нацелены на современных спортивных людей. А так же турфирмы могут сотрудничать с организаторами массовых спортивных соревнований, одним из вариантов является распространение рекламных буклетов в стартовые пакеты участников соревнований.

Потенциальная аудитория туров в условия среднегорья очень большая. Успех в популяризации спортивного туризма будет напрямую зависеть от того, где и как будет продвигаться тур в этом направлении, ведь индустрия спортивного туризма имеет огромный потенциал.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. *Бабкин А. В.* Специальные виды туризма: учебное пособие / А. В. Бабкин. Москва: Феникс, 2012. 117 с.
2. *Беликова Л. Ф.* Методика преподавания социологии: учебное пособие / Л. Ф. Беликова, О. В. Чернова, Н. Е. Эрганова. Екатеринбург: РГППУ, 2012. 112 с.
3. *Биржаков М. Б.* Введение в туризм: учебное пособие / М. Б. Биржаков. 9-е издание. Москва: Невский фонд, 2014. 154 с.
4. *Булатова М. М.* Теоретико-методические основы реализации функциональных резервов спортсменов в тренировочной и соревновательной деятельности: учебное пособие / М. М. Булатова. Москва: УГУФВС, 2012. 356 с.
5. *Булатова М.М.* Спортивная медицина: учебное пособие / М. М. Булатова. Москва: Альфа-М, 2008. 285 с.
6. *Бурлаченко Г. Ф.* География зарубежного туризма: учебное пособие / Г. Ф. Бурлаченко. Москва: КНОРУС, 2013. 847 с.
7. *Воскресенский В. Ю.* Международный туризм: учебное пособие / В. Ю. Воскресенский. Москва: ЮНИТИ-ДАНА, 2012. 463 с.
8. *ГОСТ Р 50681-2010.* Туристские услуги. Проектирование туристских услуг: Национальный стандарт Российской Федерации от 30.11.2010 № 580-ст. Москва: Стандартинформ, 2011. 15 с.
9. *Драгачев С. П.* Туризм и здоровье: учебное пособие / С. П. Драгачев. Москва: Знание, 2011. 106 с.
10. *Дурович А. П.* Организация туризма: учебное пособие / А. П. Дурович. Москва: Питер, 2011. 376 с.
11. *Егоренков Л. И.* Введение в технологию туризма: учебно-методическое пособие / Л. И. Егоренков. Москва: Финансы и статистика, 2014. 304 с.

12. *Карпова Г.А.* Экономика и управление туристской деятельностью: учебное пособие / Г.А. Карпова. Санкт-Петербург: Изд-во СПбГУЭФ, 2011. 135 с.
13. *Квартальнов В. А.* Туризм: учебное пособие / В. А. Квартальнов. Москва: Финансы и статистика, 2012. 300 с.
14. *Кружалин В.И.* География туризма: учебник / В.И. Кружалин. Москва: Федеральное агентство по туризму, 2014. 336 с.
15. *Морозов М. А.* Экономика туризма: учебник / М. А. Морозов [и др.]. Москва: Федеральное агентство по туризму, 2014. 320 с.
16. *Писаревский Е.Л.* Основы туризма: учебник / Е.Л. Писаревский. Москва: Федеральное агентство по туризму, 2014. 272 с.
17. *Путрик Ю. С.* История спортивного туризма: учебник / коллектив авторов; отв. ред. и сост. Ю.С. Путрик. Москва: Федеральное агентство по туризму, 2014. 256 с.
18. *Таймазова В.А.* Теория и методика спортивного туризма: учебник / В.А. Таймазова. Москва: Советский спорт, 2014. 424 с.
19. *Трухачев В. И.* Экономика международного туризма: учебное пособие / В. И. Трухачев, И. Н. Лякишева, Г. А. Айрапетян. Москва: КНОРУС, 2015. 256 с.
20. *Уилмор Дж. Х.* Физиология спорта: учебник / Дж. Х. Уилмор, Д.Л. Костилл. Москва: Олимпийская литература, 2015. С. 123
21. *Шевырин С. А.* Основы организации молодежного туризма: учебное пособие. / С. А. Шевырин. Пермь: Министерство образования и науки РФ, 2015. 102 с.
22. *Беговое сообщество* [Электронный ресурс]: Режим доступа: <https://runc.run/>
23. *Велотуризм* [Электронный ресурс] // Велопутешествия по всему миру. Режим доступа: <http://velotur.ru>
24. *Водный туризм* [Электронный ресурс] // Tripadvisor. Режим доступа: <https://www.tri-padvisor.ru>

25. *Водный* туризм: особенности экстрима на воде [Электронный ресурс] // Проэкстрим. Режим доступа: <https://pro-extrim.com>
26. *Исследование* аналитическим центром НАФИ [Электронный ресурс] // Аналитический центр НАФИ. Режим доступа: <https://nafi.ru>
27. *Исследование* Сбербанка [Электронный ресурс]: Режим доступа: <https://www.vedo-mosti.ru/business/-articles/2018/12/14/789335-sberbank>
28. *Кения* [Электронный ресурс]: Режим доступа: <https://bigenc.ru/geography/text/2060435>
29. *Киргизия* [Электронный ресурс]: Режим доступа: <https://bigenc.ru/geography/text/2065934>
30. *Кисловодск* [Электронный ресурс]: Режим доступа: <https://bigenc.ru/geography/text/2068017>
31. *Классификация* спортивного туризма [Электронный ресурс]: Режим доступа: http://www.tssr.ru/files/materials/613/vostokov_st_2006.pdf
32. *Ключ* к тесту [Электронный ресурс] // Национальная психологическая энциклопедия. Режим доступа: <https://vocabulary.ru/termin/klyuch-ktestu.html>
33. *Международные* престижные марафоны [Электронный ресурс]: Режим доступа: https://letsportpeople.com/ru/year-2019-races_ru/
34. *Методы* исследования-тест. [Электронный ресурс] // Красноярская Мариинская женская гимназия-интернат. Режим доступа: <https://goo.gl/v1ZTGj30>
35. *Новые* тренды в туризме [Электронный ресурс]. Режим доступа: <https://www.tour-dom.ru>
36. *Определение* туризма. Информационный проект о туризме [Электронный ресурс]: Режим доступа: <https://goo.gl/2KuvSS>
37. *Подсчеты* спортивного туризма [Электронный ресурс] // Ростуризм. Режим доступа: <https://www.russiatourism.ru>
38. *Приключенческий* туризм. [Электронный ресурс] // Все о туризме: туристическая библиотека . Режим доступа: <https://goo.gl/wB3q3Q>

39. *Спелеотуризм* в мире [Электронный ресурс]: Режим доступа: <https://glonasstravel.com>
40. *Спортивный туризм* [Электронный ресурс]: Режим доступа: <https://rtournews.ru/blog/articles/glavnye-itogi-2018-goda-dlya-turotrasli.html>
41. *Спортивный туризм* [Электронный ресурс] // RusAdventures. Режим доступа: <http://www.rusadventures.ru/article/49/21.aspx>
42. *Среднегорье* [Электронный ресурс]: Режим доступа: <https://cyberpedia.su/16xbbe.html>
43. *Статистика* туризма [Электронный ресурс]: Режим доступа: http://truport.ru/foo_page/osvzksrt_12.html
44. *Как написать методическую разработку?* [Электронный ресурс]: Режим доступа: <https://goo.gl/C8H2rM>
45. *Терминология* туризма [Электронный ресурс]: Режим доступа: <https://studfiles.net/preview/6189291>
46. *Универсиада* в Казани – 2013 [Электронный ресурс]: Режим доступа: <https://www.tour52.ru/Vidy-otdyha/events/view/132/>
47. *Футбольный ЧМ-2018* вышел на второе место по посещаемости за всю историю. [Электронный ресурс] // НТВ Режим доступа: <http://www.ntv.ru/novosti/1107156/>
48. *Характеристика* любительского бега [Электронный ресурс]: Режим доступа: <http://begaem.com/moscow-marathon-2018>
49. *Чемпионат* мира по легкой атлетике 2013 [Электронный ресурс]: Режим доступа: https://news.sportbox.ru/Vidy_sporta/light_attletics/moscow2013
50. *Что* такое тест? [Электронный ресурс]: Режим доступа: https://moeobrazovanie.ru/chto_takoe_test.html

ВЛИЯНИЕ БЕГА НА ОРГАНИЗМ ЧЕЛОВЕКА

Влияние бега на организм человека

№	На что направлено	Характеристика
1.	Укрепление суставов и связок	Бег делает ваши связки и суставы более эластичными. Как правило – меньше растяжений и других травм.
2.	Укрепление диафрагмы	Бег приводит к активному движению диафрагмы, улучшается тонус ее мышц. Вырабатывается навык глубокого ровного дыхания, независимо от интенсивности нагрузок.
3.	Укрепление легких и бронхов	Бег минимизирует последствия бронхиальной астмы. Умеренные тренировки дают бронхорасширяющий эффект.
4.	Укрепление иммунитета	Занятия бегом вызывают изменения биохимического состава крови (повышается ее кислородная емкость, увеличивается количество иммуноглобулинов). Благодаря этому организм более устойчив к заболеваниям
5.	Повышение плотности костной ткани	Во время бега в организме вырабатываются минералы, необходимые для укрепления костей.
6.	Потеря лишнего веса (жирожигание)	Продолжительный бег от 30 минут в среднем темпе «сжигают» жировую ткань.
7.	Улучшение настроения	Бег провоцирует выработку дофамина. Человек испытывает удовлетворение, схожее с удовольствием от сладостей.
8.	Снижение уровня сахара в крови	Бег снижает диабетическую устойчивость к инсулину и поддерживает стабильный уровень сахара в крови.
9.	Стабилизация артериального давления	Во время бега сосуды расширяются, кровь устремляется к мышцам и происходит естественное снижение кровяного давления. Кроме того, сокращаясь, мышцы сдавливают сосуды, повышая их эластичность.

АНКЕТА
ДЛЯ ПОТЕНЦИАЛЬНЫХ ПОТРЕБИТЕЛЕЙ СПОРТИВНЫХ БЕГОВЫХ
ТУРОВ И СПОРТИВНЫХ СБОРОВ В УСЛОВИЯХ СРЕДНЕГОРЬЯ
(КИСЛОВОДСК, КИРГИЗИЯ И КЕНИЯ)

Уважаемый респондент!

Я являюсь студенткой 4 курса Российского государственного профессионально-педагогического университета (Екатеринбург). В рамках дипломной работы я исследую интерес людей, ведущих активный образ жизни, к спортивным беговым турам. Прошу вас принять участие в этом опросе. Ваше участие в опросе поможет изучить потенциальный спрос на спортивные беговые туры, включая тур в Кисловодск, Киргизию, Кению, которые в будущем могут превратиться в реальные туры.

Всего для заполнения анкеты Вам может потребоваться около 10 минут. Для этого читайте внимательно вопрос и вариант(варианты) ответов на него и отмечайте наиболее подходящий вариант. Если необходимо – допишите свой вариант ответа.

Прошу Вас быть максимально искренними в ответах на вопросы.

Заранее благодарю Вас за участие в исследовании.

1. К какой категории спортсменов Вы относите себя?

1. Профессионал
2. Любитель

2. Как долго вы занимаетесь бегом?

1. До полугода
2. От полугода до 1 года
3. 1-3 года
4. Более 3 лет

3. Какие мотивы побуждают Вас для занятия бегом? Укажите 1-2 наиболее подходящих варианта

1. Бег является средством поддержания хорошей физической формы(выносливость, мышечная масса и т.д.)
2. Бег помогает следить за фигурой, контролировать вес
3. Бег приносит удовольствие и азарт
4. Бег помогает находить новые знакомства
5. Бег – это привычка
6. Бег помогает устанавливать личные рекорды на соревнованиях
7. Занимаясь бегом, я стремлюсь получить награду за преодоления дистанции т.е. бегаю, чтобы участвовать и побеждать в соревнованиях
8. Другое _____

4. С кем чаще всего Вы предпочитаете бегать? Укажите 1-2 наиболее подходящих варианта

1. Один (одна)
2. С родственниками
3. Со второй половиной /с мужем/женой/ любимым человеком
4. С друзьями
5. С беговой группой
6. С собакой
7. Другое _____

5. Где чаще всего Вы предпочитаете бегать? Укажите 1-2 наиболее подходящих варианта

1. В парках
2. На стадионе
3. Вдоль набережных
4. В зале на беговой дорожке
5. По улице
6. Нет определенных предпочтений
7. Другое _____

6. Намерены ли Вы участие в каких-либо беговых мероприятиях в сезоне 2019?

1. Да
2. Нет – переходите, пожалуйста, к вопросу № 10

7. Если «да», то в каких беговых мероприятиях 2019 Вы собираетесь участвовать? Укажите 1-3 наиболее подходящих варианта

1. Забег Апрель. Москва 7 апреля 2019
2. Кросс Лисья гора. Москва 19 апреля 2019
3. Московский полумарафон. Москва 19 мая 2019
4. Красочный забег. Москва 2 июня 2019
5. Ночной забег. 13 июля 2019
6. Полумарафон Северная столица. Санкт-Петербург 4 августа 2019
7. Полумарафон Лужники. Москва 18 августа 2019
8. Московский марафон 22 сентября 2019
9. Кросс Лисья гора. Москва 5 октября 2019
10. Буду участвовать во всех перечисленных забегах
11. Сложно сказать, пока точно не решил(а)
12. Другое _____

8. Намерены ли Вы участвовать в международных марафонах в сезоне 2019?

1. Да
2. Нет – переходите, пожалуйста, к вопросу № 10

9. Если «да», то в каких международных марафонах 2019 Вы собираетесь участвовать? Укажите 1-3 наиболее подходящих варианта

1. Стокгольмский марафон. 1 июня 2019
2. Бостонский марафон. 15 апреля 2019
3. Лондонский марафон. 28 апреля 2019
4. Берлинский марафон. 29 сентября 2019
5. Чикагский марафон. 7 октября 2019
6. Нью-Йоркский марафон. 4 ноября 2018
7. Токийский марафон. 3 марта 2019
8. Парижский марафон. 14 апреля 2019
9. Гонконгский марафон. 17 февраля 2019
10. Буду участвовать во всех перечисленных забегах
11. Сложно сказать, пока точно не решил(а)
12. Другое _____

10. Через какие источники информации Вы узнаете о беговых мероприятиях? Укажите, пожалуйста, 1-2 главных источника информации

1. Через социальные сети
2. Через СМИ
3. Через друзей, знакомых, родственников
4. Через объявления на улице, в общественных местах
5. Через тренера
6. Через форумы в интернете
7. Другое _____

11. Знаете ли Вы, куда обычно ездят тренироваться для подготовки к беговым соревнованиям?

1. Да
2. Нет
3. Затрудняюсь ответить

12. Как часто Вы тренируетесь?

1. Несколько раз в неделю
2. Один раз неделю
3. Несколько раз в месяц
4. Один раз в месяц
5. Несколько раз в год
6. Один раз в год
7. Другое _____

13. Что является главной целью участия в беговых мероприятиях? Укажите, пожалуйста, 1-2 варианта ответа

1. Хочу улучшить результаты в беге
2. Хочу получить медаль, диплом
3. Хочу завести новые знакомства
4. Хочу получить удовольствие
5. Хочу улучшить физическую форму
6. Хочу испытать себя
7. Нравится участвовать в массовых мероприятиях
8. Другое _____

14. Предпринимаете ли Вы что-то для того, чтобы улучшить свою беговую подготовку?

1. Да
2. Нет - переходите, пожалуйста, к вопросу № 16

15. Если «да», что именно Вы предпринимаете для улучшения подготовки? (Выберете не более 3х вариантов ответов)

1. Покупаю улучшенную спортивную экипировку для бега
2. Нанимаю тренера для тренировок
3. Принимаю спортивные добавки
4. Выезжаю на спортивные сборы
5. Читаю спортивную литературу
6. Увеличиваю интенсивность тренировок
7. Другое _____

16. Многие любители участвуют в специальных поездках, выездных мероприятиях для подготовки к беговым мероприятиям и соревнованиям. Вы когда-либо ездили в подобные туры/поездки?

1. Да
2. Нет - переходите, пожалуйста, к вопросу № 24

Внимание! Вопросы с 16 по 23 для тех, кто уже ездил в специальные туры/поездки для подготовки к беговым мероприятиям

17. Куда Вы ездили для подготовки к беговым мероприятиям?

1. За границу
2. В пределах России

18. С кем Вы выезжали на спортивные сборы? Укажите 1-3 наиболее подходящих варианта

1. Один/одна
2. С близким человеком
3. С друзьями
4. С семьей
5. Со спортивной командой
6. Другое _____

19. Чьими услугами вы пользовались при организации данного тура?

1. Пользовался(ась) услугами турфирмы
2. Организовал(а) самостоятельно
3. Пользовался (ась) услугами спортивных организации
4. Другое _____

20. Какова была продолжительность данного тура?

1. До 7 дней
2. 8-14 дней
3. 15-21 день
4. Более 21 дня

21. Сколько Вы заплатили за тур за одного человека? Укажите, пожалуйста, примерную цифру

1. менее 20 тыс. рублей
2. 21-30 тыс.рублей
3. 31-50 тыс.рублей
4. 51-70 тыс. рублей
5. 71-100 тыс.рублей
6. Более 100 тыс.рублей

22. Каких результатов Вы достигли благодаря спортивным сборам?

Укажите 1-2 наиболее подходящих варианта

1. Улучшились спортивные результаты
2. Улучшилось состояние здоровья
3. Появились новые знакомые
4. Расширил(а) кругозор
5. Ничего не достиг (ла)
6. Другое _____

23. Планируете ли Вы поехать в подобный тур еще раз?

1. Да
2. Нет

24. Некоторые спортсмены и любители бега ездят для подготовки к забегам в области среднегорья для того, чтобы расширить функциональные возможности организма, повысить уровень физических качеств - силы, быстроты, выносливости по сравнению с аналогичными сборами, проводившимися на равнине. Хотели бы вы принять участие в такой поездке?

1. Да
2. Скорее да, чем нет
3. Скорее нет, чем да
4. Нет
5. Сложно сказать

25. Представьте, что вам предложили поехать в подобный тур в среднегорье для подготовки к беговым мероприятиям. Хотели бы Вы поехать на спортивный сбор?

1. Да
2. Сложно сказать
3. Нет – переходите, пожалуйста, к вопросу № 29

26. Давайте попробуем представить, какой могла бы быть такая поездка? На сколько Вы бы поехали?

1. до 7 дней
2. 8-14 дней
3. 15-21 день
4. Более 21 дня

27. Куда бы вы предпочли отправиться для подготовки к беговым мероприятиям?

1. В Кению
2. В Киргизию
3. В Кисловодск
4. В другую местность среднегорья в России
5. В другую местность среднегорья за рубежом

28. С кем Вы хотели бы поехать?

1. Один/одна
2. С близким человеком
3. С друзьями
4. С семьей
5. Со спортивной командой
6. Другое _____

29. Если бы у Вас появилась возможность выехать на сбор, кому бы вы получили организовать поездку?

1. Составлю тур самостоятельно
2. Воспользуюсь услугами турфирмы
3. Обращусь за помощью к беговому клубу
4. Попрошу помощи у тренера
5. Другое _____

30. Сколько бы Вы были готовы заплатить за тур (за одного человека)?

1. менее 20 тыс. рублей
2. 21-30 тыс.рублей
3. 31-50 тыс.рублей
4. 51-70 тыс. рублей
5. 71-100 тыс.рублей
6. Более 100 тыс.рублей

31. Каких результатов Вы хотели бы достичь в результате поездки?

Укажите 1-2 наиболее подходящих варианта

1. Улучшить спортивные результаты
2. Улучшить состояние здоровья
3. Обрести новых знакомых
4. Расширить кругозор
5. Другое _____

32. Стоимость экономного варианта спортивного тура в Кисловодск на 2 недели составляет примерно 40 тысяч рублей. Поставив цель, подготовится к определенным мероприятиям/забегам и поехать на спортивные сборы, как скоро вы смогли бы накопить данную сумму для ее реализации?

1. Прямо сейчас могу приобрести данный тур
2. Смогу накопить на тур за месяц
3. Смогу накопить на тур за несколько месяцев
4. Смогу накопить на тур за год
5. Накопить данную сумму на тур не имею возможности
6. Другое _____

33. Хотели бы Вы, чтобы в турфирмах появились спортивные туры для подготовки к забегам / к беговым мероприятиям за границу и в пределах России?

1. Да
2. Нет
3. Сложно сказать

34. Где /каким образом Вам было бы удобно получить информацию о подобных турах по подготовке к забегам? Укажите, пожалуйста 1 – 2 варианта ответа

1. Через социальные сети
2. Через СМИ
3. Через друзей
4. Через объявления на улице
5. Через тренера
6. Через форумы в интернете
7. Другое _____

35. Куда бы Вы предпочли поехать на спортивные сборы? Укажите, пожалуйста 1 – 2 варианта ответа

1. Кипр
2. Португалия
3. Адлер
4. Кисловодск
5. Кения
6. Киргизия
7. Анапа
8. Крым
9. Другое _____

Укажите, пожалуйста, некоторые сведения о себе:

36. Ваш возраст

1. До 18 лет
2. 19-24лет
3. 25-30лет
4. 31-40лет
5. 41 год и более

37. Ваш пол

1. Мужской
2. Женский

38. Ваше образование

1. Основное общее (9 классов)
2. Полное среднее общее (11 классов)
3. Среднее профессиональное образование (техникум, колледж)
4. Незаконченное высшее
5. Высшее

39. Укажите уровень Вашего дохода

1. Ни в чём себе не отказываю
2. Иногда могу позволить себе крупную покупку
3. Хватает на самое необходимое
4. Едва свожу концы с концами
5. Другое _____

40. Укажите Ваш социальный статус

1. Руководитель предприятия, организации, подразделения
2. Специалист с высшим образованием не занимающий руководящую должность
3. Служащий
4. Квалифицированный рабочий
5. Неквалифицированный рабочий
6. Предприниматель
7. Учащийся / студент
8. Временно не занят / безработный
9. Домохозяйка
10. Военнослужащий
11. Пенсионер(-ка)
12. Другое _____

Спасибо за участие в опросе!

РЕЗУЛЬТАТЫ АНКЕТИРОВАНИЯ

Таблица 1

Отношение респондентов к категории спортсменов (в % от числа опрошенных)

Показатели	%
Любитель	98
Профессионал	2
Итого:	100

Таблица 2

Продолжительность занятием бега (в % от числа опрошенных)

Показатели	%
1-3 года	58
Более 3 лет	26
От полугода до 1 года	12
До полугода	4
Итого:	100

Таблица 3

Мотивы побуждающие заниматься бегом (в % от числа опрошенных)

Показатели	%
Бег является средством поддержания хорошей физической формы(выносливость, мышечная масса и т.д.)	61
Бег – это привычка	46
Бег приносит удовольствие и азарт	32
Бег помогает находить новые знакомства	26
Бег помогает устанавливать личные рекорды на соревнованиях	23
Занимаясь бегом, я стремлюсь получить награду за преодоления дистанции т.е. бегаю, чтобы участвовать и побеждать в соревнованиях	18
Бег помогает следить за фигурой, контролировать вес	9
Другое	3
Итого:	218

*Здесь и далее сумма процентов более 100, т.к. респонденты имели возможность выбрать несколько вариантов ответов

Таблица 4

Предпочитаемые партнеры по бегу (в % от числа опрошенных)

Показатели	%
С беговой группой	112
Со второй половиной /с мужем/женой/ любимым человеком	27
Один (одна)	20
С друзьями	19
С родственниками	14
С собакой	3
Итого:	195*

Таблица 5

Предпочитаемые места для бега (в % от числа опрошенных)

Показатели	%
В парках	69
На стадионе	56
Вдоль набережных	30
По улице	17
В зале на беговой дорожке	13
Нет определенных предпочтений	6
Итого:	191*

Таблица 6

Планы в участии в беговых мероприятиях 2019 (в % от числа опрошенных)

Показатели	%
Да	100
Нет	0
Итого:	100

Таблица 7

Мероприятия, в которых будут участвовать (в % от числа опрошенных)

Показатели	%
Московский полумарафон. Москва 19 мая 2019	98
Московский марафон 22 сентября 2019	71
Ночной забег. 13 июля 2019	46
Красочный забег. Москва 2 июня 2019	23
Полумарафон Лужники. Москва 18 августа 2019	16
Кросс Лисья гора. Москва 19 апреля 2019	15
Забег Апрель. Москва 7 апреля 2019	10
Полумарафон Северная столица. Санкт-Петербург 4 августа 2019	9
Кросс Лисья гора. Москва 5 октября 2019	8
Сложно сказать, пока точно не решил(а)	3
Буду участвовать во всех перечисленных забегах	2
Другое	0
Итого:	300*

Таблица 8

Планы на участие в международных марафонах в сезоне 2019 (в % от числа опрошенных)

Показатели	%
Нет – переходите, пожалуйста, к вопросу № 10	80
Да	20
Итого:	100

Таблица 9

Международные марафоны в которых будут участвовать (в % от числа ответивших)

Показатели	%
Берлинский марафон. 29 сентября 2019	20
Чикагский марафон. 7 октября 2019	20
Парижский марафон. 14 апреля 2019	15
Нью-Йоркский марафон. 4 ноября 2018	10
Сложно сказать, пока точно не решил (а)	10
Стокгольмский марафон. 1 июня 2019	5
Бостонский марафон. 15 апреля 2019	5
Другое	5
Итого:	100

*За 100% принимается 20 человек, так как на вопрос 8 они ответили «Да»

Таблица 10

Источники информации, откуда узнают о беговых мероприятиях (в % от числа опрошенных)

Показатели	%
Через социальные сети	78
Через тренера	40
Через друзей, знакомых, родственников	35
Через СМИ	25
Через форумы в интернете	15
Через объявления на улице, в общественных местах	7
Итого:	200*

Таблица 11

Осведомленность о выездах для подготовки к беговым соревнованиям (в % от числа опрошенных)

Показатели	%
Да	79
Нет	19
Затрудняюсь ответить	2
Итого:	100

Таблица 12

Частота тренировок (в % от числа опрошенных)

Показатели	%
Несколько раз в неделю	93
Один раз неделю	5
Несколько раз в месяц	2
Итого:	100

Таблица 13

Главная цель участия в беговых мероприятиях 1-2 вар (в % от числа опрошенных)

Показатели	%
Хочу улучшить результаты в беге	81
Хочу улучшить физическую форму	39
Нравится участвовать в массовых мероприятиях	29
Хочу получить удовольствие	20
Хочу получить медаль, диплом	16
Хочу завести новые знакомства	9
Хочу испытать себя	6
Итого:	200*

Таблица 14

Предприятие улучшить свою беговую подготовку (в % от числа опрошенных)

Показатели	%
Да	100
Нет - переходите, пожалуйста, к вопросу № 16	0
Итого:	100

Таблица 15

Способы улучшения подготовки 1-3 вар (в % от числа опрошенных)

Показатели	%
Нанимаю тренера для тренировок	83
Покупаю улучшенную спортивную экипировку для бега	49
Выезжаю на спортивные сборы	25
Принимаю спортивные добавки	13
Читаю спортивную литературу	11
Увеличиваю интенсивность тренировок	8
Итого:	289*

Таблица 16

Участие в выездных мероприятиях для подготовки к беговым мероприятиям и соревнованиям (в % от числа опрошенных)

Показатели	%
Нет	75
Да	25
Итого:	100

Внимание! Вопросы с 16 по 23 для тех, кто уже ездил в специальные туры/поездки для подготовки к беговым мероприятиям

Таблица 17

Предпочитаемые места для подготовки к беговым мероприятиям (в % от числа ответивших)

Показатели	%
В пределах России	68
За границу	32
Итого:	0

*За 100% принимается 25 человек, т.к. они ответили на вопрос №16 «Да»

Таблица 18

Компания во время выезда на спортивные сборы 1-3 (в % от числа ответивших)

Показатели	%
Со спортивной командой	36
С семьей	20
С близким человеком	16
С друзьями	16
Один/одна	12
Итого:	100

*За 100% принимается 25 человек, т.к. они ответили на вопрос №16 «Да»

Таблица 19

Кто помогал с организацией тура (в % от числа ответивших)

Показатели	%
Пользовался (ась) услугами спортивных организации	80
Организовал(а) самостоятельно	12
Пользовался(ась) услугами турфирмы	8
Итого:	100

*За 100% принимается 25 человек, т.к. они ответили на вопрос №16 «Да»

Таблица 20

Продолжительность тура (в % от числа ответивших)

Показатели	%
8-14 дней	52
15-21 день	24
До 7 дней	12
Более 21 дня	12
Итого:	100

*За 100% принимается 25 человек, т.к. они ответили на вопрос №16 «Да»

Таблица 21

Цена за тур на одного человека (в % от числа ответивших)

Показатели	%
51-70 тыс. рублей	52
71-100 тыс.рублей	20
Более 100 тыс.рублей	16
31-50 тыс.рублей	12
Менее 20 тыс. рублей	0
21-30 тыс.рублей	0
Итого:	100

*За 100% принимается 25 человек, т.к. они ответили на вопрос №16 «Да»

Таблица 22

Достигнутые результаты благодаря сборам 1-2 вар (в % от числа ответивших)

Показатели	%
Улучшились спортивные результаты	104
Улучшилось состояние здоровья	40
Появились новые знакомые	20
Расширил(а) кругозор	16
Ничего не достиг (ла)	0
Другое	0
Итого:	200

*За 100% принимается 25 человек, т.к. они ответили на вопрос №16 «Да»

Таблица 23

Желание поехать в подобный тур еще раз (в % от числа ответивших)

Показатели	%
Да	96
Нет	4
Итого:	100

*За 100% принимается 25 человек, т.к. они ответили на вопрос №16 «Да»

Таблица 24

Желание поехать на сборы в среднегорье (в % от числа опрошенных)

Показатели	%
Да	58
Скорее да, чем нет	19
Скорее нет, чем да	6
Нет	14
Сложно сказать	3
Итого:	100

Таблица 25

Заинтересованность в спортивном беговом туре (в % от числа опрошенных)

Показатели	%
Да	90
Сложно сказать	4
Нет – переходите, пожалуйста, к вопросу № 29	6
Итого:	100

Таблица 26

Предпочитаемая продолжительность поездки (в % от числа опрошенных)

Показатели	%
8-14 дней	47
15-21 день	35
Более 21 дня	13
До 7 дней	5
Итого:	100

Таблица 27

Предпочитаемое место для сборов (в % от числа опрошенных)

Показатели	%
В Кению	42
В Киргизию	20
В Кисловодск	32
В другую местность среднегорья в России	2
В другую местность среднегорья за рубежом	4
Итого:	100

Таблица 28

Предпочитаемая компания для сбора

Показатели	%
Со спортивной командой	42
С семьей	21
С друзьями	17
С близким человеком	15
Один/одна	5
Итого:	100

Таблица 29

Предпочтение в организации бегового тура (в % от числа опрошенных)

Показатели	%
Обращусь за помощью к беговому клубу	49
Попрошу помощи у тренера	26
Воспользуюсь услугами турфирмы	22
Составлю тур самостоятельно	3
Итого:	100

Таблица 30

Сумма за беговой тур (в % от числа опрошенных)

Показатели	%
51-70 тыс. рублей	43
71-100 тыс.рублей	31
31-50 тыс.рублей	12
Более 100 тыс.рублей	8
21-30 тыс.рублей	6
менее 20 тыс. рублей	2
Итого:	100

Таблица 31

Предпочитаемые достигнутые результаты после сбора (в % от числа опрошенных)

Показатели	%
Улучшить спортивные результаты	77
Улучшить состояние здоровья	49
Расширить кругозор	29
Обрести новых знакомых	26
Другое	3
Итого:	184*

Таблица 32

Готовность приобрести тур (в % от числа опрошенных)

Показатели	%
Прямо сейчас могу приобрести данный тур	82
Смогу накопить на тур за месяц	14
Смогу накопить на тур за несколько месяцев	3
Смогу накопить на тур за год	1
Накопить данную сумму на тур не имею возможности	0
Другое	0
Итого:	100

Таблица 33

Желание видеть туры на спортивные сборы в турфирмах (в % от числа опрошенных)

Показатели	%
Да	91
Нет	5
Сложно сказать	4
Итого:	100

Таблица 34

Предпочитаемые варианты распространение информации о турах (в % от числа опрошенных)

Показатели	%
Через социальные сети	71
Через тренера	41
Через СМИ	25
Через друзей	19
Через объявления на улице	14
Через форумы в интернете	8
Итого:	178*

Таблица 35

Предпочитаемые места для сборов (в % от числа опрошенных)

Показатели	%
Кения	85
Кисловодск	56
Киргизия	34
Кипр	27
Португалия	19
Анапа	14
Адлер	12
Крым	9
Другое	3
Итого:	259*

Таблица 36

Возраст респондентов (в % от числа опрошенных)

Показатели	%
25-30лет	47
31-40лет	25
19-24лет	17
41 год и более	10
До 18 лет	1
Итого:	100

Таблица 37

Пол респондентов (в % от числа опрошенных)

Показатели	%
Мужской	57
Женский	43
Итого:	100

Таблица 38

Образование респондентов (в % от числа опрошенных)

Показатели	%
Высшее	87
Незаконченное высшее	9
Среднее профессиональное образование (техникум, колледж)	3
Полное среднее общее (11 классов)	1
Основное общее (9 классов)	0
Итого:	100

Таблица 39

Уровень дохода респондентов (в % от числа опрошенных)

Показатели	%
Ни в чём себе не отказываю	82
Иногда могу позволить себе крупную покупку	15
Хватает на самое необходимое	3
Едва свожу концы с концами	0
Другое	0
Итого:	100

Таблица 40

Социальный статус респондентов (в % от числа опрошенных)

Показатели	%
Предприниматель	39
Специалист с высшим образованием не занимающий руководящую должность	27
Руководитель предприятия, организации, подразделения	18
Учащийся / студент	5
Домохозяйка	5
Квалифицированный рабочий	2
Военнослужащий	2
Служащий	1
Временно не занят / безработный	1
Итого:	100

БЛАНК ИНТЕРВЬЮ ДИРЕКТОРА ТУРФИРМЫ «ЛАТОНА»

Проводится студенткой Сидоровой А.А. 4 курса Российского государственного профессионально-педагогического университета (Екатеринбург). В рамках дипломной работы исследования интереса людей, ведущих активный образ жизни, к спортивным беговым турам.

1) Обращаются ли к вам клиенты с просьбой составить индивидуальный спортивный тур или группы туристов?

2) Кто обращается чаще – индивидуальные туристы или группы туристов?

3) В какие страны ваши клиенты предпочитают приобретать спортивный тур?

4) Как вы считаете, чем отличается организация спортивных туров от других туров?

5) Как вы бы охарактеризовали типичного потребителя на рынке спортивного туризма?

6) С какими сложностями Вы сталкиваетесь при разработке подобного спортивного тура?

7) Как вы считаете, в последние годы спортивные беговые туры в среднегорье среди любителей бега

А) Стали более популярны

Б) Менее популярны

В) Популярность не изменилась

Г) Сложно сказать

8) Если бы Ваша турфирма занималась спортивными беговыми турами, каким местам для тренировок в среднегорье Вы бы отдали предпочтение, Кения, Киргизия, Кисловодск? Почему?

9) Если бы Ваша турфирма занималась спортивными беговыми турами, сколько бы примерно стоил Ваш тур на 14 дней в Кению, Киргизию, Кисловодск?

10) С какими сложностями Вы бы могли столкнуться при организации подобного спортивного тура в условиях среднегорья?

11) Как вы считаете, что могло бы привлечь внимание туристов к подобным спортивным турам в условиях среднегорья?

12) Если говорить в целом, видите ли Вы перспективы в развитии в Вашей турфирме спортивных беговых туров? Какие?

ПРОТОКОЛ ИНТЕРВЬЮ ДИРЕКТОРА ТУРФИРМЫ «ЛАТОНА»

Протокол интервью

Название организации: турфирма «Латона»

ФИО информанта: Евтеева Виолетта Валентиновна

Должность информанта: директор

ФИО интервьюера: Сидорова Алла Александровна

Дата проведения: 23.05.2019

Вопрос: Обращаются ли к вам клиенты с просьбой составить индивидуальный спортивный тур или группы туристов?

Ответ: Да, обращаются, но это бывает не часто.

Вопрос: Кто обращается чаще – индивидуальные туристы или группы туристов?

Ответ: В основном это небольшие группы молодых туристов в возрасте до 35 лет.

Вопрос: В какие страны ваши клиенты предпочитают приобретать спортивный тур?

Ответ: Все зависит от сезона, зимой чаще всего выбираются страны, где можно покататься на лыжах или сноуборде, это Альпы, Австрия, Швейцария, Италия, из российских курортов предпочитают Красную поляну. Летом больше предпочитают страны, где можно активно заниматься водным туризмом, такие как Франция, Голландия, Германия и южные направления Турция, Черногория, Таиланд, из российских курортов предпочитают Черноморское побережье, Крым.

Вопрос: Как вы считаете, чем отличается организация спортивных туров от других туров?

Ответ: В спортивный тур должна входить местность или инфраструктура для возможности занятием спорта, это могут быть спортивные

базы, лагеря или санатории. Так же в спортивный тур могут входить поездки на спортивные мероприятия в качестве участника или болельщика.

Вопрос: Как вы бы охарактеризовали типичного потребителя на рынке спортивного туризма?

Ответ: В основном это активные молодые люди до 35 лет, со средним или выше среднего достатка. Для них важно больше качество предоставляемых услуг, чем цена, про них можно сказать, что они заядлые путешественники.

Вопрос: С какими сложностями Вы сталкиваетесь при разработке подобного спортивного тура?

Ответ: Чаще всего сложно подобрать место для занятия спортом, которое бы удовлетворяло все потребности клиента.

Вопрос: Как вы считаете, в последние годы спортивные беговые туры в среднегорье среди любителей бега

- А) Стали более популярны
- Б) Менее популярны
- В) Популярность не изменилась
- Г) Сложно сказать

Ответ: Думаю, стали более популярны, так как в нашем городе в последнее время стало проводиться больше спортивных соревнований, участвует множество людей и скорее всего многие из них для подготовки используют спортивные беговые туры.

Вопрос: Если бы Ваша турфирма занималась спортивными беговыми турами, каким местам для тренировок в среднегорье Вы бы отдали предпочтение, Кения, Киргизия, Кисловодск? Почему?

Ответ: Скорее всего, мы бы отдали предпочтение спортивными беговыми турами в Кению, спрос на Африку значительно растет среди туристов в последнее время, туристам нравятся дикие сафари и культура отличная от нашей.

Вопрос: Если бы Ваша турфирма занималась спортивными беговыми турами, сколько бы примерно стоил Ваш тур на 14 дней в Кению, Киргизию, Кисловодск?

Ответ: Киргизия и Кисловодск, стояли бы в пределах 100 000 – 120 000 рублей в комфортабельных условиях. Кения 150 000 – 250 000 рублей, туда обычно выходят дорогие авиабилеты.

Вопрос: С какими сложностями Вы бы могли столкнуться при организации подобного спортивного тура в условиях среднегорья?

Ответ: Погодные условия в горах погода всегда не предсказуема, обычно в отдаленных регионах плохо развита инфраструктура, отношение местного населения к туристам не всегда бывает дружелюбно, не знание местности для проведения спортивных тренировок, недостаток квалифицированных сотрудников, кто бы мог ориентироваться в данном виде туризма, скорее всего это должны быть люди, которые связаны со спортом.

Вопрос: Как вы считаете, что могло бы привлечь внимание туристов к подобным спортивным турам в условиях среднегорья?

Ответ: Реклама со стороны знаменитых спортсменов, пропаганда здорового образа, поддержка со стороны государства, проведение массовых соревнований в данных регионах, качество обслуживания, уникальные предложения.

Вопрос: Если говорить в целом, видите ли Вы перспективы в развитии в Вашей турфирме спортивных беговых туров? Какие?

Ответ: Перспективы у данного направления в стадии развития, бег с каждым годом становится массовым, люди заинтересованы в росте спортивных результатов, для этого им необходимы беговые туры.

БЛАНК ИНТЕРВЬЮ ДИРЕКТОРА «БЕГОВОЕ СООБЩЕСТВО»

Проводится студенткой Сидоровой А.А. 4 курса Российского государственного профессионально-педагогического университета (Екатеринбург). В рамках дипломной работы исследования интереса людей, ведущих активный образ жизни, к спортивным беговым турам.

1. Расскажите немного о беговом сообществе. Что это за организация, чем занимается? Когда возникло? Сколько у него административного персонала?
2. Что входит в ваши должностные обязанности в качестве директора бегового сообщества?
3. В каком году вы провели свой первый забег как организатор?
4. Что послужило причинами организации Бегового сообщества?
5. Как вы считаете, для чего любителям бега необходимы спортивные сборы?
6. К каким соревнованиям из ваших стартов вы рекомендовали бы готовиться с помощью спортивных сборов?
7. Занимается ли ваше сообщество организацией спортивных беговых туров (сборов)? Для кого (любителей или профессионалов)? Где обычно эти сборы организуются (территориально)? Кто занимается их организацией в вашем сообществе?
8. Как вы оцениваете роль климатических условий среднегорья в подготовке спортсменов к соревнованиям?
9. Куда профессиональные спортсмены чаще всего ездят?
10. Как вы считаете, а поездки в среднегорье – Киргизию, Кению, Кисловодск – являются востребованными или невостребованными среди спортсменов?

11. А среди любителей?
12. Если любители бега, которые участвуют в ваших соревнованиях обратятся к вам с просьбой о помощи в организации бегового тура в среднегорье, вы бы согласились помочь?
13. Если вы бы ваше сообщество занималось бы спортивными беговыми турами, каким бы местам для тренировок в условиях среднегорья вы отдали предпочтение: Кения, Киргизия, Кисловодск? Почему?
14. Если бы ваше беговое сообщество занималось спортивными беговыми турами, сколько бы примерно стоил ваш тур на 14 дней в Кению, Киргизию, Кисловодск?
15. Как вы считаете, с какими сложностями вы могли бы столкнуться при организации подобного спортивного тура в условия среднегорья?
16. Как вы считаете, что могло бы привлечь внимание любителей бега к подобным спортивным беговым турам в условия среднегорья?
17. Как вы считаете, организация спортивных беговых туров в условия среднегорья является перспективным или неперспективным для вашего сообщества?

ПРОТОКОЛ ИНТЕРВЬЮ ДИРЕКТОРА «БЕГОВОЕ СООБЩЕСТВО»

Протокол интервью

Название организации: «Беговое сообщество»

ФИО информанта: Ночевный Сергей Дмитриевич

Должность информанта: директор

ФИО интервьюера: Сидорова Алла Александровна

Дата проведения: 19.05.2019

Вопрос: Расскажите немного о беговом сообществе. Что это за организация, чем занимается? Когда возникло? Сколько у него административного персонала?

Ответ: Это бренд, объединяющий проекты команды, которую привыкли называть «командой Московского марафона», мы проводим линейку разноплановых спортивных мероприятий для любителей бега. Возникло в 2013 году после чемпионата мира по легкой атлетике. Так сразу и не сосчитать наш персонал, он очень большой, около 500 человек.

Вопрос: Что входит в ваши должностные обязанности в качестве директора бегового сообщества?

Ответ: Привлечение участников соревнований, спонсоров. Организация и проведение соревнований. Приглашение спортсменов с высоким результатом в качестве элитных спортсменов.

Вопрос: В каком году вы провели свой первый забег как организатор?

Ответ: В 2013 году, осенью после чемпионата мира по легкой атлетике.

Вопрос: Что послужило причинами организации Бегового сообщества?

Ответ: Чемпионат мира по легкой атлетике и универсиада. В 2012-2013 активно развивалась пропаганда здорового образа жизни, государство помогало проводить спортивные мероприятия.

Вопрос: Как вы считаете, для чего любителям бега необходимы спортивные сборы?

Ответ: Любители, как и профессиональные спортсмены, хотят улучшать свою физическую форму и спортивные показатели, сборы позволяют полностью сконцентрироваться на тренировочном процессе.

Вопрос: К каким соревнованиям из ваших стартов вы рекомендовали бы готовиться с помощью спортивных сборов?

Ответ: К самым массовым Московский полумарафон, который проходит в 20х числа мая и Московский марафон, который проводится в 20х числа сентября. Как раз готовясь к этим стартам, вы будете чувствовать эффект гор примерно месяц это позволит выступать в разгар сезона и на других стартах.

Вопрос: Занимается ли ваше сообщество организацией спортивных беговых туров (сборов)? Для кого (любителей или профессионалов)? Где обычно эти сборы организуются (территориально)? Кто занимается их организацией в вашем сообществе?

Ответ: Да мы проводим спортивные сборы для любителей, но наши сборы рассчитаны для подготовки к фестивалю бега RozaRun, у нас заключен договор с данной организацией, мы направляем любителей бега, но не организуем сборы. Сборы проводятся на Красной поляне.

Так же в нашем сообществе есть тренеры, которые проводят тренировки по бегу для любителей, составляют индивидуальные планы тренировок.

Вопрос: Как вы оцениваете роль климатических условий среднегорья в подготовке спортсменов к соревнованиям?

Ответ: Среднегорье играет одну из главных ролей в подготовке, все профессиональные спортсмены готовятся к соревновательному сезону через среднегорье. Оно увеличивает потенциал вашего организма, увеличивается выносливость, работоспособность и повышается иммунитет.

Вопрос: Куда профессиональные спортсмены чаще всего ездят?

Ответ: Насколько мне известно, в среднегорье это Кения, Киргизия, Кисловодск. Так же проводятся сборы на уровне моря Адлер, Португалия.

Вопрос: Как вы считаете, а поездки в среднегорье – Киргизию, Кению, Кисловодск – являются востребованными или невостребованными среди спортсменов?

Ответ: Считаю востребованными, так как сборная России организует именно в эти места спортивные сборы.

Вопрос: А среди любителей?

Ответ: Думаю, тоже востребованы, так как любители берут пример всегда с профессионалов.

Вопрос: Если любители бега, которые участвуют в ваших соревнованиях обратятся к вам с просьбой о помощи в организации бегового тура в среднегорье, вы бы согласились помочь?

Ответ: На данном этапе наше сообщество не организует сборы в среднегорье, но в ближайшем будущем я думаю, мы займемся данным вопросом.

Вопрос: Если вы бы ваше сообщество занималось бы спортивными беговыми турами, каким бы местам для тренировок в условиях среднегорья вы отдали предпочтение: Кения, Киргизия, Кисловодск? Почему?

Ответ: Основным местом сборов я выбрал бы Кисловодск. В этот город можно быстро и недорого добраться из любой точки страны, много вариантов размещения (квартиры, гостиницы, гостевые дома). К тому же, это крупный туристический город со всей необходимой инфраструктурой и огромным количеством достопримечательностей. И огромный плюс, что это территория Российской Федерации. Киргизию и Кению я бы рассматривал только с точки экзотики. Туда дороже добираться, хуже условия проживания, экзотическая кухня. Немаловажным фактором будет отсутствие квалифицированной медицинской помощи. В эти места ездят профессиональные атлеты, которые готовы терпеть любые бытовые трудности ради более сильного эффекта от среднегорья.

Вопрос: Если бы ваше беговое сообщество занималось спортивными беговыми турами, сколько бы примерно стоил ваш тур на 14 дней в Кению, Киргизию, Кисловодск?

Ответ: Кисловодск в пределах 110 000 рублей, Киргизия 120 000 рублей, Кения от 150 000 рублей.

Вопрос: Как вы считаете, с какими сложностями вы могли бы столкнуться при организации подобного спортивного тура в условия среднегорья?

Ответ: В целом проблем с размещением, питанием, местами тренировок не будет. Другое дело, что любителям, кроме тренировок, нужна еще культурная программа, но впринципе это легко решается. Основная проблема только в привлечение любителей на эти сборы.

Вопрос: Как вы считаете, что могло бы привлечь внимание любителей бега к подобным спортивным беговым турам в условия среднегорья?

Ответ: Необходимо делать качественную рекламу, одно из решений это рекламные буклеты в стартовые пакеты участников соревнований.

Вопрос: Как вы считаете, организация спортивных беговых туров в условия среднегорья является перспективным или неперспективным для вашего сообщества?

Ответ: Считаю перспективным, беговое движение сейчас на пике популярности, посмотреть статистику топовых российских пробегов, так на некоторых, количество участников уже превышает за десяток тысяч и на очень многих стартах выше тысячи бегунов. Многие из этих любителей бега предпочли сборы для подготовки к пробегам.

РАСЧЕТ СТОИМОСТИ ТУРА В КЕНИЮ

Расчет стоимости тура в Кению

Наименование	Цена в рублях	Ресурс
Перелет		
Авиабилет «Екатеринбург – Москва – Найроби – Элдорет» и «Элдорет – Найроби – Москва – Екатеринбург»	66 214 – цена на 25.05.19	https://www.aviasales.ru/?yclid=3093496827913469774
Трансфер		
Билеты на автобус «аэропорт Элдорет – Итен»	128 (2\$) – цена на 25.05.19	https://www.rome2rio.com/s/Nairobi/Iten
Проживание на спортивной базе		
Кенуа Experience (2.09.2019-15.09.2019)	24 192 (15\$ сут./210 \$) – цена на 25.05.19	http://www.traininkenya.com/
Прочее		
Страхование (на период 1.09.19 – 30.09.2019)	1000 – цена на 25.05.19	https://cherehapa.ru/c
Виза	3200 (50\$) – цена на 25.05.19	https://migrantvisa.ru/visas/v-keniju/
Прививка от малярии	500 – цена на 25.05.19	https://ekb.zoon.ru/medical/type/malyariya/
Дополнительно		
4 Тренировки на стадионе «Камарини»	512 (8\$) – цена на 25.05.19	https://runnersclub.ru/topics/stadion-kamarini-v-keniyskom-gorode-iten
2 Экскурсии	6400 (100\$) – цена на 25.05.19	https://www.amazingkenya.ru/
Итого:	102 146	

*1\$ равно 64 рублям в связи плавающим курсом рубля.

РАСЧЕТ СТОИМОСТИ ТУРА В КИРГИЗИЮ

Расчет стоимости тура в Киргизию

Наименование	Цена в рублях	Ресурс
Перелет		
Авиабилет «Екатеринбург – Киргизия» и «Киргизия – Екатеринбург»	18 012 – цена на 25.05.19	https://www.aviasales.ru/?yclid=3093496827913469774
Трансфер		
Билеты на маршрутное такси «аэропорт Манас – Бостери» и «Бостери – аэропорт Манас»	6 000 – цена на 25.05.19	https://issyk-kul-tour.kg/uslugi/taksi-i-transfer/
Проживание в санатории		
Кыргызское взморье (1.09.2019-15.09.2019)	21 000 – цена на 25.05.19	https://vzmore.kg/
Прочее		
Страхование (на период 1.09.19 – 30.09.2019)	500 – цена на 25.05.19	https://cherehapa.ru/c
Дополнительно		
2 Бани	400	https://europeasia.su/kz/cholpon-ata/company/banya_2846913
2 поездки на горячие источники	500	https://www.issykkul.biz/otdyyh-na-issyk-kule/ekskursii/gorjachie-istochniki-ak-bermet.aspx
2 Экскурсии	600	http://rukhordo.kg/
Итого:	47 012	

РАСЧЕТ СТОИМОСТИ ТУРА В КИСЛОВОДСК

Расчет стоимости тура в Кисловодск

Наименование	Цена в рублях	Ресурс
Перелет		
Авиабилет «Екатеринбург – Минеральные воды» и «Минеральные воды – Екатеринбург»	10 529– цена на 25.05.19	https://www.aviasales.ru/?yclid=3093496827913469774
Трансфер		
Билеты на маршрутное такси «аэропорт – Кисловодск» и «Кисловодск – аэропорт»	600 – цена на 25.05.19	http://kmv-transfer.ru/
Проживание в гостинице		
Скиф (1.09.2019-15.09.2019)	22 500– цена на 25.05.19	https://www.booking.com/hotel/ru/skif.ru.html
Прочее		
Страхование (на период 1.09.19 – 30.09.2019)	500 – цена на 25.05.19	https://cherehapa.ru/c
Дополнительно		
2 Бани	500	https://kislovodsk.spravker.ru/bani-i-sauny/
2 поездки на горячие источники	600	https://netsputnik.com/suvorovskaya-termalnyj-istochnik-kmv-stavropolskij-kraj/
2 Экскурсии	2 000	https://kislovodsk.su/excursions.php
Итого:	37 229	

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА МАРШРУТА ЕКАТЕРИНБУРГ – ИТЕН

Программа тура

№ п/п	Наименование мероприятия	Ориентировочное время, ч. мин.
1.09.19 – Отправление в Итен		
1.1	Вылет из Кольцово	14:00
1.2	Прибытие в Домодедово	14:35
1.3	Пересадка	2 ч 20 м
1.4	Вылет из Домодедово	16:55
1.5	Прибытие в Каир	20:25
1.6	Пересадка	1ч 20 м
1.7	Вылет из Каира	21:45
1.8	Прибытие в Найроби (2.09.19)	6:45
2.09.19 – Прибытие в Итен		
2.1	Пересадка	2 ч 5 м
2.2	Вылет из Найроби	8:50
2.3	Прибытие в Элдорет	9:40
2.4	Трансфер «аэропорт Элдорет – спортивная база» на автобусе	10:10-11:30
2.5	Заселение	11:30 – 12:00
2.5	Обед	13:00 – 14:00
2.6	Отдых	14:00 – 18:00
2.7	Ознакомительная прогулка	18:00 – 19:00
2.8	Ужин	19:00-19:30
2.9	Свободное время	19:30 – 23:00
3.09.19 – 1 день тура		
3.1	Завтрак	8:00 – 9:00
3.2	Первая тренировка	10:00 – 12:00
3.3	Обед	13:00 – 13:30
3.4	Отдых	13:30 – 17:00
3.5	Вторая тренировка	17:00 – 18:00
3.6	Ужин	19:00-19:30
3.7	Свободное время	19:30 – 23:00
4.09.19 – 2 день тура		
4.1	Завтрак	8:00 – 9:00
4.2	Первая тренировка	10:00 – 12:00
4.3	Обед	13:00 – 13:30
4.4	Отдых	13:30 – 17:00
4.5	Восстановительные процедуры (баня, массаж, бассейн)	17:00 – 19:00
4.6	Ужин	19:00-19:30
4.7	Свободное время	19:30 – 23:00
5.09.19 – 3 день тура		
5.1	Завтрак	8:00 – 9:00

5.2	Первая тренировка	10:00 – 12:00
5.3	Обед	13:00 – 13:30
5.4	Отдых	13:30 – 17:00
5.5	Вторая тренировка	17:00 – 18:00
5.6	Ужин	19:00-19:30
5.7	Свободное время	19:30 – 23:00
6.09.19 – 4 день тура		
6.1	Завтрак	8:00 – 9:00
6.2	Первая тренировка	10:00 – 12:00
6.3	Обед	13:00 – 13:30
6.4	Отдых	13:30 – 17:00
6.5	Вторая тренировка	17:00 – 18:00
6.6	Ужин	19:00-19:30
6.7	Свободное время	19:30 – 23:00
7.09.19 – 5 день тура		
7.1 .	Завтрак	8:00 – 9:00
7.2	Первая тренировка	10:00 – 12:00
7.3	Обед	13:00 – 13:30
7.4	Отдых	13:30 – 17:30
7.5	Восстановительные процедуры (баня, массаж, бассейн)	17:30 – 19:00
7.6	Ужин	19:00-19:30
7.7	Свободное время	19:30 – 23:00
8.09.19 – 6 день тура		
8.1	Завтрак	8:00 – 9:00
8.2	Поход на рынок	9:00 – 12:00
8.3	Обед	12:30 – 13:00
8.4	Экскурсия на Сафари	13:00 – 19:00
8.5	Ужин	19:00-19:30
8.6	Свободное время	19:30 – 23:00
9.09.19 – 7 день тура		
9.1	Завтрак	8:00 – 9:00
9.2	Первая тренировка	10:00 – 12:00
9.3	Обед	13:00 – 13:30
9.4	Отдых	13:30 – 17:00
9.5	Вторая тренировка	17:00 – 18:00
9.6	Ужин	19:00-19:30
9.7	Свободное время	19:30 – 23:00
10.09.19 – 8 день тура		
10.1	Завтрак	8:00 – 9:00
10.2	Первая тренировка	10:00 – 12:00
10.3	Обед	13:00 – 13:30
10.4	Отдых	13:30 – 17:00
10.5	Вторая тренировка	17:00 – 18:00
10.6	Ужин	19:00-19:30
10.7	Свободное время	19:30 – 23:00
11.09.19 – 9 день тура		
11.1	Завтрак	8:00 – 9:00
11.2	Первая тренировка	10:00 – 12:00
11.3	Обед	13:00 – 13:30

11.4	Отдых	13:30 – 17:30
11.5	Восстановительные процедуры (баня, массаж, бассейн)	17:30 – 19:00
11.6	Ужин	19:00-19:30
11.7	Свободное время	19:30 – 23:00
12.09.19 – 10 день тура		
12.1	Завтрак	8:00 – 9:00
12.2	Первая тренировка	10:00 – 12:00
12.3	Обед	13:00 – 13:30
12.4	Отдых	13:30 – 17:00
12.5	Вторая тренировка	17:00 – 18:00
12.6	Ужин	19:00-19:30
12.7	Свободное время	19:30 – 23:00
13.09.19 – 11 день тура		
13.1	Завтрак	8:00 – 9:00
13.2	Первая тренировка	10:00 – 12:00
13.3	Обед	13:00 – 13:30
13.4	Отдых	13:30 – 17:00
13.5	Вторая тренировка	17:00 – 18:00
13.6	Ужин	19:00-19:30
13.7	Свободное время	19:30 – 23:00
14.09.19 – 12 день тура		
14.1	Завтрак	8:00 – 9:00
14.2	Первая тренировка	10:00 – 11:30
14.3	Обед	12:00 – 12:30
14.4	Экскурсия на чайные плантации	13:00 – 19:00
14.5	Ужин	19:00 – 19:30
14.6	Свободное время	19:30 – 23:00
15.09.19 – Отправление в Екатеринбург		
15.1	Завтрак	8:00 – 9:00
15.2	Первая тренировка	10:00 – 12:00
15.3	Обед	13:00 – 13:30
15.4	Выезд из спортивной базы в Элдорет	16:00
15.5	Вылет из Элдорета	20:00
15.6	Прибытие в Найроби	20:50
15.7	Пересадка	1 ч 20 м
15.7	Вылет из Найроби	23:10
16.09.19 – Прибытие в Екатеринбург		
16.1	Прибытие в Дубай	5:25
16.2	Пересадка в Дубае	3 ч 25 м
16.3	Вылет из Дубай	9:10
16.4	Прибытие во Внуково	13:35
16.5	Пересадка	2 ч 45 м
16.6	Вылет из Внуково	16:20
16.7	Прибытие в Кольцово	20:45

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА МАРШРУТА ЕКАТЕРИНБУРГ – БОСТЕРИ

Программа тура		
№ п/п	Наименование мероприятия	Ориентировочное время, ч. мин.
1.09.19 – Отправление в Бостери		
1.1	Вылет из Кольцово	02:20
1.2	Прибытие в Манас	06:10
1.3	Трансфер «аэропорт Манас – поселок Бострери»	06:40 – 10:40
1.4	Заселение	10:40 – 11:00
1.5	Обед	13:00 – 14:00
1.6	Отдых	14:00 – 18:00
1.7	Ознакомительная прогулка	18:00 – 19:00
1.8	Ужин	19:00-19:30
2.09.19 – 1 день тура		
2.1	Завтрак	8:00 – 9:00
2.2	Первая тренировка	10:00 – 12:00
2.3	Обед	13:00 – 13:30
2.4	Отдых	13:30 – 17:00
2.5	Вторая тренировка	17:00 – 18:00
2.6	Ужин	19:00-19:30
2.7	Свободное время	19:30 – 23:00
3.09.19 – 2 день тура		
3.1	Завтрак	8:00 – 9:00
3.2	Первая тренировка	10:00 – 12:00
3.3	Обед	13:00 – 13:30
3.4	Отдых	13:30 – 17:00
3.5	Вторая тренировка	17:00 – 18:00
3.6	Ужин	19:00-19:30
3.7	Свободное время	19:30 – 23:00
4.09.19 – 3 день тура		
4.1	Завтрак	8:00 – 9:00
4.2	Первая тренировка	10:00 – 12:00
4.3	Обед	13:00 – 13:30
4.4	Отдых	13:30 – 17:00
4.5	Восстановительные процедуры (баня, массаж, бассейн, горячие источники)	17:00 – 19:00
4.6	Ужин	19:00-19:30
4.7	Свободное время	19:30 – 23:00
5.09.19 – 4 день тура		
5.1	Завтрак	8:00 – 9:00
5.2	Первая тренировка	10:00 – 12:00
5.3	Обед	13:00 – 13:30
5.4	Отдых	13:30 – 17:00
5.5	Вторая тренировка	17:00 – 18:00

5.6	Ужин	19:00-19:30
5.7	Свободное время	19:30 – 23:00
6.09.19 – 5 день тура		
6.1	Завтрак	8:00 – 9:00
6.2	Первая тренировка	10:00 – 12:00
6.3	Обед	13:00 – 13:30
6.4	Отдых	13:30 – 17:00
6.5	Вторая тренировка	17:00 – 18:00
6.6	Ужин	19:00-19:30
6.7	Свободное время	19:30 – 23:00
7.09.19 – 6 день тура		
7.1 .	Завтрак	8:00 – 9:00
7.2	Первая тренировка	10:00 – 12:00
7.3	Обед	13:00 – 13:30
7.4	Отдых	13:30 – 17:30
7.5	Восстановительные процедуры (баня, массаж, бассейн, горячие источники)	17:30 – 19:00
7.6	Ужин	19:00-19:30
7.7	Свободное время	19:30 – 23:00
8.09.19 – 7 день тура		
8.1	Завтрак	8:00 – 9:00
8.2	Поход на рынок	9:00 – 12:00
8.3	Обед	12:30 – 13:00
8.4	Экскурсия в музей Рух Ордо	13:00 – 19:00
8.5	Ужин	19:00-19:30
8.6	Свободное время	19:30 – 23:00
9.09.19 – 8 день тура		
9.1	Завтрак	8:00 – 9:00
9.2	Первая тренировка	10:00 – 12:00
9.3	Обед	13:00 – 13:30
9.4	Отдых	13:30 – 17:00
9.5	Вторая тренировка	17:00 – 18:00
9.6	Ужин	19:00-19:30
9.7	Свободное время	19:30 – 23:00
10.09.19 – 9 день тура		
10.1	Завтрак	8:00 – 9:00
10.2	Первая тренировка	10:00 – 12:00
10.3	Обед	13:00 – 13:30
10.4	Отдых	13:30 – 17:00
10.5	Вторая тренировка	17:00 – 18:00
10.6	Ужин	19:00-19:30
10.7	Свободное время	19:30 – 23:00
11.09.19 – 10 день тура		
11.1	Завтрак	8:00 – 9:00
11.2	Первая тренировка	10:00 – 12:00
11.3	Обед	13:00 – 13:30
11.4	Отдых	13:30 – 17:30
11.5	Восстановительные процедуры (баня, массаж, бассейн, горячие источники)	17:30 – 19:00
11.6	Ужин	19:00-19:30

11.7	Свободное время	19:30 – 23:00
12.09.19 – 11 день тура		
12.1	Завтрак	8:00 – 9:00
12.2	Первая тренировка	10:00 – 12:00
12.3	Обед	13:00 – 13:30
12.4	Отдых	13:30 – 17:00
12.5	Вторая тренировка	17:00 – 18:00
12.6	Ужин	19:00-19:30
12.7	Свободное время	19:30 – 23:00
13.09.19 – 12 день тура		
13.1	Завтрак	8:00 – 9:00
13.2	Первая тренировка	10:00 – 12:00
13.3	Обед	13:00 – 13:30
13.4	Отдых	13:30 – 17:00
13.5	Вторая тренировка	17:00 – 18:00
13.6	Ужин	19:00-19:30
13.7	Свободное время	19:30 – 23:00
14.09.19 – 13 день тура		
14.1	Завтрак	8:00 – 9:00
14.2	Первая тренировка	10:00 – 11:30
14.3	Обед	12:00 – 12:30
14.4	Экскурсия в храм камней	13:00 – 19:00
14.5	Ужин	19:00 – 19:30
14.6	Свободное время	19:30 – 23:00
15.09.19 – Отправление в Екатеринбург		
16.1	Завтрак	9:00 – 10:00
16.2	Трансфер «поселок Бостери – аэропорт Манас»	11:00
16.3	Прибытие в аэропорт Манас	15:00
16.4	Вылет из аэропорта Манас	17:15
16.5	Прибытие в Кольцово	19:15

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА МАРШРУТА ЕКАТЕРИНБУРГ –
КИСЛОВОДСК

Программа тура

№ п/п	Наименование мероприятия	Ориентировочное время, ч. мин.
1.09.19 – Отправление в Кисловодск		
1.1	Вылет из Кольцово	05:05
1.2	Прибытие в Минеральные воды	07:35
1.3	Трансфер «аэропорт Минеральные воды – Кисловодск»	08:10 – 08:50
1.4	Заселение	08:50 – 09:20
1.5	Обед	13:00 – 14:00
1.6	Отдых	14:00 – 18:00
1.7	Ознакомительная прогулка	18:00 – 19:00
1.8	Ужин	19:00-19:30
2.09.19 – 1 день тура		
2.1	Завтрак	8:00 – 9:00
2.2	Первая тренировка	10:00 – 12:00
2.3	Обед	13:00 – 13:30
2.4	Отдых	13:30 – 17:00
2.5	Вторая тренировка	17:00 – 18:00
2.6	Ужин	19:00-19:30
2.7	Свободное время	19:30 – 23:00
3.09.19 – 2 день тура		
3.1	Завтрак	8:00 – 9:00
3.2	Первая тренировка	10:00 – 12:00
3.3	Обед	13:00 – 13:30
3.4	Отдых	13:30 – 17:00
3.5	Вторая тренировка	17:00 – 18:00
3.6	Ужин	19:00-19:30
3.7	Свободное время	19:30 – 23:00
4.09.19 – 3 день тура		
4.1	Завтрак	8:00 – 9:00
4.2	Первая тренировка	10:00 – 12:00
4.3	Обед	13:00 – 13:30
4.4	Отдых	13:30 – 17:00
4.5	Восстановительные процедуры (баня, массаж, бассейн, горячие источники)	17:00 – 19:00
4.6	Ужин	19:00-19:30
4.7	Свободное время	19:30 – 23:00
5.09.19 – 4 день тура		
5.1	Завтрак	8:00 – 9:00
5.2	Первая тренировка	10:00 – 12:00
5.3	Обед	13:00 – 13:30

5.4	Отдых	13:30 – 17:00
5.5	Вторая тренировка	17:00 – 18:00
5.6	Ужин	19:00-19:30
5.7	Свободное время	19:30 – 23:00
6.09.19 – 5 день тура		
6.1	Завтрак	8:00 – 9:00
6.2	Первая тренировка	10:00 – 12:00
6.3	Обед	13:00 – 13:30
6.4	Отдых	13:30 – 17:00
6.5	Вторая тренировка	17:00 – 18:00
6.6	Ужин	19:00-19:30
6.7	Свободное время	19:30 – 23:00
7.09.19 – 6 день тура		
7.1 .	Завтрак	8:00 – 9:00
7.2	Первая тренировка	10:00 – 12:00
7.3	Обед	13:00 – 13:30
7.4	Отдых	13:30 – 17:30
7.5	Восстановительные процедуры (баня, массаж, бассейн, горячие источники)	17:30 – 19:00
7.6	Ужин	19:00-19:30
7.7	Свободное время	19:30 – 23:00
8.09.19 – 7 день тура		
8.1	Завтрак	8:00 – 9:00
8.2	Поход на рынок	9:00 – 12:00
8.3	Обед	12:30 – 13:00
8.4	Экскурсия на Эльбрус	13:00 – 19:00
8.5	Ужин	19:00-19:30
8.6	Свободное время	19:30 – 23:00
9.09.19 – 8 день тура		
9.1	Завтрак	8:00 – 9:00
9.2	Первая тренировка	10:00 – 12:00
9.3	Обед	13:00 – 13:30
9.4	Отдых	13:30 – 17:00
9.5	Вторая тренировка	17:00 – 18:00
9.6	Ужин	19:00-19:30
9.7	Свободное время	19:30 – 23:00
10.09.19 – 9 день тура		
10.1	Завтрак	8:00 – 9:00
10.2	Первая тренировка	10:00 – 12:00
10.3	Обед	13:00 – 13:30
10.4	Отдых	13:30 – 17:00
10.5	Вторая тренировка	17:00 – 18:00
10.6	Ужин	19:00-19:30
10.7	Свободное время	19:30 – 23:00
11.09.19 – 10 день тура		
11.1	Завтрак	8:00 – 9:00
11.2	Первая тренировка	10:00 – 12:00
11.3	Обед	13:00 – 13:30
11.4	Отдых	13:30 – 17:30
11.5	Восстановительные процедуры (баня, массаж,	17:30 – 19:00

	бассейн, горячие источники)	
11.6	Ужин	19:00-19:30
11.7	Свободное время	19:30 – 23:00
12.09.19 – 11 день тура		
12.1	Завтрак	8:00 – 9:00
12.2	Первая тренировка	10:00 – 12:00
12.3	Обед	13:00 – 13:30
12.4	Отдых	13:30 – 17:00
12.5	Вторая тренировка	17:00 – 18:00
12.6	Ужин	19:00-19:30
12.7	Свободное время	19:30 – 23:00
13.09.19 – 12 день тура		
13.1	Завтрак	8:00 – 9:00
13.2	Первая тренировка	10:00 – 12:00
13.3	Обед	13:00 – 13:30
13.4	Отдых	13:30 – 17:00
13.5	Вторая тренировка	17:00 – 18:00
13.6	Ужин	19:00-19:30
13.7	Свободное время	19:30 – 23:00
14.09.19 – 13 день тура		
14.1	Завтрак	8:00 – 9:00
14.2	Первая тренировка	10:00 – 11:30
14.3	Обед	12:00 – 12:30
14.4	Экскурсия в замок любви и коварства	13:00 – 19:00
14.5	Ужин	19:00 – 19:30
14.6	Свободное время	19:30 – 23:00
15.09.19 – Отправление в Екатеринбург		
15.1	Завтрак	9:00 – 10:00
15.2	Поход на рынок	10:00 – 12:30
15.3	Обед	13:00 – 13:30
15.4	Сбор вещей	13:30 – 19:00
15.5	Ужин	19:00 – 19:30
15.6	Трансфер «Кисловодск – аэропорт Минеральные воды»	20:40
15.7	Прибытие в аэропорт Минеральные воды	21:30
15.8	Вылет из аэропорта Минеральные воды	23:40
15.9	Прибытие в Кольцово	06:10