**რჩევები სამთო მარშრუტზე გამგზავრებამდე:**

1. თუ მოცემულ მარშრუტზე პირველად მიდიხართ, რეკომენდირებულია გაიყოლოთ ადამიანი, რომელიც იცნობს მარშრუტს;
2. იმ შემთხვევაში, თუ მაინც დამოუკიდებლად მოგზაურობას გადაწყვეტთ:
* აუცილებლად დატოვეთ სრული ინფორმაცია თქვენი სავარაუდო გადაადგილების მიმართულების შესახებ;
* თან იქონიეთ GPS ნავიგატორი, მასში ჩატვირთული მოგზაურობის სავარაუდო არეალის რუკით და შესაბამისი მარშრუტით;

(GPS ნავიგატორის წაღებას აზრი ეკარგება, თუ არ იცით მისი გამოყენება);

* თუ არ გაქვთ GPS ნავიგატორი, თან უნდა იქონიოთ ადგილის ტოპოგრაფიული რუკა და კომპასი. (კომპასის გამოყენებასაც სჭირდება შესაბამის ცოდნა);
* თუ არც GPS ნავიგატორი გაქვთ (ან არ იცით მისი გამოყენება) და არც ტოპოგრაფიული რუკისა და კომპასის გამოყენება იცით, მარშრუტზე დამოუკიდებლად გასვლის შემთხვევაში, დიდი მანძილით არ უნდა დაშორდეთ დასახლებულ პუნქტს ან გავლილ მონაკვეთზე უნდა დატოვოთ რაიმე სახის მანიშნებელი, რაც, გზის დაკარგვის შემთხვევაში, საწყის პუნქტამდე დაბრუნებაში დაგეხმარებათ;
1. თუ მარშრუტი მარკირებულია, მიჰყევით ნიშნებს. მარშრუტიდან გადახვევის შემთხვევაში, მონიშნულ ბილიკს დიდი მანძილით არ ჩამოშორდეთ;
2. ხშირ შემთხვევაში, მაღალმთიან ადგილებში მობილური კავშირი საკმაოდ სუსტია, ამიტომ, სასურველია თან იქონიოთ სატელიტური დაკავშირების საშუალება;
3. მაღალმთიან მარშრუტებზე ფეხით მოგზაურობა, შესაბამის ჯანმრთელობას და ფიზიკურ მომზადებას მოითხოვს. აქედან გამომდინარე, მოგზაურობის დაწყების წინ კარგად უნდა შეაფასოთ თქვენი მონაცემები და იმ შემთხვევაში, თუკი თქვენს შესაძლებლობებში დარწმუნებული არ ხართ, შეგიძლიათ ალტერნატიული ვარიანტები განიხილოთ, მაგალითად, ცხენით მოგზაურობა;
4. მთის ბილიკებზე სიარულისას, მოგზაურს შესაძლოა საკმაოდ შორ და რთულ გზებზე მოუწიოს საჭირო ნივთების ტარება, ამიტომ, დიდი მნიშვნელობა აქვს ზურგჩანთის ზომას და ბარგის რაოდენობას; კარგი იქნება, თუ მოგზაურობაში წასვლამდე კონსულტაციას გაივლით ადამიანთან, ვისაც მთაში მოგზაურობის გამოცდილება აქვს;
5. მთაში მოგზაურობის დროს, შესაძლოა ღამის გათენება კარავში მოგიწიოთ, შესაბამისად, კარავი წინასწარ, სწორად უნდა იყოს შერჩეული;
6. მოგზაურობისას აუცილებლად თან უნდა იქონიოთ:
* კომფორტული ფეხსაცმელი;

გაკვალულ ბილიკზე სასიარულოდ, შეგიძლიათ გამოიყენოთ მსუბუქი, სპორტული ფეხსაცმელი. მინდორზე(განსაკუთრებით, მაღალ ბალახში), ქვიან, რთულ რელიეფზე გადასაადგილებლად(განსაკუთრებით, წვიმიან ამინდში) საჭიროა შესაბამის ძირიანი, მაღალყელიანი ფეხსაცმელი;

 - კომფორტული ტანსაცმელი ცხელი, წვიმიანი თუ ცივი ამინდის შესაბამისად;

- ფარანი, დანა, მათარა, ანკესი, ცეცხლის დასანთები საშუალება(ასანთი, სანთებელა),

 პირველადი დახმარების პაკეტი. სასურველია მცირე ზომის ნიჩაბი(კარვის ირგვლივ

 არხის გასაჭრელად და ცეცხლის დასანთები ორმოს ამოსაჭრელად);

* საკვებად, უკეთესია, თუ მზა პროდუქტს წაიღებთ, რომელსაც სპეციალური მომზადება არ დასჭირდება.

 *თხოვნა მოგზაურებს:*

გთხოვთ, ნუ დაანაგვიანებთ გარემოს! თან ატარეთ სპეციალური პაკეტები და

ნარჩენები(განსაკუთრებით პოლიეთილენის პარკები, ბოთლები, კონსერვის ქილები და ა.შ) არ დატოვოთ ბუნებაში! ნაგვის მიწაში ჩამარხვა არ არის გამოსავალი. კოცონის დანთების

შემთხვევაში, სანამ ადგილს დატოვებთ, დარწმუნდით, რომ ცეცხლი ბოლომდე ჩამქრალია.

 **გავუფრთხილდეთ ბუნებას!**