

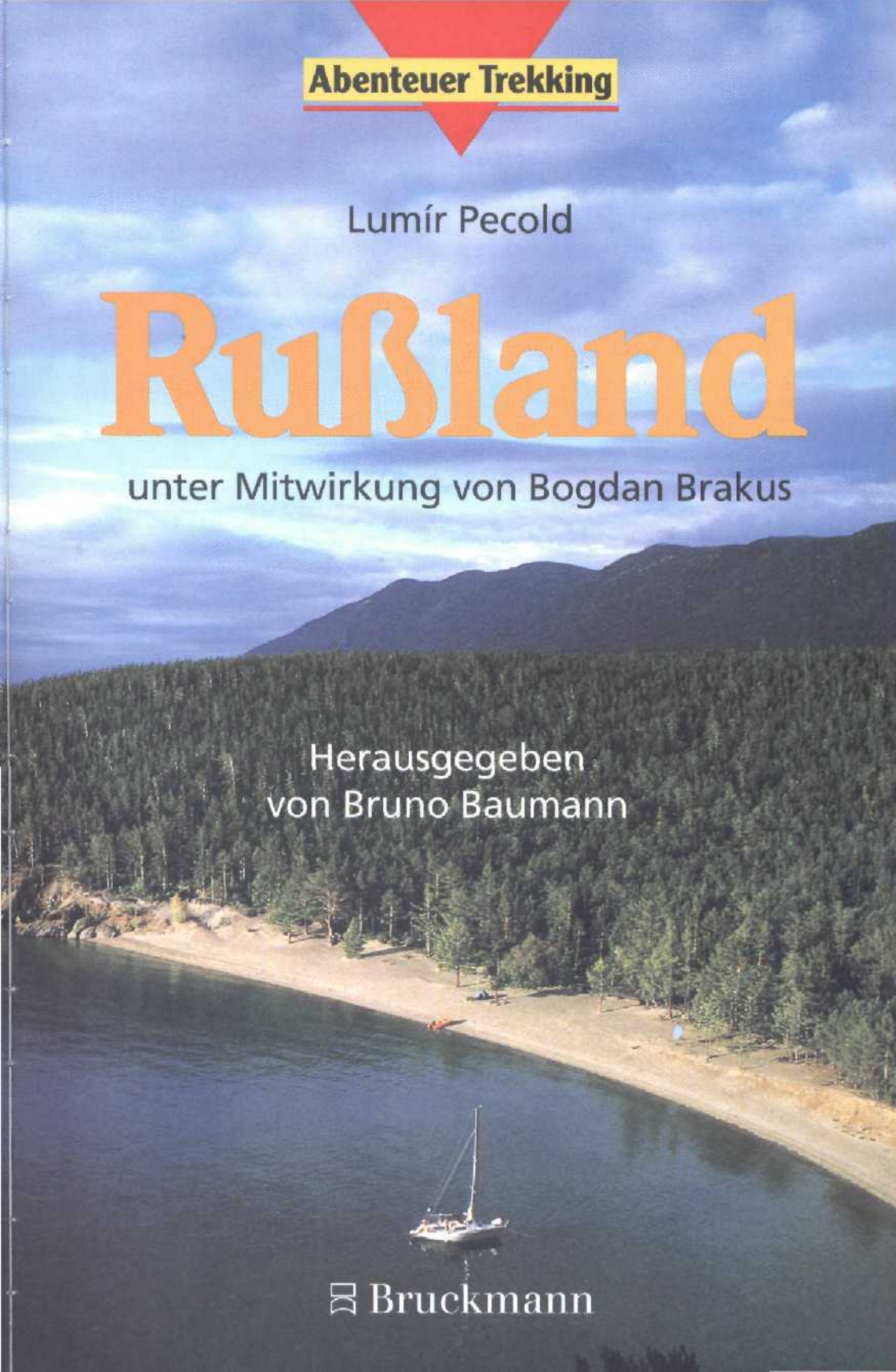


Abenteuer Trekking

Lumír Pecold

Rußland

unter Mitwirkung von Bogdan Brakus



Herausgegeben
von Bruno Baumann

 Bruckmann

Eine Produktion des
Bruckmann-Teams, München

Umschlaggestaltung: Uwe Richter
Lektorat: Joachim Willeitner
Fachprüfung: Bogdan Brakus
Layoutentwurf: VerlagsService Dr. Helmut Neuberger
& Karl Schaumann GmbH
Layout und Herstellung: Peter Schneider,
Bettina Schippel

Die Beschreibung der Touren Nr. 37–39 (S. 215 ff.)
stammt von Bogdan Brakus, der auch den Serviceteil
(S. 228 ff.) aktualisiert und überarbeitet hat.

Bildnachweis:
Alle Aufnahmen von Lumir Pecold; ausgenommen:
Titelbild, S. 70, 77, 209, 211, 214, 217, 218, 221,
223, 225, 227, 229 (Bogdan Brakus);
S. 16, 19, 25 oben, 27, 37, 231, 233, 252
(Cathleen Naundorf);
S. 25 unten, 28, 33, 39, 41, 47, 48, 53 (Marie
Divisova);
S. 183 (Otakar Sterba).

Die Kartenskizzen zu den Touren und die Übersichts-
karte wurden nach Entwürfen des Autors vom
Ingenieurbüro für Kartographie, Heidi Schmalfuß,
München, überarbeitet und gestaltet.

Umschlag-Vorderseite:
Der Vulkan Wilutschinskij ist nur einer der zahlreichen
Lavakegel auf der Kamtschatka-Halbinsel.

Umschlag-Rückseite:
Holzbrücke über den Fluß Katun, Altai.

Alle Angaben dieses Werkes wurden vom Autor
sorgfältig recherchiert und auf den aktuellen Stand
gebracht sowie vom Verlag auf Stimmigkeit geprüft.
Für die Richtigkeit der Angaben kann jedoch keine
Haftung übernommen werden. Für Hinweise und
Anregungen sind wir jederzeit dankbar. Bitte richten
Sie diese an den Bruckmann Verlag, Lektorat,
Nymphenburger Straße 86, 80636 München.

Gedruckt auf chlorfrei gebleichtem Papier

Die Deutsche Bibliothek – CIP-Einheitsaufnahme
Pecold, Lumir:
Russland / Lumir Pecold. Hrsg. von Bruno Baumann. –
München : Bruckmann, 1996
(Abenteuer Trekking)
ISBN 3-7654-2861-2

© 1996 F. Bruckmann KG, München
Alle Rechte vorbehalten
Gesamtherstellung: Bruckmann, München
Printed in Germany
ISBN 3-7654-2861-2

Inhalt

Vorwort des Herausgebers 11

Zu diesem Buch 12

Das Land

Wissenswertes zum weltgrößten Flächenstaat 16

Geographische Übersicht 16
Klima 16
Völkergruppen und Sprachen 19
Tourismus 20
Kirche und Religion 23
Der Kalender 27

Moskau und die alten russischen Städte 28

Überblick 28
Moskau 30
Die alten russischen Städte 44
Sergijew Posad (Zagorsk) 44
Alexandrow 44
Pereslawl Zalesskij 44
Rostow 46
Jaroslawl 46
Murom 47
Wladimir 47
Suzdal 47
Palech 47
Wologda 49
Sankt Petersburg 49
Peterworce (Peterhof) 51
Kischi 52
Nowgorod 52
Pskow 52

Trekkinggebiete 54

Der Kaukasus im Überblick 54
Westkaukasus 54
Bergzentren des Westkaukasus (Teberda,
Dombaj, Archyz, Sotschi, Suchumi) 57
Zentralkaukasus 58
Dagestan 62
Wolga 62



Der russische Norden 66
 Altai 68
 Baikal 72
 Kamtschatka 75

Die Trekkingtouren

Westkaukasus 80

► 1 Zum Steinbock-See und Alibek-Sattel im Westkaukasus 80

Die beliebteste Tour im Umland von Dombaj



Dombaj – Alibek-Paß

► 2 Die Nord-Süd-Überquerung und der Tschottscha-Gletscher 84

Über den Kaukasus-Hauptkamm



Teberda – Nord-Prijut – Kluchor-Paß – Abchasien

► 3 Auf stillen Pfaden von Teberda nach Archyz 87

Ein Geheimtip für Genießer



Teberda – Muchu-Paß – Maruch-Tal – Ozernyl-Paß – Archyz

► 4 Von Teberda über Gletscherfelder in das Baksan-Tal 91

Am Übergang vom Westkaukasus zum Elbrus



Teberda – Dshamagat-Quellen – Ullu-Kam-Tal – Chotju-Tau-Paß – Azau

► 5 Entlang dem Tal des Flusses Kizgytsch 94

Durch unberührte Natur



Archyz – Tschigordali-Paß – Baga-Tala – Kizgytsch-Basch

► 6 Durch das Tal des Psysch zum gleichnamigen Gletscher 98

Herrliche Bergpanoramen



Archyz – Psysch-Gletscher – Kizgytsch-Basch

► 7 Vom Dorf Archyz zu den Sofia-Seen und zurück 102

Aus dichten Wäldern auf Blumenteppeiche



Archyz – Ak-Ajry-Tal – Sofia-Seen – Sofia-Tal

► 8 Rafting auf dem Fluß Großer (Bolschoj) Zelentschuk 105

Bootsfahrt durch enge Cañons



Archyz – Bogoslawskowo – Zwezdnyj – Ilytsch – Cañon Curljok – Isprawnaja – Beslen – Tscherkessk

► 9 Bootsfahrt auf dem Fluß Große (Bolschaja) Laba 108

Durch wilde Stromschnellen



Pchija – Zagedan – Damchurc – Roshkao – Psemen – Kurdshinowo – Achmetowskaja

► 10 Mit dem Fahrrad auf den Straßen des Nordkavkasus 111

Belohnte Mühen auf dem Mountainbike



Armawir – Otradnaja – Peredowaja – Pregradnaja – Psebjaj – Armawir

► 11 Mit Kanus auf den Limanen des Asowschen Meeres 113

Durch ein schilfreiches Vogelparadies



Primorsko-Achtarsk – Liman Zolotoj – Liman Donschikow – Liman Prigibskij – Liman Rjasnyj Liman Bezmjanyj – Asowsches Meer – Liman Gniloj-Kut – Liman Achtarskij – Liman Karlyk – Liman Kirpiljskij

Zentralkavkasus 116

► 12 Der klassische Aufstieg zum Elbrus 116

Auf einen der höchsten Berge Europas



Azau – Prijut Odinadcati – Pastuch – Elbrus-Sattel – Elbrus (Öst- und Westgipfel)

► 13 Die Überquerung des Elbrus-Gipfels 120

Am südöstlichen Ende Europas



Terskol – Alter Krugozor – Chotjutau-Paß – Elbrus (Westgipfel) – Elbrus-Sattel – Prijut Odinadcati

► 14 Aufstieg zur Uschba und auf andere Gipfel 122

Die bekanntesten Berge des Kaukasus



Elbrus – Schhelda-Gletscher – Notschewky Aristowa – Uschba-Plateau – Kleine Uschba – Tschatyn – Pik Schtschururowskij – Uschba (Nord- und Südgipfel)

► 15 Vom europäischen Baksan-Tal in das asiatische Swanetien 128

Eine Tour auf zwei Kontinenten



Werchnij Baksan – Adyr-Su-Gletscher – Mestia-Sattel – Lekzyr-Moräne – Mestia Schdiguri – Medweshowka – Baksan-Tal





► 16 Durch das malerische Flußtal des Irik 133

An den Gletscherausläufern des Elbrus



Elbrus – Irik-Tal – Terskolak-Paß – Terskol-Gletscher – Terskol-Paß – Baksan-Tal – Terskol

► 17 Eine abwechslungsreiche Tour durch Digorien 138

Zu gottverlassenen Bergdörfern



Alagir – Mizurskij – Ardon-Tal – Nuzal – Buron – Cej – Zaramag – Mamisondon-Tal – Mamison-Paß – Sadon – Nishnij Egid – Werchnij Egid – Kionskij-Paß – Fasnal – Tschikola – Alagir

Dagestan 142

► 18 Eine Bootsfahrt auf dem Fluß Andijskoje Kojsu 142

Durch ein Inferno von »Milchkafee«



Omalo – Etscheda – Cumada – Tissi – Agwali – Gigatli – Botlich – Muni – Orta Kolo – Tloch – Igalj

► 19 Durch die Cañons des Awarskoje Kojsu 147

Eine Herausforderung für Könnner



Ancug – Kosob – Albanija – Chindach – Albanische Kaskade – Sowjetskoje – Gonoda – Karadachskij-Kaskade – Uncukulskij-Cañon – Gimri – Uncukul – Machatschkala

► 20 Rad-Rundtour von Derbent nach und durch Dagestan 150

Uralte Dörfer, umgeben von urtümlicher Natur



Derbent – Mamedkala – Madshalis – Urkarach – Akuscha – Lewaschi – Gunib – Kumuch – Watschi – Tschirag – Tpig – Chiw – Chutschni – Derbent

► 21 Rund um den Bergkamm des Bogos (Bogosskij Chrebet) 154

Ein ständiger Blick auf spektakuläre Gipfel



Sowjetskoje – Awarskoje-Kojsu-Tal – Rutluch-Tal – Dagbasch – Asynortli-Sattel – Ishena-Paß – Sulak – Kila-Tal – Atabala-Paß – Chonoch – Chwarschinka-Tal – West-Tinaw-Paß – Shekoda-Tal – Bobitli-Paß – Kachabor-Tal – Saraora-Tal – Santa – Landa – Ancug

Wolga 162

► 22 Eine Bootsrundfahrt in den Armen des Wolga-Deltas 162

Wo sich der Strom in ein Labyrinth verwandelt



Astrachan – Wolgo-Kaspijskij – Chmelewka – Samosdelka – Poldnewnoje – Gandurino – Chmelewka – Astrachan

Der russische Norden 166

► 23 Eine Bootfahrt auf der Wajmuga und der Nord-Dwina 166

In den gewässerreichen Ebenen Nordrußlands



Permilowo – Wjerchowje – Werchnjaja – Ratonawolok – Emeck – Archangelsk

► 24 Eine geruhsame Bootfahrt auf dem Fluß Pinjega 170

Durch unendliche Waldgebiete



Wernaja Tojma – Palowo – Karpogory – Pinjega-Mündung

► 25 Mit dem Fahrrad von Kargopol nach St. Petersburg 173

Zu den Kulturschätzen Nordrußlands



Njandoma – Kargopol – Tobolkino – Kretschetowo – Ignatowo – Annenskij Most – Wytegra – Megra – Oschta – Podboroschie – Lodejnoe Pole – St. Petersburg



Altai 178

► 26 Mit Kajaks und Rafting-Booten auf dem Oberlauf des Katun 178

Eine wildromantische Flußfahrt



Gebler-Gletscher – Razcepnj-Fall – Kajtanak – Saksabaj – Lukowka – Ust-Koksa

► 27 Vom Bergsee Teleckoje in die Stromschnellen der Bija 183

Kontrastprogramm zu Wasser



Artybasch – Turotschok – Bijsk

► 28 Mit dem Fahrrad entlang dem Fluß Katun 185

Durch Dörfer am mächtigsten Strom des Altai



Bijsk – Tschemal – Elanda – Inja – Tjungur – Ust-Koksa – Krasnojarka – Tuekta – Schebalino – Tscherga – Altaiskij – Bijsk

► 29 Zu Pferde auf einsamen Wegen zum Teleckoje-See 189

»Schwarzwald-Romantik« in Sibirien



Katun – Artybasch – Teleckoje-See – Karakosch-Höhle – Schwarze Seen – Katun

► 30 Ein Fußmarsch vom Tjungur zur Belucha 192

Der höchste Gipfel des Altai



Tjungur – Kutscherla – Karatjurek-Paß – Akkem-See – Studentow-Paß – Akkem-Tal – Kuzujak-Sattel – Tjungur



► 31 Eine Wanderung von Edigan zum Teleckoje-See 195

Durch einsames Bergland



(Bijsk -) Edigan – Kyzyl Gak – Taschan-El-Paß – Sajkonusch-Paß – Tjurdem-Paß – Ujmen-skij-Paß – Ujmen-See – Karasaazkan-Paß – Schtatiw-Paß – Tschakryk-Paß – Teleckoje-See – Turotschak – Bijsk

► 32 Eine große Tour durch den südlichen Altai 198

Zu den schönsten Bergen Sibiriens



Bijsk – Srostki – Mansherok – Toputschaja – Semin-Paß – Inja – Ajgulak – Aktasch – Ulagan-Paß – Werchnije Ozera – Uzungol-Sattel – Belkasch-Tujan – Koo-Paß – Teleckoje-See – Artybasch – Bijsk

Baikal 202

► 33 Auf der Selenga in den Baikalsee, die »Perle Sibiriens« 202

Mit dem Boot zum tiefsten Binnensee der Erde



Werchnij Udinsk (Ulan Ude) – Trojickaya – Selenga-Delta – Baikalsee – Ojmur – Suchaja – Gremjatschinskaja – Turka – Werchnij Udinsk

► 34 Auf dem Baikalsee und dem Oberlauf der Lena 205

Die Quellen des mächtigsten Stromes Sibiriens



Irkutsk – Bolschoj Onguren – Baikalsee – Kap Kotscherikow – Kap Pokojniky – Katschug – Solncepad-Paß – Lena-Tal – Tschangur – Katschug

Kamtschatka 208

► 35 Durch das wildromantische Tal der dampfenden Geysire 208

Ein Cañon an der Südküste der Kamtschatka



Shupanowo – Liman Semjatschik –
Kronockaja-Reservat – Gejzirnaja-Cañon

► 36 Der Fluß Kamtschatka im Herzen der Halbinsel 212

Auf dem Wasserweg zwischen Vulkanen



Kosirjewsk – Majskij – Kljutschki – Nishne
Kamtschatsk – Ust-Kamtschatsk

► 37 Die Vulkane Gorelaja Sopka und Mutnowskaja Sopka 215

Zwei Nachbarn für Einsteiger



Petropawlowsk – Mutnaja-Fall – Mutnowskaja Sopka – Gorelaja Sopka – Sopka Dwugorbaja

► 38 Die Vulkane Awatschinskaja und Korjaskaja Sopka 219

Die Hausberge von Petropawlowsk



Petropawlowsk – Awatschinskaja Sopka –
Korjaskaja Sopka

► 39 Kljutschewskaja Sopka – höchster Vulkan Eurasiens 222

... daß niemand weiß, wie hoch ich bin!



Kljutschki oder Kosirjewsk – Apachontschitsch-Hütte – Kljutschewskaja Sopka – Srednjaja Ploska – Krestowskij – Kamen

Serviceeteil

Verkehrs- und Transportverbindungen 230

Reisen mit dem Flugzeug 230

Bahnreisen 231

Reisen mit dem Schiff 233

Reisen mit dem Bus 233

Reisen per Anhalter 233

Reisen mit dem eigenen Auto 234

Taxis 242

Verpflegung 243

Essen 243

Getränke 244

Im Restaurant 244

Verpflegung auf Expeditionen 244

Zusatzinformationen 246

Feiertage 246

Medizinische Hilfe 246

Rettungsaktionen 247

Verbotene Zonen und Sperrgebiete 247

Camping 248

Fotografieren 249

Karten 249

Elektrischer Strom 250

Post und Telefon 250

Reisedokumente 250

Diplomatische Vertretungen der Russischen
Föderation 251

Diplomatische Vertretungen in Moskau 251

Währung und Geldtausch 251

Zoll 252

Register 253

