

VILNIAUS GEDIMINO TECHNIKOS UNIVERSITETO TURISTŲ KLUBAS

ATASKAITA APIE 5 SUDĖTINGUMO KATEGORIJOS
KALNŲ ŽYGI CENTRINIO TIAN ŠANIO KALNUOSE

Žygio vadovas : Gintaras Čepas

Vilnius, 2009

1. Informaciniai duomenys apie žygį

1.1. Žygio duomenys ir maršrutas

Rajonas: Kirgizija, Centrinis Tian Šanis , Terskej Alatau kalnagūbrio apylinkės

Žygio tipas: kalnų

Sudėtingumo kategorija: penkta

Maršruto ilgis: $132 \times 1.2 = 158.4$ km

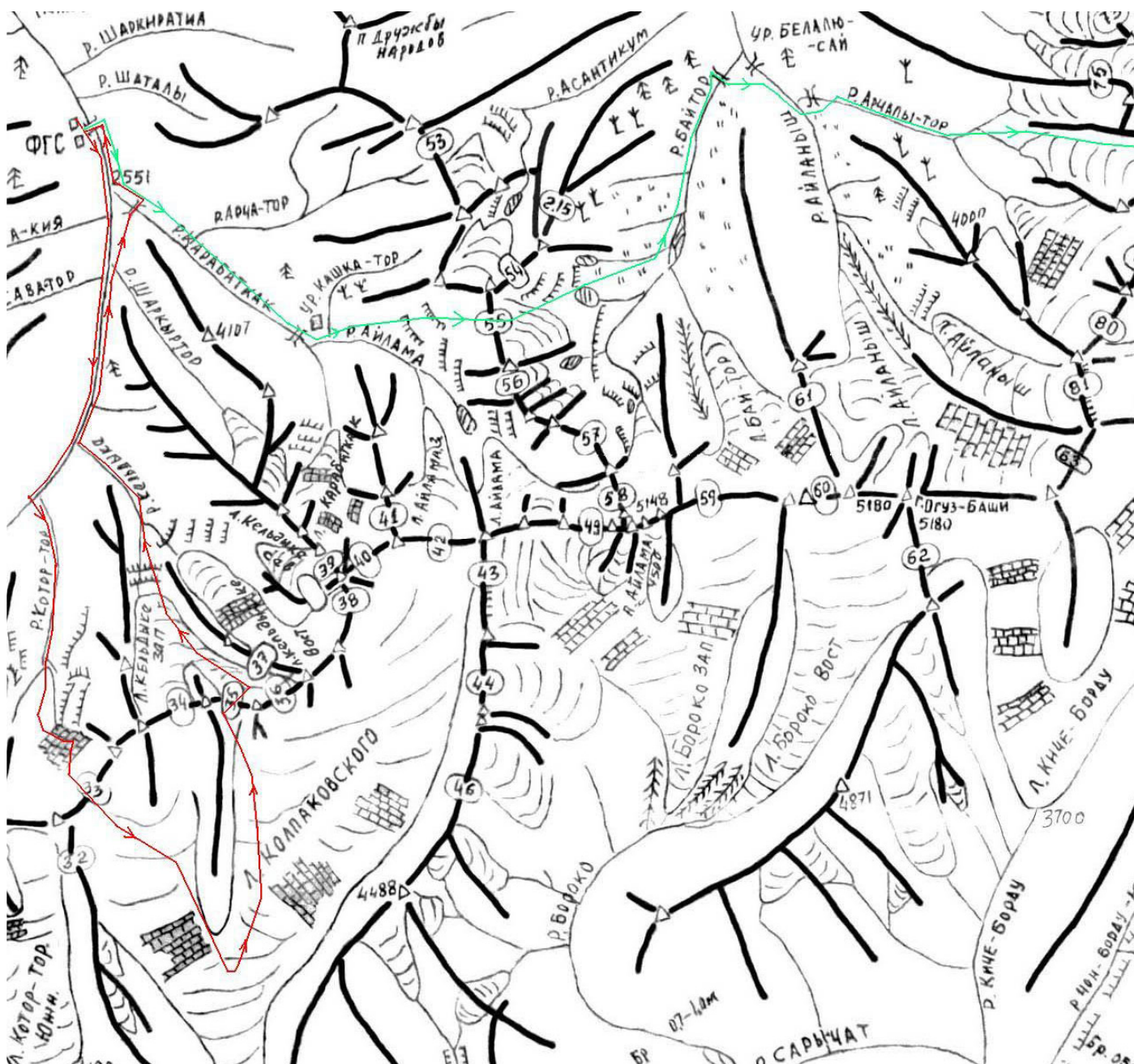
Aktyvaus žygio laikotarpis: 2009 Rugpjūčio 1-20 d. (20 dienų)

Visos kelionės laikotarpis: : 2009 Liepos 30 d. - Rugpjūčio 24 d.

Komandos narių: penki

Komandos vadovas: Gintaras Čepas

Maršrutas: Fizikos Geografijos stotis – upė Čon-Kyzil-Suu – Led. Š.Kotor – per. Kolpakovskovo(2A, 4250) - Led.Kolpakovskovo (vakarinė dalis) - Led.Kolpakovskovo(viršutinė dalis) – per. Zagadka Zapadnaja(2B, 4400) – Led. Keldykė Centrinis – upė Keldykė - upė Čon-Kyzil-Suu - Fizikos Geografijos stotis – upė Karabatkak – upė Ailama – per. SOAN(2A, 4050) - upė Baitor - Upė Arčalytor – led. Arčalytor – virš. Gedimino Akstino(2A, 4250) – per. Severnyj Arčalytor(2A, 4200) – led. Ontor – upė Ontor – Karakolo bazinė stovykla(I.Chanino) – upė Ontor – led. R.Ontor – per. Džigit(3A*, 4800) – virš.Džigit(4A, 5130) - per. Džigit(3A*, 4800) - led. V. Karakoltor - Led. R. Karakoltor – per. Ukraina(3A, 4470) – led. V.Čon-Uzen – upė Čon-Uzen – upė Altyn-Arašan – kurortas Altyn-Arašan.



1.2. Perėjos

Nr.	Perėjos pavadinimas	Sudėtingumo kategorija	Aukštis (metrais)	Perėjos padėtis	Pastabos
1	Kolpakovskovo	2A	4250	Led. Š.Kotor - Led.Kolpakovskovo(vakarinė dalis)	Ledas, sniegas
2	Zagadka Zapadnaja	2B	4400	Led.Kolpakovskovo(viršutinė dalis) – Led. Keldykė Centrinis	Ledas, sniegas
3	SOAN	2A	4050	Upė Ailama – upė Baitor	Uolos
4	Severnyj Arčalytor	2A	4200	Upė Arčalytor – led. Ontor	Ledas, sniegas, nuobirynas
5	Džigit	3A*	4800	led. R.Ontor – led. V. Karakoltor	Ledas, sniegas, uolos
6	Ukraina	3A	4470	Led. R. Karakoltor – led. V.Čon- Uzen	Ledas, sniegas

1.3. Viršūnės

Nr.	Viršūnės pavadinimas	Kategorija	Aukštis (metrais)
1	Gedimino Akstino	2A	4250
2	Džigit	4A	5130

1.4. Grupės sudėtis



	Vardas, Pavardė	Pareigos	Kontaktai
1	Gintaras Čepas	Vadovas	860014747, gintaras@stekas.lt, gintarasgintaras@gmail.com, Vilnius
2	Tomas Stanislauskas	Medikas, fotografas	863325266, stanislauskas@gmail.com , Vilnius
3	Laurynas Marcinkus	Maistinininkas	869961576, barakudalt@yahoo.co.uk , Vilnius
4	Vytenis Pranculis	Finansininkas	868730827, vytenispr@gmail.com , Vilnius
5	Tomaš Stankevič	Remontininkas, GPS	861874427, tomstan@pfi.lt , Vilnius

Visi grupės nariai praėjo nurodytą maršrutą.

2. Žygio rajonas

2.1. Apie žygio rajoną

Terskei Alatau kalnagūbris yra Tian Šanio kalnuose Šiaurės Rytinėje Kirgizijos pusėje. Vidutinis kalnagūbrio aukštis apie 4500 metrų, aukščiausias taškas 5281 m. Karakolo viršūnė. Antra pagal aukštį yra Džigito viršūnė – 5130 m. Labai didelė dalis kalnagūbrio yra apledėjusi. Įtaką apledėjimui daro jo aukštis, atmosferos cirkuliacija bei drėgmė, kuri yra išgarinama nuo Issyk Kulio ežero paviršiaus. Šiaurinėje kalnagūbrio pusėje ledynų ilgai siekia iki 5-7 kilometrų, o pietinėje pusėje ledynų ilgai didesni (pvz. Kolpakovskio ledynas siekia 10 kilometrų).

Perėjos Centrinėje Terskei Alatau kalnagūbrio dalyje būna nuo 3600 m. iki 4800 m., o sudėtingumo kategorijos iki 3B. Didžioji dauguma kalnagūbrio bei kalnagūbrio pietinių atšakų perėju yra snieginės arba snieginės-ledinės. Šiaurinių kalnagūbrio atšakų perėjos yra įvairesnės, čia sutinkamos, ir ledinės, ir snieginės, ir uolinės, ir nuobiryninės, o dažniausiai kombinuotos perėjos.

Terskei Alatau kalnagūbrio rajone dažni krituliai, dažniausiai po pietų.

2.2. Žygio idėja

2004 m. keliavome į Ak-Šijrak rajoną ir kirtom Terskei Alatau kalnagūbrį per Ašutor bei Džukučak perėjas, todėl atsirado noras apsilankyti šiame rajone ir apžiūrėti daugiau šitą rajoną. Be to, šiame rajone galima įvykdyti labai įvairios sudėtingumo kategorijos žygį: nuo 1 iki 6, o dauguma mūsų komandos narių neturėjo patirties aukštos sudėtingumo kategorijos žygiuose, tad buvo nuspręsta sudaryti daug alternatyvių maršrutų nuo 3 iki 5 kategorijų ir įvykdyti žygį pagal savo pajėgumą, kuris išryškės žygio metu. Šiame rajone yra daug lietuviškų viršūnių, tad į viena iš jų buvo noras įlipti. Taipogi labai traukė mūsų akį Džigito viršūnė, tad ir šiam įkopimui mes pradėjome labai ruoštis. Dar norėjome žvilgtelėti ir į Ak-Šijrak rajoną iš tolo, bei pasivaikščioti ilgiausiais Terskei Alatau rajono ledynais.

2.2. Atvažiavimo/išvažiavimo galimybės

Prieš keturis ir penkis metus iš Vilniaus važiavome į Maskvą, iš ten skridome į Kirgizijos sostinę Biškeką, iš kurio užsakytu transportu važiavome į Karakolo miestą. Šiemet iš Vilniaus važiavome į Rygą, iš ten skridome į Kazakstano miestą Almatą, iš ten užsakytu transportu pasiekėme Karakolą. Karakole mes užsisakėme specialų transportą iš Igorio Chanino firmos „Alp-Tur Issyk-Kul“ (kontaktus galima rasti internete), kuris mus nuvežė pro gyvenvietę Pokrovka, Chon-KyzylSuu upės slėniu iki Fizikos Geografijos stoties (FGS), iš kurios mes ir pradėjome savo žygį. Iš Karakolo specialiu transportu galima nuvažiuoti (išvažiuoti) ir į Džukučak, Džety Oguz, Karakolo, Altyn Arašan upių slėnius. Karakolo upės slėnyje yra Igoriui Chaninui priklausanti alpinistinė bazė. Į šią bazę mes nusiuntėme maisto produktus trečiam žygio etapui, kurioje produktai buvo saugomi už pusę euro dienai iki mūsų atėjimo į bazę. Žygį baigėme Altyn Arašan upės slėnyje esančiuose karštuose šaltiniuose. Čia galima užsisakyti specialų transportą į Karakolo miestą, nusipirkti maisto, gėrimų, nakvynę, išsimaudyti karštuose šaltiniuose ir panašiai. Pabaigę žygį mes pasinaudojome visomis paslaugomis.

Karakolo turguje galima nusipirkti visus trūkstamus žygiui maisto produktus. Prekeiviai labai draugiški ir geranoriški, noriai sveria produktus bet kokiais kiekiais (virimo dozėm ir panašiai).

4. Techninis maršruto aprašymas

Žygio aprašyme visos kryptys yra nurodytos orografiškai, nebent paminėta kitaip. Laikas vietinis Kirgizijos. Kai kurie atstumai kopimuose matuojami virvėmis. Mūsų virvės buvo po 50 metrų ilgio.

1 diena. Rugpjūčio 1 d.

12:50 išvažiuojam iš Karakolo į FGS. Kartu vežamės vieną maišą produktų skirtą antram žygio etapui, kitą maišą davėm kolegoms, kad nuvežtų į Alpinistinę bazę esančią Karakolo slėnyje trečiam žygio etapui.

14:25 atvykstam į FGS. Stotyje apsigyvenę Kirgizai noriai paima pasaugojimui už nedidelį mokestį(150 KGS, apie 9 Lt) maišą su produktais skirtais antram žygio etapui. Nuo čia prasideda žygis pėsčiomis. Maisto pasiėmėme šešioms dienoms. Keliaujame kairiu(oro grafiškai) upės Čon-Kyzil-Suu krantu.

Dėl prasidėjusio smarkaus lietaus su kruša 18:30 sustojam nakvynei nepasiekę savo pirmojo tikslo - upių Kotortor ir Ašutor santakos.



Fizikos Geografijos stotis(FGS)



Čon-Kyzil-Suu upės slėnis, judam link upės Kotortor link perėjos Kolpakovskovo

2 diena. Rugpjūčio 2 d.

06:00 val. keliamės, oras geras, nebelyja. 08:10 val. išeinam. Prieiname upių Kotortor ir Ašutor santaką. Pereiti upę gan sunki užduotis, vandens nemažai, srovė stipri. Tiltelių nėra. Netoli santakos upė išsišakoja į kelias vagas, tad toje vietoje ir pereiname upę. Einame mišku Kotortor upės kairiuoju(orografiškai) krantu aukštyn. Išlindę iš miško pereiname(brendame) gan sunkiai į dešinį upės krantą ir kylame aukštyn krūmais apaugusiom uolom, po to žole.

12:30 val. pietūs. Pasiekiame plokščią išsiliejusios upės slėnio dalį. Apie 16 valandą atslenka debesys ir prasideda lietus su kruša. Pusvalandžiui sustojame, kad pralaukti nepalankias oro sąlygas.

18:00 val. stojame nakvynei netoli Siaurinio Kotor ledyno. 21:00 val. miegam.



Kotortor upės slėniu link perėjos Kolpakovskovo



Link perėjos Kolpakovskovo

3 diena. Rugpjūčio 3 d.

05:00 val. keliamės. 07:25 val. išeinam.

08:45 val. prieiname Šiaurinį Kotor ledyną. Užsidedame kates ir ledkirčius. Netrukus prieiname Kolpakovskio perėjos ledokrytį. Susirišame į ryšius, 3 žmonės į vieną ryšį, o 2 į kitą. Pagal aprašymus lipant į perėją reikia laikytis kairės ledokryčio pusės, tačiau kairėje kaba dideli ledo-sniego luitai ir matosi griūčių pėdsakai, todėl pasirinkome judėti į viršų šiek tiek dešiniau ledokryčio vidurio ieškant praėjimo ledokryčio labirintuose. Nuotraukose, kurias turėjome iš ankstesnių metų grupių ekspedicijų, ledokryčio vaizdas neatitiko esamo vaizdo, ledokrytis labai pasikeitęs.

12:30 val. sustojam apie 3940m aukštyje, dėl labai pablogėjusio oro. 13:10 val. pietaujame.

14:00 val. einame toliau, tačiau netrukus vėl oras suprastėja. Judame labai lėtai laukdami palankesnių oro sąlygų.

16:00 val. oras šiek tiek pasitaiso. Ieškodami praėjimo ledokryčio labirintuose, mūsų kelias nusuka į ledokryčio dešinę, tačiau čia tik sunkiau, tenka pakabinti 4 virves (po 50 metrų). 19:25 val. suradus gan lygią, saugią aikštelę prie užšalusio ežerėlio apsistojame nakvynei ledokrytyje. Naktį dėl aklimatizacijos visiems savijauta nelabai kokia.



Kolpakovskio perėjos ledokrytis



Kolpakovskio perėjios ledokrytyje



Nakvynė Kolpakovskio perėjios ledokrytyje

4 diena. Rugpjūčio 4 d.

6:30 val. keliamės. Už poros valandų išeiname. Kabiname dar pora virvių ir priartėjame prie dešinėsios ledokryčio dalies, tačiau kelias kuris iš tolo atrodė palankiausias, mus atvedė į aklavietę-didelį ledo skardį, tad teko siek tiek grįžti. Nusprendėme pereiti link kairiosios ledokryčio pusės ir tada judėti aukštyn. Pakabinome dar 4 virves. 15:30 val. pietūs. Po to pakabinome dar dvi virves, antrąją lipom 90 laipsnių kampu ruožą apie 7 metrus be kuprinių – jas užkėlėm atskirai. Po to ledokrytis baiginėjosi, didžiulius plyšius apeidinėjome ryšiais(vienalaikė bei pakaitinė sauga). Oras sublogo, pradėjo snigti, judėjome pagal GPS maršrutą. Galiausiai priėjome šiek tiek aukštėjantį sniego lauką(sniego virš kelių), jo viduriu ėjome dar valandą iki tol, kol šlaitas tapo visiškai plokščias, tai ir yra Kolpakovskio perėja. 18:40 ant perėjos. Turo neradome, nors ir labai neieškojome, jis tikriausiai kažkur prie uolų už kokių 400 metrų nuo mūsų judėjimo kelio, tačiau plotai dideli, tad laiko paieškoms nebuvo. Nuo perėjos matosi Ak-Širak rajonas. Nusileidus apie valandą žemyn nuo perėjos stojame nakvynei sniego lauke.



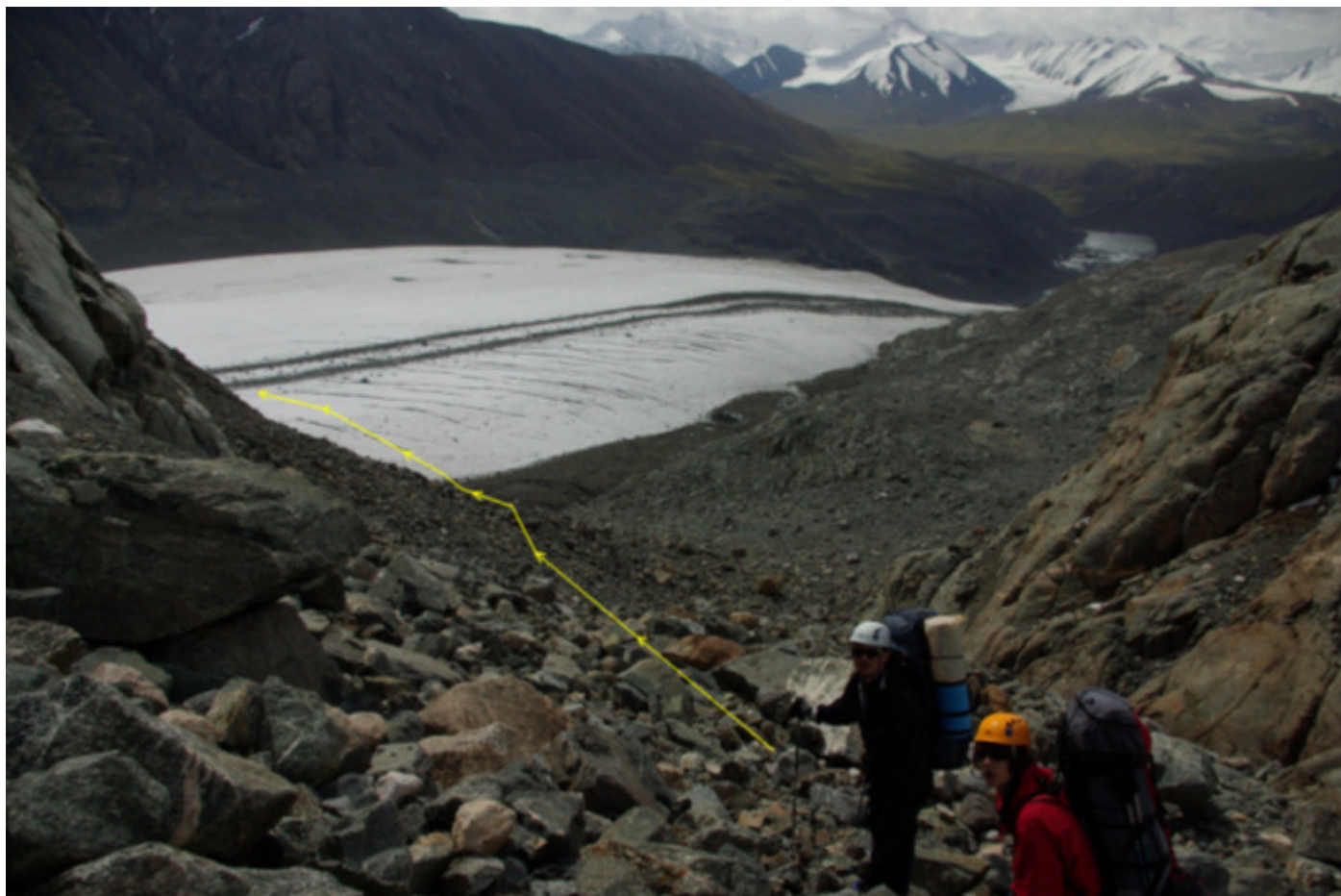
Kolpakovskio perėjos ledokrytyje



Kolpakovskio perėja

5 diena. Rugpjūčio 5 d.

07:00 keliamės ir nepusryčiavę einame uždaru Kolpakovskio ledynu žemyn prisilaikydami kairės ledyno pusės. Sniego mažėja, bet einame ryšiais. Prieiname ledokrytį, kuris nusileidžia į Kolpakovskio ledyno atšaką vedančią į perėją Zagadka Zapadnaja. Ledokryčiu nesileidžiame, kairėje ledokryčio yra uolos ir nuobirynas, tad nusiimam kates ir nuobiryną leidžiamės žemyn. Ant morenos prie upeliuko 11:30 val. stojame pusryčiauti. Po pusryčių greitai nusileidžiame ant ledyno vedančio į perėją Zagadka Zapadnaja. Einame ledyno viduriu. Ledynas atviras, plyšių pradžioje nėra, tačiau po kokios valandosėjimo ledynu į viršų sniego sluoksnis vis didėjo. Susirišome į ryšius. Plyšių daugėjo, kai kuriuos reikėjo apeidinėti dideliu lanku. Sniego iki kelių, vietomis daugiau. Pradėjome eiti ledyne esančios morenos juosta. 16:30 pietaujam ant ledyno morenos juostos. Apie 18 valandą užėjo audra, pūga, griaustinis, žaibas, visų galvose pradėjo kažkas traškėti, ledkirčiai ir karabinai virpėti. Didesnius metalinius daiktus nusimetėme į šoną, tačiau traškesys galvoje nesiliovė, tuomet staigiai nusileidome į ledyne esančią didelę duobę-plyšį. Duobėje 18:30 ir stojame nakvynei, kadangi čia saugu, yra vietos pasistatyti dviems palapinėms, yra vanduo - teka upelis.



Nusileidimas nuo Kolpakovskio ledyno Vakarinės dalies ant Kolpakovskio ledyno atšakos vedančios į perėją Zagadka Zapadnaja



Kolpakovskio ledynu į perėją Zagadka Zapadnaja



Nakvynė ledo duobėje-plyšyje Kolpakovskio ledyne.

6 diena. Rugpjūčio 6 d.

Visą naktį snigo. 05:00 val keliamės, sninga. Pusryčiams tik arbata, džiovėsiai ir chalva. Svarstom ką daryti:

1. Laukti gero oro.
2. Prisitraukinėti prie perėjos Zagadka Zapadnaja blogu oru.
3. Eiti aplinkui lengvesniu, saugesniu, bet gerokai ilgesniu keliu (37 km ratas).

Linkstame link trečio varianto. Kol mažom, oras visiškai pasitaiso – nė debesėlio danguje, tačiau sniego iškrito per naktį labai daug ir lavininis pavojus labai rimtas. Nusprendžiame tęsti žygi numatyta kryptimi link perėjos Zagadka Zapadnaja. 09:15 išlendame iš duobės. Einam link perėjos užsnigtu ledynu ryšiais vienalaike arba pakaitine sauga apeidinėdami arba prašliauždami plyšius. Sniego labai daug, kai kur iki pusės. 12:00 pietaujam prie uolos, esančios netoli perėjos šiek tiek dešiniau ėjimo kryptimi. Palei šios uolos ir sniego ribą kylam link perėjos. 17:00 val. statome palapines perėjos apačioje.



Mūsų atėjimo kelias iki perėjos Zagadka Zapadnaja apačios. Žvilgsnis atgal.

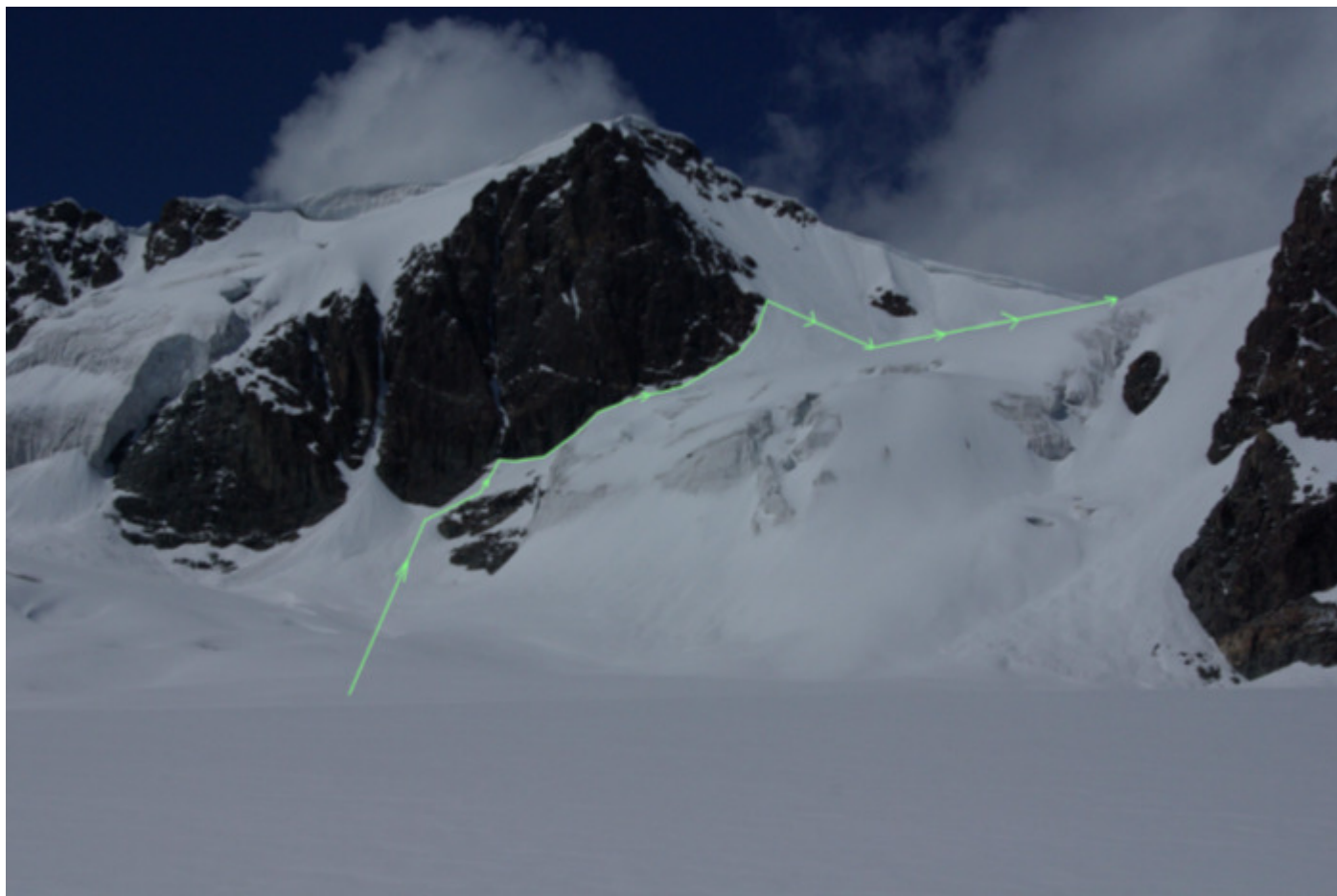
7 diena. Rugpjūčio 7 d.

03:00 val. keliamės. 06:00 val. prašvitus išeinam į perėjos Zagadka Zapadnaja šturmą, lipam dešiniąją perėjos pusę ryšiais. Pirmas ryšys palypėjęs iki uolų, antrajam suorganizuoja viršutinę saugą. Toliau kabiname 6 virves (ant uolų kilpomis) palei uolų-sniego ribą, sniegas jau patirpęs, taigi kiekvienas žingsnis reiškia maudynes iki pusės sniege. Visi susirinkę prie paskutinės stotelės išsitraukiam lavinines juostas, susirišame į vieną ilgą ryšį (150 metrų) kurio galas saugomas nuo stotelės, kol išeina paskutinis ryšio žmogus. Tokiu ryšiu šiek tiek besileisdami pereiname į kairiąją perėjos pusę ir po to kylam į perėją. 14:00 val. visi būname ant perėjos Zagadkos Zapadnaja. Čia papietaujame. Ant pačios perėjos yra ir vanduo - užšalęs ežerėlis. Galima pasistatyti palapines. Turas dešinėje pusėje (judėjimo kryptimi) prie uolų.

Nuo perėjos leidžiamės perėjos viduriu dviem virvėmis pakabintomis ant ledkirčių, paskutinis nusileidžia su apatine sauga. Sniego daugiau kelių. Pagal aprašymus turėjo būti bergšrundas, tačiau mes jo nepajutome.

Toliau leidžiamės ryšiais. Plyšių užsnigtų labai daug. Vienus apeiname, kitus peršliaužiame. Nusileidimas gan sklandus, kuomet toliau nuo perėjos mažėja plyšių ir sniego. Pasiekus atvirą ledyną pasirodė ir dideli plyšiai. Čia nulipom ant dešinėsios morenos ir toliau leidomės ja. 20:20 val. pasiekėme ledyno pabaigą. Šiek tiek paėjom ieškodami žolės plotelio, tačiau nieko doro neradę, nusprendėm, kad tiks ir akmenys. Stojame nakvynei prie Keldyke upės, netoli ledyno pabaigos.

Visą dieną oras buvo puikus.



Lipimas į Perėją Zagadka Zapadnaja nuo Kolpakovskio ledyno



Lipimas į Perėją Zagadka Zapadnaja



Lipimas į Perėją Zagadka Zapadnaja. Žvilgsnis nuo perėjos atgal.



Nusileidimas nuo per. Zagadka Zapadnaja



Keldykė ledynu nusileidinėjame nuo Per. Zagadka Zapadnaja.



Keldykė ledynu nusileidinėjame nuo Per. Zagadka Zapadnaja į Keldyke upės slėnį.



Keldykė Ledynas. Žvilgsnis atgal.

8 diena. Rugpjūčio 8 d.

07:00 val. keliamės, oras geras – tik keli plunksniniai debesėliai. 10:10 val. išeinam. Einame dešiniuotu Keldyke upės krantu.

12:00 val. pasiekiam Keldykę ir Čon-Kyzil-Suu upių santaką ir toliau keliaujame dešiniuotu Čon-Kyzil-Suu upės krantu link FGS. 14:05-14:40 val. pralaukiame lietų su perkūnija. 15:00 val. kirsdami upę Karabatkak vietinių padarytu tilteliu būname prie FGS. Ties FGS yra trosinė perkėla su vežimėliu per upę. Persikeliam per upę, pasiimame iš FGS gyvenančių Kirgizų pasaugoti paliktus produktus, nusiperkame duonos bei kefyro. Sutinkame 12 žmonių lietuvių grupę. Tai pirmoji sutikta keliautojų grupė. 16:40 val. paliekame FGS ir judame Karabatkak upės slėniu dešiniuotu krantu aukštyn.

17:05 val. miške stojame nakvynės.



Perkėla per Čon-Kyzil-Suu upę ties FGS

9 diena. Rugpjūčio 9 d.

05:00 val. keliamės. 07:20 val. išeinam. Oras geras. Keliaujame Karabatkak upės dešiniuotu krantu aukštyn miško zona. Nuo Karabatkak ir Ailama upių santakos toliau keliaujama Ailama upės dešiniuotu krantu miško zona, po to pasibaigus miškui žolė. Oras geras. 11:30 val. pietūs. Nepriėjus Ailama ledyno nuo upės Ailama slėnio sukame į kairę (judėjimo kryptimi) ir kylame (apie 50 laipsnių) stambia morena aukštyn link perėjos Soan. Po to stambi morena tampa lėkšta ir pasimato perėja. Apie 18 valandą surandame turais pažymėtą vietą tarp akmenų prie vandens. Čia yra padaryta vieta dviem palapinėms, liekame nakvynei. Vakare prasideda smulkus lietutis.



1 Ailama upės slėnį link perėjos Soan



Ailama upės slėniu, nepriėjus Ailama ledyno pakilimas link perėjos Soan

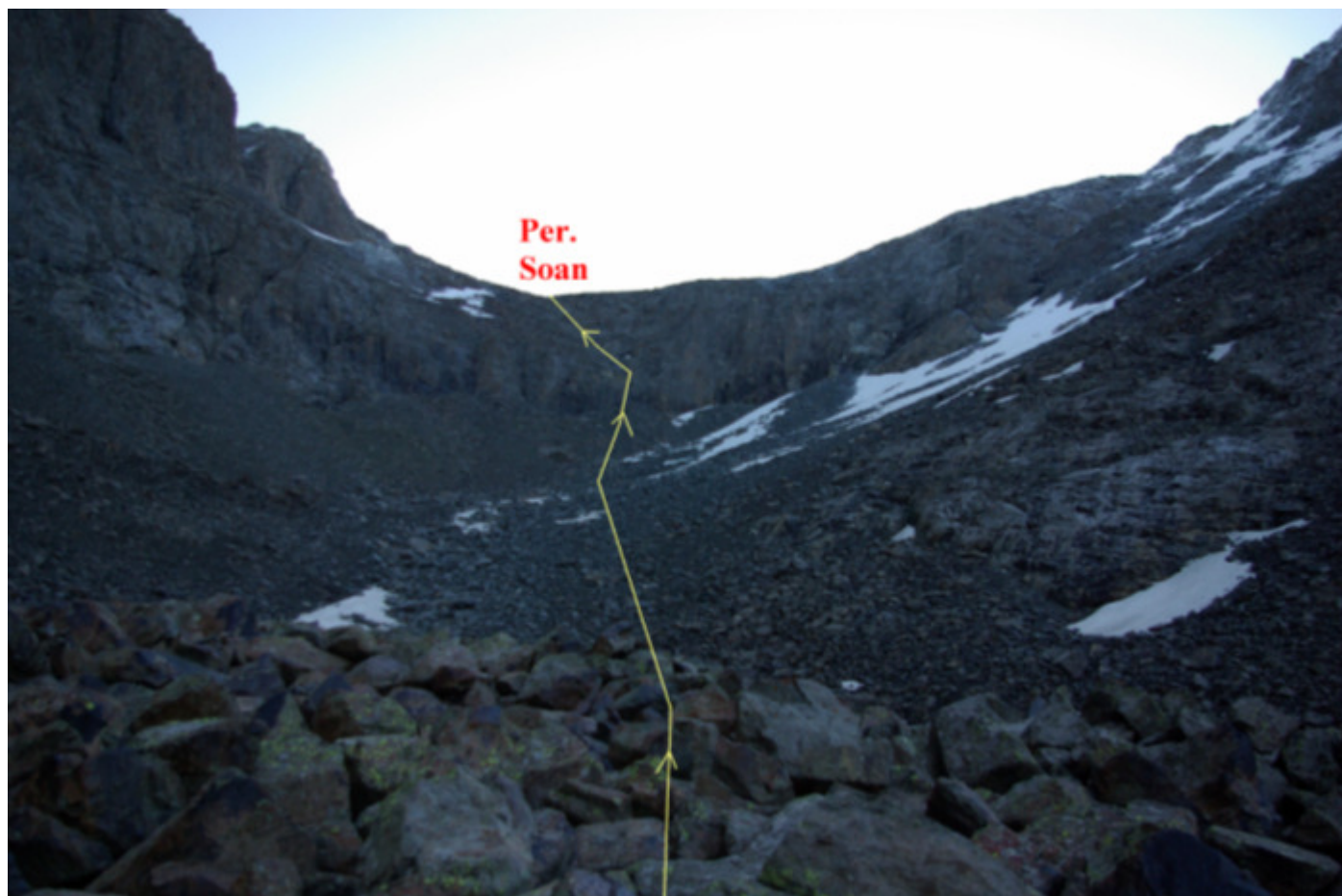


Stambia morena į perėją Soan

10 diena. Rugpjūčio 10 d.

04:30 val. keliamės. Visą naktį lijo, ryte nustojo. 07:00 val. išeinam.

08:00 val. prieiname apie 10 metrų uolinį vertikalų pakilimą. Pirmas žmogus lipa su viršutine sauga be kuprinės, pralipa vertikalų pakilimą, po to stambia morena praeina dar 10 metrų ir pakabina virvę ant kilpos, kuri jau buvo pakabinta ant akmens. Visi kiti žumaruoja į viršų su kuprinėmis, o pirmasis nusileidžia žemyn kuprinės. Po to pora šimtų metrų einame stambia morena iki perėjos. 9:30 visi būname ant perėjos. Ant perėjos yra sniego karnizas. Turas prie pat sniego karnizo pabaigos. Palapinėms vietos nėra, bet nakvoti saugiai galima. Vandens neradome, bet yra sniego. Nuo turo ir leidžiamės žemyn. Rimtas akmenų griūčių pavojus. Kabiname tris virves ant jau ant uolų pakabintų kilpų. Paskutinis leidžiasi dviguba virve ir ištraukinėja virves. Po to leidžiamės stambia morena. 13:00 val. sustojam prie didesniojo ežerėlio papietauti, girdisi griaustiniai, tačiau nelyja. Toliau keliaujame upės Baitor slėniu žemyn, kairiąja upės puse, iki santakos su Ailanyš upe. Per Baitor upę yra tiltelis, persikeliame į kitą Baitor upės pusę ir keliaujame Ailanyš upės slėniu aukštyr kairiąja upės puse. 18:30 val. stojam nakvynei prie miško netoli Ailanyš ir Arčalytor upių santakos.



[perėja Soan



Lipimas į perėją Soan



Ant peréjos Soan



Žvilgsnis nuo perėjos Soan į nusileidimo pusę



Nusileidimas nuo perėjos Soan



Nusileidimas nuo perėjos Soan

11 diena. Rugpjūčio 11 d.

05:00 val. keliamės. 07:15 val. išeinam. Brendame per Ailanyš upę į dešinią jos krantą. 07:30 val. visi jau kitam upės krante, šlapiom kojom, bet sausais batais. Toliau keliaujame Arčalytor upės slėniu ir ieškome slėnio vedančio link G.Akstino viršūnės. 13:00 val. įsukus į vieną iš šalutinių slėnių pietaujam. Paaiškėja, kad įsukom ne į tą slėnį, taigi šiek tiek grįžtam atgal ir traversuojam akmenimis link reikiamo slėnio.

15:00-15:30 val. prasėdim lietų ir traversuojam toliau.

17:00 val. užlipam į reikiamo slėnio pradžią, kur randam aikštelę 2-3 palapinėm ant morenos, priešais ežerą. Čia ir sustojam.



Brendame į kitą Ailanyš upės krantą



Link G.Akstino ir Severnyj Arčalytor perėjos(ištiesinė linija teisingas kelias, punktyrine – neteisingas kelias)



Ledynas Arčalytor ir Gedimino Akstino viršūnė. Nuotrauka daryta iš nakvynės vietos

12 diena. Rugspjūčio 12 d.

03:00 val. keliamės, valgom, blogas oras, lyja. 05:00 val. vis dar lyja, laukiam kol oras pagerės.

10:00 val. išeinam. Apeiname ežerą dešiniąja puse (judėjimo kryptimi), susirišame į du ryšius, lipame ant Arčalytor ledyno ir pereiname į ledyno dešiniąją pusę. Laikydami dešiniąją pusę palei uolų ir sniego ribą kylame į G. Akstino viršūnę. Sniego labai daug, didelis lavinų pavojus. 13:30-14:15 val. pietaujame. Lipame toliau, likus maždaug valandai iki viršūnės paliekame kuprines, nes reiks čia grįžti ir toliau judėti link perėjos Severnyj Arčalytor.

17:30 val. užlipam į G.Akstino viršūnę. 18:00 val. atsidžiaugę pirmąją viršūnę, pradedam leistis. Pasiimame kuprines ir judam link perėjos Severnyj Arčalytor. Perėja dviguba, t.y. panašu kad galima leisti tiek vienoje pusėje, tiek kitoje. Pasirenkame labiau nutolusią ir 19:00 val. jau ant perėjos Severnyj Arčalytor, iškart leidžiamės, ant uolų esančių kilpų pakabiname 2 virves. Perėjoje nemažai sniego, nors pagal aprašymus turėtų būti tik akmenys. Toliau judame žemyn stambiais „gyvais“ akmenimis. Labai didelis akmenų griūčių pavojus.

19:30 val. nusileidžiam nuo perėjos ant ledyno ir čia pat liekame nakvynei šalia kitos lietuvių grupės(grupė iš KTU žygeivių klubo „Ažuolas“).



Lipimas į G.Akstino viršūnę ir link perėjos Severnyj Arčalytor



Ant G. Akstino viršūnės



[Severnyj Arčalytor perėją



Severnyj Arčalytor perěja



Severnyj Arčalytor perěja

13 diena. Rugpjūčio 13 d.

05:00 val. keliamės. 08:00 val. išeinam. Einame ledyno viduriu žemyn, po to kairiau. Išeiname ant morenos. Leidžiamės morena. Laikomės kairės pusės, tačiau ten uolos su nuobirynu. Ilgai leidžiamės labai pavojingu nuobirynu. Reikėjo laikytis labiau dešinės pusės. 11:00 val. nusileidžiam ant Ontor ledyno. 11:40 val. išsikrovę ir paslėpę daiktus, tuščiom kuprinėm išeinam link Karakolo alpinistinės stovyklos. Pradžioje einame ledyno kairiąja puse, po to Ontor upės slėnio kairiąja puse. 13:00-13:40 val. pietūs. 15:30 val. pasiekiame alpinistinę stovyklą. Pasiimame paliktą saugoti maistą trečiam žygio etapui. Nakvojame išsinuomotoje palapinėje ir miegmaišiuose.



Ontor Ledyno pabaiga. Ontor upės slėnis.

14 diena. Rugpjūčio 14 d.

03:00 val. pusryčiaujam, lyja. Einam miegot. 08:30 val. išeinam, nors vis dar šiek tiek lyja. Einame atgal Ontor upės slėniu. 12:30-13:15 val. pietaujam. 15:00 val. Ateinam iki paliktų daiktų ant Ontoro ledyno. Nebelyja. Keliaujame Ontor Ledynu link Perėjos Džgit. 19:00 val. Apsistojam ant morenos ant Ontoro ledyno.



Ontor ledynas. Link perėjos Džigit.

15 diena. Rugpjūčio 15 d.

04:00 val. keliamės. 06:30 val. išeinam. Po kelių minučių prasideda smarkus lietus/sniegas – greitai statom palapinę ir visi sulendame į ją. 08:40 val. oras pasitaiso, netrukus išeinam. Susirišame į du ryšius. Ant ledyno sniego daug, kartais pasitaiko plyšių. Pradedame lipti į Džigito perėją. Lipame ryšiais. Apeiname plyšius. 12:30-13:00 val. pietūs. Toliau ryšiais lipame nuožulnia ketera. Sniego iki pusės. Užlipame ant keteros ir einame toliau ketera klampodami sniege iki pusės. 17:00 val. statome palapines ant keteros esančioje snieginėje aikštelėje, visai netoli uolinio keteros ruožo(vadinamo „Žandarmais“) .



Ketera vedanti į perėją Džigit



Lipimas į perėją Džigit

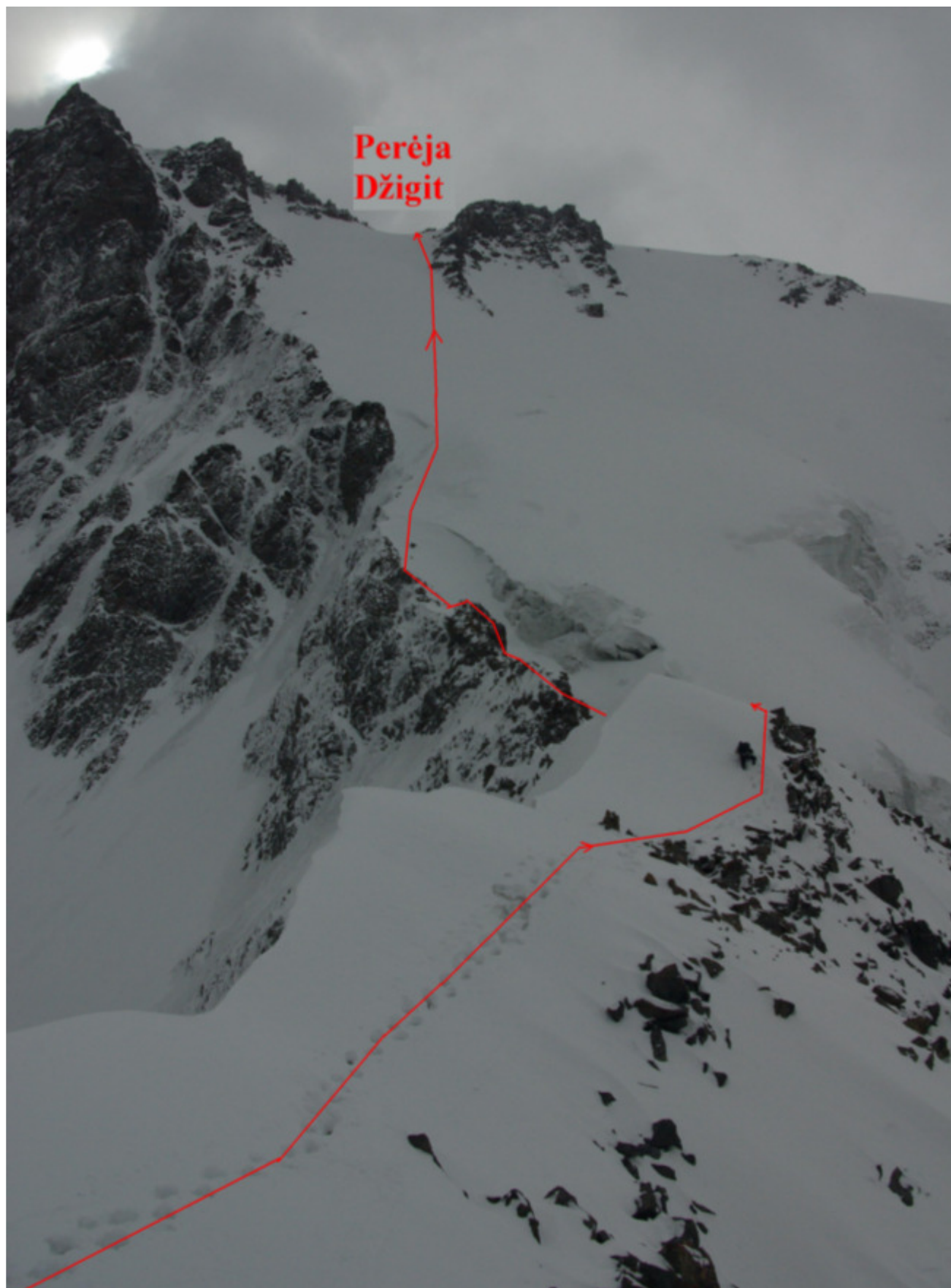


Nakvynė ant keteros

16 diena. Rugpjūčio 16 d.

03:00 val. keliamės, pusryčiaujam. Sninga. 05:00 val. susikrauname daiktus kuriuos galime ir einame miegoti toliau. Pagerėjus orui 09:00 val. einame ketera. Sniego virš kelių. 10:00 val. kabiname pirmą virvę ant uolų (pirmojo žandarmo). Pirmąjį žandarmą praeiname lipdami tiesiai per jį, antrąjį - laikėmės šiek tiek dešiniau (judėjimo kryptimi), trečiąjį - tiesiai per jį. Ant žandarmų pakabinome 4 virves. Oras pagedo, pradėjo pustyti, snigti, šalti, matomumas kartais dingdavo visai. Po to kylame sniego-ledo šlaitu, pakabinome 7 virves ant ledsriegių. Kad įsukti Ledsriegius, reikėjo kasti apie 50cm sniego duobes. Kildami ledo-sniego šlaitu artėjome prie uolų esančių dešinėje pusėje (judėjimo kryptimi.) Po to palei uolų ir sniego ribą kilome į viršų pakabinę 4 virves ant uolų kilpomis bei uolų kabliais. Iš viso kildami pakabinome 15 virvių.

21:00 val. sutemus ir pūgoje visi užlipome ant Džigito perėjos. Oras visą dieną buvo labai blogas. Turas ant kairėje (užlipimo kryptimi) esančių uolų. Perėja tai didelis sniego laukas. Nakvojame ant perėjos.



Lipimas į perėją Džigit



Uolinis maršrutas ant keteros(žandarmai)



Uolinis maršrutas ant keteros(žandarmai)



Ketera

17 diena. Rugpjūčio 17 d.

05:00 val. keliamės. 09:30 val. susirišę į du ryšius išeinam į Džigito viršūnę kuprines palikę ant perėjos. Oras nuostabus, nei vieno debesėlio. Įkopimo kelias aiškiai matomas.

11:20 val. pasiekiam viršūnę. Turas ant uolų. Viršūnė - nedidelė sniego aikštelė. 12:00 val. leidžiamės nuo Džigito viršūnės.

13:00 val. pradedame leisti nuo Džigito perėjos link Vakarinio Karakolto ledyno. Einame uždaru ledynu žemyn, sniego virš kelių, pasitaiko plyšių. Laikomės kairės pusės. Prieiname uolas. Pakabiname vieną virvę ant uolos

esančios kilpos ir leidžiamės uolų ir sniego riba saugodamiesi lavinų bei galimų akmenų griūčių. Iš viso taip pakabiname 4 virves. Po to nusileidžiame paprastai iki plokščios ir saugios vietos. Šalia mūsų lygiagrečiai mūsų judėjimo keliui nuslenka lavina. Buvo pasirinktas netinkamas nusileidimo laikas - vidurdienis, kai sniegas aptirpęs ir lavinų pavojus ypatingai didelis. 15:35 val. visi apačioje.

16:00 val. einame ledynu žemyn. Kuo toliau nuo perėjos, tuo mažiau sniego. Plyšių nedaug.

19:30 val. nusileidom iki Vakarinio Karakoltor ledyno pabaigos. Stojame nakvynei ant morenos. Oras puikus visą dieną.



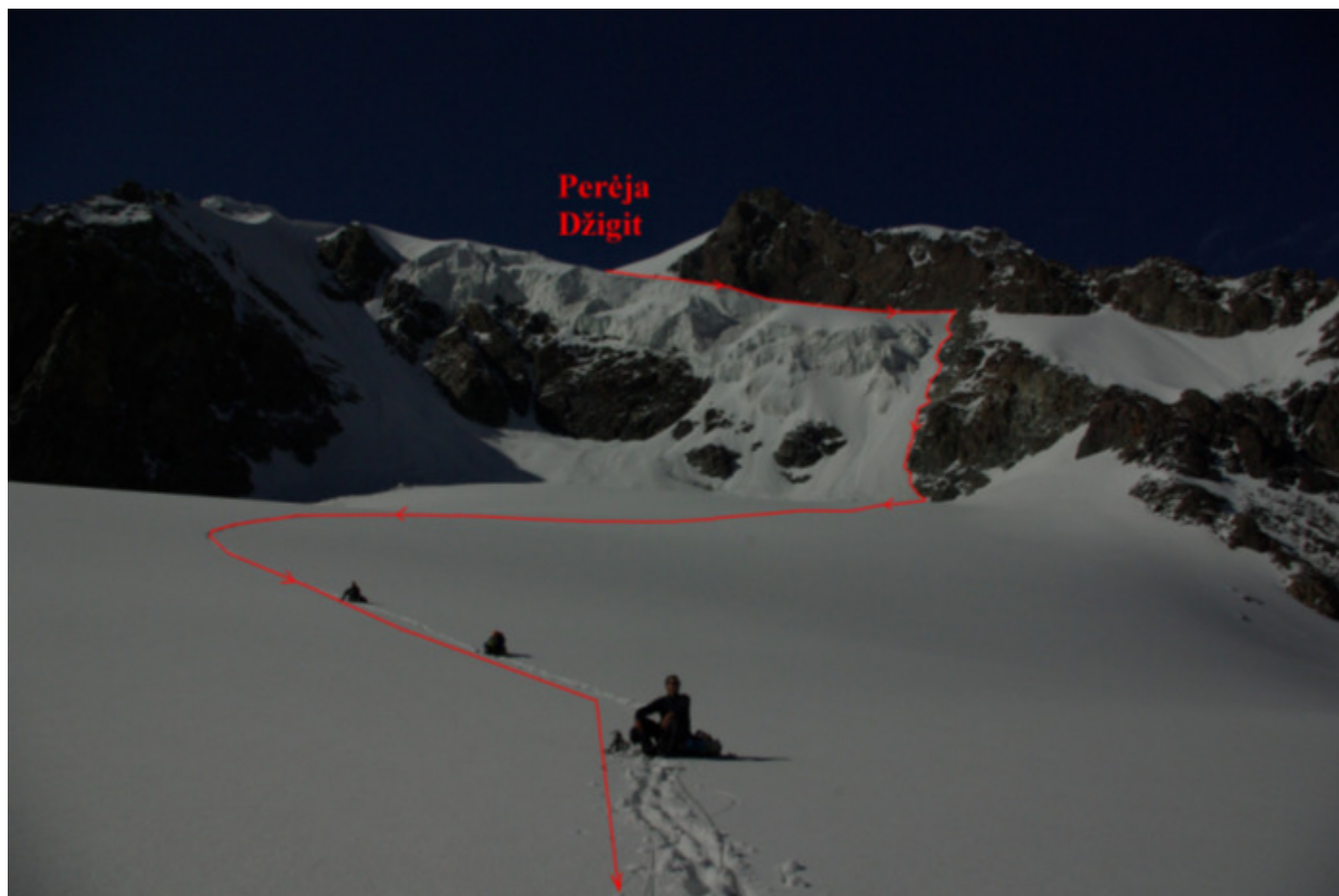
Ant Džigito perėjos



Lipimas į Džigito viršūnę



Ant Džigito viršūnės. Matosi Karakolo viršūnė.



Nusileidimas nuo perėjos Džigit

18 diena. Rugpjūčio 18 d.

05:00 val. keliamės. 07:45 val. išeinam. Einame palei upę ištekančią iš Vakarinio Karakoltor ledyno iki upės ištekančios iš Rytinio Karakoltor ledyno ir persikeliam per ją į kairįjį krantą. Tada kylame morena aukštyn iki ledyno. 11:00 val. užlipame ant Rytinio Karakoltor ledyno. Ledynas atviras, plyšių nėra. 11:45 val. pietaujame. 13:00 val. baigiam pietaut ir einame toliau. Sniego daugėja, susirišame į ryšius. Netrukus prasideda plyšiai, ledokrytis. Laviruojame tarp plyšių ledokryčio labirinte. Sniego virš kelių. Pradedą snigti, pustyti, matomumas prastėja. 19:00 val. visi užlipame ant perėjos. Perėja yra didelis sniego laukas. Turo nėra. Nakvojame ant perėjos. Sninga.



Link Rytinio Karakoltor ledyno link perėjos Ukraina



Perėja Ukraina



Link perėjos Ukraina



Nakvynė ant perėjos Ukraina

19 diena. Rugpjūčio 19 d.

03:00 val. keliamės. Pavalgom. Vis dar sninga. Miegam. 11:30 val. dedamės apraišus ir visą įrangą, einam tikrint karnizų, bet užėina visiška pūga ir visi priversti grįžti į palapines. Po pusvalandžio, pradėjus virt pietus, pūga aprimsta. 13:30 val. papietavus vėl einam žiūrėti karnizų. Surandame vietą tinkamą nusileidimui nuo perėjos-kur karnizas mažiausias. Toje vietoje nudaužome karnizą. Padarome aikštelę. 15:30 val. pakabinama pirma virvė ant perėjos padarytos aikštelės įsukant ledsriegį. Ant perėjos paliekam 1 karabiną ir 1 ledsriegį, nes dėl virvių perlenkimo didelė galimybė, kad virvė ištraukinėjant ledsriegį per atstumą, gali užstrigti. Tad paskutinis leidžiasi dviguba virve. Ištraukinėjant pirmąją virvę, ji užstrigo ir teko kilti į viršų tvarkyti sistemą. Priežastis buvo virvių apledėjimas ir prastas jų lankstumas. Užėjo pūga ir kartais nebebuvo jokio matomumo. Dar 4 virvės pakabintos ir ištrauktos naudojant išsisukantį per atstumą ledsriegį. Pirmą virvę leidžiamės 90 laipsniu kampu. Antra virvė apie 80-70 laipsnių, po to kitos virvės 70-50 laipsnių kampu. Paskutinė virvė pakabinama per bergšrundą. 18:45 ištraukiama paskutinė virvė. Toliau einame ryšiais žemyn. Maždaug valandą paeiname iki lygios aikštelės ant Čon-Uzen ledyno ir stojame nakvynei ant sniego. Sninga, stipriai pučia vėjas ir šalta.



Nusileidimas nuo perėjos Ukraina



Nusileidimas nuo perėjos Ukraina



Nusileidimas nuo perėjos Ukraina

20 diena. Rugpjūčio 20 d.

05:00 val. keliamės. Vėjas toks stiprus, kad stovėti tiesiai nelabai išeina, tačiau nesninga, tik pūsto. 09:30 val. išeinam, per 45min nusileidžiam nuo ledyno ant morenos. Toliau einame Čon-Uzen upės slėniu. 13:00 val. pietūs. Po to Altyn-Arašan upės slėniu iki Kurtorto Altyn-Arašan(karštųjų šaltinių).

17:30 val. ateinam į karštuosius šaltinius. Čia randame Algimanto Jucevičiaus grupę. Algimantas mums suorganizuoja transportą į Karakolo miestą.

4. Maistas

4.1. Maisto produktai

Produktas	Kartai	Gr. Žmogui	1 kartas	Viso	Pirkimas
Makaronai	12*70	840	350	4200	Užusieny
Gričiai (гречка)	8x60	480	300	2400	Užusieny
Ryžiai	6x60+2x40(sriubai)	440	300	2200	Užusieny
Sorai (просо)	4x60	240	300	1200	Užusieny
Manai (манная крупа)	2x70	140	350	700	Užusieny
4 grūdai [Ryžiai]	2x60	120	300	600	Užusieny
Lešiai (чечевича) [Gričiai]	2x60	120	300	600	Užusieny
Kus-kus [Ryžiai]	2x60	120	300	600	Užusieny
Kukurūzai [Makaronai]	2x60	120	300	600	Užusieny
Džiovintos daržovės	30+5x20+2x20(košei)	170	150/100	850	LT
Sviestas	5x10	80	80	400	LT
Pieno milteliai	9x10	90	50	450	LT
Džiovintos slyvos	5x30	150	150	750	Užusieny
Razinos	2x40	80	200	400	Užusieny
Mėsa	23x40+2x20	960	200	4800	LT
Lašiniai	15x30	450	150	2250	LT

Dešra	12x30	360	150	1800	LT
Vytinta mėsa	6x30	180	150	900	LT
Duona	20x50	1000	250	5000	LT
Kazinakas	7x50	350	250	1750	Užusieny
Chalva	4x50	200	250	1000	Užusieny
Šokoladas	11x50	550	250	2750	Užusieny
Sūris	20x40+10x40(košei)	1200	200	6000	LT
Energetiniai batonėliai	3x40	120	200	600	LT
Gėrimas	10x5	50	25	250	LT
Barankos	6x50	300	250	1500	Užusieny
Meduoliai	5x50	250	250	1250	Užusieny
Džiūvėsiai	6x50	300	250	1500	Užusieny
Sausainiai	3x50	150	250	750	Užusieny
Džiovinti vaisiai	20x40	800	200	4000	Užusieny
Riešutai	20x30	600	150	3000	Užusieny
Bombonkės	20x20	400	100	2000	Užusieny
Arbata	34x5	102	5	510	LT
Kakava	2x125	50	125	250	LT
Cukrus	40x20+5x10(košei)	850	100/150	4250	Užusieny
Sriubos	2x20	8	20	40	LT
Prieskoniai	40x3	116		580	LT
Kisielius	2x150	60	150	300	LT
Džemas	2x25	50	125	250	LT

Viso	12646	63230
------	-------	-------

Visas svoris	63,230 kg
Vienam žmogui	12.626
Žmogui per dieną	0.632

Svoris iš Lietuvos	25,23 kg
Svoris žmogui LT	5,046 kg
Pirkimas nuskridus	38 kg
Kiekvienam po	7,6 kg
Viso	63,23 kg
Kiekvienam po	12,646 kg

4.2. Pastabos

Dėl ribojamo bagažo svorio lėktuve beveik du trečdalius maisto pirkome Karakolo turguje. Kainos šiek tiek žemesnės, bet greitai gendančių maisto produktų patartina nepirkti, nes ten higienos sąlygos ne per labiausiai vertinamos. Didysis turgus nėra labai didelis, todėl apsipirkome per maždaug dvi valandas. Neradom tik kus-kus, ir keturių grūdų košės(paėmėm atskirai skirtingų grūdų). Pastebėtina, kad pardavėjai labai malonūs. Net ir paprašius 10 maišelių po 420g, pardavėja mielai sutiko vos ne gramo tikslumu susverti cukrų.

Dėl ribojamo bagažo svorio lėktuve beveik du trečdalius maisto pirkome Karakolo turguje. Kainos šiek tiek žemesnės, bet greitai gendančių maisto produktų patartina nepirkti, nes ten higienos sąlygos ne per labiausiai vertinamos. Didysis turgus nėra labai didelis, todėl apsipirkome per maždaug dvi valandas. Neradom tik kus-kus, ir keturių grūdų košės(paėmėm atskirai skirtingų grūdų). Pastebėtina, kad pardavėjai labai malonūs. Net ir paprašius 10 maišelių po 420g, pardavėja mielai sutiko vos ne gramo tikslumu susverti cukrų.

Daugiausia pirko maisto pakavome į porcijas skirtas vienam kartui visai grupei. Tai labai patogu, jeigu viso žygio metu grupė eina kartu ir neišsiskiria, nes priešingu atveju arba reiktų perpakuoti vos ne viską iš naujo arba keisti maisto porcijų svorius žmogui/pusryčiams, pietums, vakarienei.. Pakavome lipnia juosta. Pastebėjimas, kad sausainius,

džiūvėsius ir panašų maistą reiktų papildomai įdėti į kelis maišelių sluoksnius, nes po to visą laiką teks mėgautis neišdildomu lipnios juostos skoniu bei aromatu.

Parinktas beveik idealiai, galima labai nežymiai mažinti. Su visais prieskoniais, arbatom ir t.t žmogui gavosi po 632g į dieną. Per didelio alkio kęsti niekada neteko. Pirmojo „rato“ metu maisto buvo per daug dėl visai grupei pasireiškusių neigiamų aklimatizacijos potyrių.

Iki žygio pabaigos be problemų išsilaikė spirgai(tetrapakuose), dešros(teptos aliejumi ir įvyniotos į kepimo popierių), sviestas(sūdytas) bei džiovinta duona. Ne hermetiškose pakuotėse buvęs fermentinis sūris jau žygio viduryje pradėjo pelyti. Nustatėm, kad dėl ilgesnio virimo tik pajvairinimui tinkamos košės yra lęšiai ir kukurūzai. Visos kitos verda proto ribose. Pastebėta, kad esant problemų su virškinimu patartina nevalgyti džiovintų slyvų, kurios greitina vidurių laisvėjimo procesą. Per pietus itin džiugai buvo pasitinkamas kazinakas. Riešutų ir džiovintų vaisių reikia stengtis imti kuo įvairesnių, nes žmonių skoniai šioje srityje pasirodo labiausiai skiriasi. Iš prieskonių vartojom tik persiladą(česnakas ir petražolės) bei druską. Pipirų net nepalietėm.

Kurą benzininėms viryklėms pirkome Kazakstane. Mūsų manymu Kazakstane benzinai yra geresnis nei Kirgizijoje. Viryklės nesikimšo, o kolegų, kurie pirkė benziną Kirgizijoje, viryklės kimšosi.

5. Finansai

Vienam žmogui kelionė kainavo apie 2500 Lt(1370 Lt lėktuvo bilietai, vizos 150 Lt , 90-130, išlaidos kelionėje apie 800 Lt).

6. Vaistai

1	Instrumentai, tvarsliaivos		
2	Žaizdų, sumušimų, nudegimų, nušalimų apdorojimas		
3	Nuskausminamieji, karštį mažinantys		
4	Kvėpavimo sistemos		
5	Širdies-kraujotakos sistemos		
6	Alergijai, uždegimams, akims		
7	Virškinamojo trakto		
Pavadinimas	Kiekis	Vartojimo tikslas	Vartojimo būdas, pastabos
1. INSTRUMENTAI, TVARSLIAIVOS			
Guminės pirštinės (sterilios)	2 poros	darbui su atviromis žaizdomis	stengtis naudoti kontaktuojant su krauju.
Žgutas-naudosime drabužius, virvutes		arteriniam kraujavimui stabdyti	- žgutą dėti tik ant drabužių, arba po juo padėti medžiagos; - žgutą vežti tik tol, kol kraujas nustos tekėti, toliau žguto neveržti; kas 45min atleisti po 2-3min - dedant žgutą peties srityje, jį dėti viršutiniame peties trečdalyje
Vata, medicininė	1 pak.	apvalymui, tvarščiams	
Antibakterinės servetėlės	3 vnt.	nedidelėms žaizdoms nubrozdinimams valyti	
didelis trikampio formos tvarstis	1 vnt.		
Švirkštas, 5ml, su adata	2 vnt	vaistams suleisti	prieš leidžiant įsitikinti, kad adatoje ir švirkšte nėra oro burbuliukų.
Švirkštas, 2,5ml, su adata	5 vnt		
medicininis siūlas ir adata			siuvant žaizdą kas kiekvieną dygstį siula nupjauti ir surišti mazgą
Sterilus bintas, 10-14 cm	5 rul.	tvarstymui	
Pleistras, baktericidinis,	2 pak.	žaizdų tvarkymui	

įvairių dydžių			
Pleistras, ruloninis, 25 mm	3 vnt.	žaisdų tvarkymui	
Elastinis bintas	1 vnt.	šūnariams sutvirtinti	
Spiritas, 96%	0.3 l	dezinfekcijai	jei įmanoma, papildomai dezinfekuoti apdeginant įrankį, nes spiritas nežudo bakterijų 100%. Supakuota atskirai.
Amoniakas	<10ml	prikėlimui	atidarytą buteliuką trumpam prikišti prie nosies.
2. ŽAIZDŲ, SUMUŠIMŲ, NUDEGIMŲ, NUŠALIMŲ APDOROJIMAS			
Vandenilio peroksidas, 3%	50 ml	Žaisdų praplovimui.	Skaudant gerklę skalauti: 1 valg. Šaukštas į stiklinę vandens. Kraujavimui iš didesnių kraujagyslių plaut netinka, nes putajant gali pareikti oro.
Pantenolio tepalas	1 tiub., 25g	antiseptinis tepalas žaisdoms. Didelėms žaisdoms, pūliuojančioms	užtepti ant švarios žaisdos.
Dolobene Gel, tepalas	1 tiub.,	nuo sumušimų, šūnariams ir t.t.	tepti ant odos, neįtrinti, palikti, kad susigertų
3. NUSKAUSMINAMIEJI, KARŠTĮ MAŽINANTYS			
Acetilsalicilo rūgštis (Aspirinas), tabletėmis	9 tabl.	nuo skausmo, temperatūros, persalimo.	persišaldžius - 1 tabletę 2-4 kartus per dieną
antibiotikai: Doxyciklin, Ospamox	22 tabl.	prie uždegimų, pvz. supūliavus ausims, dančiui. peršalus.	1 tabletę 2 kartus per dieną.
Ketanov, tabletėmis	10 tabl.	nuo skausmo, netinka nuo galvos skausmo	skaudant - 1-2 tabletės 4 k/d. ne ilgiau kaip penkias dienas. Nevartoti kitų vaistų
Ketvanovas, ampulėmis	5 amp.	nuo potrauminių skausmų	Tik kraštutiniu atveju, jei nėra vidinio kraujavimo. Į raumenis. 1amp. 1-2k/d
Ibuprofen, tabl.	40 tabl.	nuo dantų skausmo, reumatinių skausmų, nuo temperatūros, kalnų aukščio sukulto galvos skausmo	
No-špa, tabletėmis, 40mg	10 tabl.	nuo lygiųjų raumenų spazmų- pilvą skauda, žarnyną. Nuo skausmo	2 tabletės 3 kartus per dieną.
4. KVĖPAVIMO SISTEMAI			
Bromheksinas, tabletėmis	10 tabl.	atsikosėjimui	2 tabletės 4 kartus per dieną.
ACC	15 tabl.	kvėpavimo takų valymui	2 tabl/ d. Išstipinti stiklinėje vandens
Pinosol, lasai į nosi	10 ml.	nosiai ir gerklei	
Dolo-angin	20 tabl.	gerklei, kai skauda, antibakterinis	2-6 tabletės per dieną.
Coldrex	3pak	karštas gėrimas nuo peršalimo	neduoti Gintarui, turi paracetamolio!
5. ŠIRDIES-KRAUJOTAKOS SISTEMAI			
Nitroglicerinas	1 pak. X 10 tabl. (nėra)	stenokardijai - stipriam spaudžiančiam skausmui širdies srityje, pereinančiam į kairę ranką, vos ne prie infarkto	1 tabl. dėti po liežuviu. Po suvartojimo pusvalandį nejudėti. jei po 5min negerėja dėti dar 1ted. , viso ne daugiau trijų
Validolis	20 tabl.		

6. ALERGIJAI, UŽDEGIMAMS, AKIMS			
Tavegyl, tabletėmis	10 tabl.	nuo alergijos	1 tabl. Prieš valgį, ne daugiau 6 tabl. Per parą.
Adrenalino ampulės	2 amp.	anafilaktinis šokas dėl alergijos, t.y. Krenta kraujospūdis.	alergijos: leisti į sėdmens raumenį neskiedus. reanimacijai: į veną 10 kartų skiestas su krauju. į 10ml švirkštą sutraukiamas 1ml adrenalino, įdūrus į veną pritraukiamas kraujo, mišinys sušvirkščiamas atgal.
Oculoheel lašai	5 but.	nuo akių uždegimo	
7. VIRŠKINAMOJO TRAKTO			
Aktyvuota anglis, tabletėmis	30 tabl.	medžiagų virškinamajame trakte absorbcijai. Nuo apsinuodijimo, pilvo putimo	5-10 tablečių. Nenaudoti kitų preparatų, nes bus neveiksmingi.
Mezym forte	32 tabl.	virškinimui pagerinti	1-2 tablete po valgio
Loperamid, tabletėmis	20 tabl.	nuo viduriavimo	1 tabl. 3-4 kartus per parą. Stengtis surast skystų vidurių priežastį ir ją pašalinti
Cerucal, tabletėmis	30 tabl.	nuo pykinimo. Apsinuodijus, sustojus skrandžio darbui.	1 tabletė 3 kartus per dieną. Naudoti tik esant tuščiam vėmimui. siek tiek migdo. Galima gerti profilaktiškai po apsinuodijimo
Cerucal, ampulės	1 amp.	jei labai pykina, vemiamo.	
Laxantes	10 tabl.	laisvina vidurius	

7. Išvados, rekomendacijos.

Žygis pavyko sėkmingai. Šis rajonas labai gražus ir įdomus. Mums teko keliauti įvairaus pobūdžio maršrutais (snieginiais, uoliniais, lediniais). Aplankėme didžiausius rajono ledynus (Kolpakovskio, Ontor...). Kelis kartus kirtom pagrindinį kalnagūbrį. Žvilgtelėjom į snieguotojo Ak-Sirak rajoną. Faktiškai 95 procentus suplanuoto maršruto pavyko praeiti. Prieš žygį buvo suplanuota daug alternatyvių maršrutų nuo 3 iki 5 sudėtingumo kategorijų ir daug avarinių variantų.

Visi žygio dalyviai sėkmingai praėjo maršrutą.

Šiais metais Tian Šanio kalnai mus lepino ypatingomis oro sąlygomis, buvo labai dažni krituliai, ir labai daug sniego. Dėl sniego kiekio labai sudėtinga prisitraukinėti ledynais prie perėjų, bei perėjose jas praeidinėjant sniego kiekis reikalavo labai daug laiko. Dėl tokių sudėtingų oro sąlygų žygio metu neturėjome nei vienos pilnos poilsio dienos. Pirmame rate, vietoje planuotų penkių dienų sugaišome aštuonias, maisto pasiėmėme šešioms dienoms, bet dėl aklimatizacijos pasireikšto poveikio maisto užteko. Aklimatizacija siek tiek per greitą, tikriausiai prieš tai į maršrutą reikėjo įtraukti lengvesnės kategorijos ir žemesnio aukščio perėją. Antroje žygio dalyje pasirinkome šiek tiek lengvesnį maršrutą, kad galėtumėme pasivyti užsibrėžtą maršruto grafiką. Trečioji žygio dalis faktiškai atitiko mūsų planuotą grafiką.

Dėl didelio sniego kiekio ir galimo lavinų pavojaus dažniausiai rinkdavomės sudėtingesnį maršrutą, bet saugesnį. Lipant į Kolpakovskio perėją pasirinkome kitą maršrutą nei aprašymuose aprašyta buvo, todėl vietoj planuoto pusdienio į perėją įlipome per dvi dienas. Lipimo laiką įtakojo ir nepalankios oro sąlygos bei didelis sniego sluoksnis. Perėja Džigit, Ontor ledyno pusėje, yra ganėtinai saugi lavinų pavojų atžvilgiu, tačiau pavojinga iš Karakoltor ledyno pusės, ypač vidurdienį, kai sniegas ištįžęs.

Nusileidinėjant nuo perėjos Ukraina link Čon-Uzen ledyno būtina kuo daugiau apkapoti ant perėjos susiformavusį karnizą.

Terskej Alatau rajoną galima rekomenduoti vykdyti 1-6 kategorijos žygiams. Maršrutų įvairumas (snieginis, ledas, uolinių) šiam rajonui suteikia ypatingą žavesį.

Labai nesudėtinga susiorganizuoti maisto užmetimą į skirtingas maršruto vietas.