



NATUR- UND ERLEBNIS-REISEN INS BERGIGE ADYGEA



Федеральное министерство
окружающей среды, охраны природы
и безопасности ядерных реакторов



Umwelt
Bundes
Amt
Für Mensch und Umwelt



NATUR- UND ERLEBNIS-REISEN INS BERGIGE ADYGEA

Diese Veröffentlichung wurde von Komitees für Tourismus und Kurorte der Republik Adygea in Zusammenarbeit mit dem Naturschutzbund NABU e.V. vorbereitet. Diese Zusammenarbeit ist entstanden aus dem Projekt „Entwicklung von Ökotourismus im Naturpark „Bolshoj Tchatsch“ – Weltnaturerbegebiet „Westkaukasus“, gefördert durch das Bundesministerium für Umwelt, Naturschutz und Reaktorsicherheit und das Umweltbundesamt im Rahmen des Beratungshilfeprogramms für den Umweltschutz in den Staaten Mittel- und Osteuropas.



Федеральное министерство
окружающей среды, охраны природы
и безопасности ядерных реакторов



Umwelt
Bundes
Amt
Für Mensch und Umwelt



© Derziyan, Kovalev, 2011
© ООО «Katschestvo», 2011

Redaktion: **Genrich Derziyan**
Text: **Genrich Derziyan, Vitalij Kovalev**
Übersetzung: **Vitalij Kovalev, Nicole Kovalev**
Fotos: **Sergej Trepets, Arkadij Kirnos, Alexej Parfenov**
Gestaltung: **Tatjana Kandraschova**

Gedruckt in ООО „Katschestvo“, Republik Adygea, Majkop, Ul. Krestjanskaja 221/2

*Sehr geehrte Damen und Herren,
liebe Gäste,*

wir leben in einer Zeit, in der das Bedürfnis nach aktivem Urlaub in der Natur mit viel Ruhe und weit entfernt von allem Stress immer größer wird. Einfach mal die Umgebung wechseln und sich vom Straßenverkehr erholen, zusammen mit Familie und Freunden nach langen Stunden im Büro etwas für die Fitness tun oder in ein Abenteuer eintauchen – genau so einen Urlaub können Sie in unserer gastfreundlichen Republik im Süden der Russischen Föderation verbringen.

Wir laden Sie in das Bergland Adygea ein, das alle Voraussetzungen für einen aktiven, umweltverträglichen Urlaub in der freien Natur bietet!

Die Perle Adygeas ist der Westkaukasus mit seinen unberührten Landschaften. Deshalb wurde er in die Liste des Weltnaturerbes der UNESCO eingetragen. Die einzigartigen, von industrieller Entwicklung und menschlicher Siedlungstätigkeit noch unbeeinträchtigten Gebiete umfassen den gesamten Süden unserer kleinen Republik und bergen einzigartige Landschaften des Hochgebirges



ähnlich der Alpen, allerdings ohne schwerwiegende Folgen menschlicher Eingriffe.

Neben der ursprünglichen Natur erstaunen den neugierigen Besucher die große Anzahl geologischer, botanischer und zoologischer Besonderheiten sowie viele kulturelle und historische Sehenswürdigkeiten. Jeder kann sich mit den Traditionen und der Kultur der Adygen, Russen, Kasachen, Tataren, Armenier und anderer Völker vertraut machen, die hier friedlich zusammenleben.

Der Tourismus in Adygea besitzt langjährige Traditionen und Erfahrungen. Das Personal ist für die Betreuung der Besucher gut geschult. Erfahrene Begleiter helfen Ihnen nicht nur, eine Vielfalt bunter Emotionen und Eindrücke bei aktiver Erholung zu erfahren, sie sorgen auch für Ihr Wohlbefinden.

In dieser Broschüre finden Sie viele verschiedene Möglichkeiten, sich – in Abhängigkeit von der Jahreszeit und Ihren Interessen - zu erholen. Es ist Zeit, in Adygea Urlaub zu machen!

Wladimir Petrow
Leiter des Komitees für Tourismus und Erholung der Republik Adygea

Liebe Naturfreunde,

in Ihren Händen halten Sie eine Broschüre über die wunderschöne Natur Adygeas. Es ist ein sehr gastfreundliches Land, dessen Besuch sich lohnt. Ich kann es Ihnen aus eigenem Erleben wirklich empfehlen. Gerade naturbegeisterte Besucher finden hier zahlreiche Möglichkeiten Ihren Urlaub zu verbringen.

Seit Anfang der 1990er Jahre setzt sich der Naturschutzbund Deutschland NABU e. V., mit rund 500 000 Mitgliedern und Förderer der mitgliederstärkste Umweltverband in Deutschland, zusammen mit der GRÜNEN LIGA Berlin e. V. für Mensch und Natur auch in Adygea ein. Das konstante Engagement führte zu einer Reihe von Erfolgen für den Erhalt der Biodiversität im Großen Kaukasus.

Besonders erfolgreich ist die Zusammenarbeit für den Erhalt des einzigartigen Naturgebietes im nordwestlichen Teil des Großen Kaukasus: So konnten frühzeitig in Kooperation mit Universitäten in Deutschland und der örtlichen Nationalparkverwaltung in Adygea Konzepte zur Etablierung von nachhaltigem Tourismus in der Region erarbeitet werden. Durch die Beteiligung der Bevölkerung wurden zusätzliche Einnahmequellen geschaffen.

Das Engagement konzentriert sich auf einen einzigartigen Naturraum im Süden der kleinen Kaukasusrepublik, der 1999 zum UNESCO-Weltnaturerbe ernannt wurde, der Heimat der weltweit letzten Bergwisente. Damit wurde der Grundstein für den internationalen Einsatz zum langfristigen Erhalt der Biodiversität im Kaukasus



**NATUR- UND
ERLEBNIS-REISEN
INS BERGIGE ADYGEA**

gelegt: Ein ursprüngliches und ökologisch besonders wertvolles Gebiet wurde durch maßgebliche Unterstützung des NABU zum UNESCO Weltnaturerbe. Das rund 300 000 ha große „Weltnaturerbegebiet Westkaukasus“ ist in seiner alpinen Lage, Größe und Artenvielfalt weltweit einmalig.

Die Naturreichtümer im Westkaukasus können nur langfristig gesichert werden, wenn eine breite Akzeptanz für Naturschutz in der Bevölkerung erreicht wird. Deshalb hat der

NABU in Zusammenarbeit mit der lokalen Schutzgebietsverwaltung ein Umweltbildungszentrum in diesem Gebiet aufgebaut.

Um eine nachhaltige regionale Entwicklung in Adygea zu fördern, haben wir in Kooperation mit der GRÜNEN LIGA Berlin und adygeischen Nichtregierungsorganisationen ein Projekt zur Entwicklung eines Naturparks ins Leben gerufen. Der NABU unterstützt dabei die lokale Bevölkerung auf ihrem Weg, die kostbaren Naturschätze der Region in lokaler Selbstverwaltung zu erhalten und nachhaltig zu nutzen.

Gemeinsam mit unseren Partnern vor Ort haben wir bereits viel erreicht, und wir würden uns freuen, wenn auch Sie dies vor Ort erfahren. Ihr Besuch in Adygea wird sicherlich unvergesslich bleiben. Ich wünsche Ihnen viel Spaß und unvergessliche Erlebnisse beim Erkunden von bergige Adygea!

Ihr Thomas Tennhardt NABU-Vizepräsident

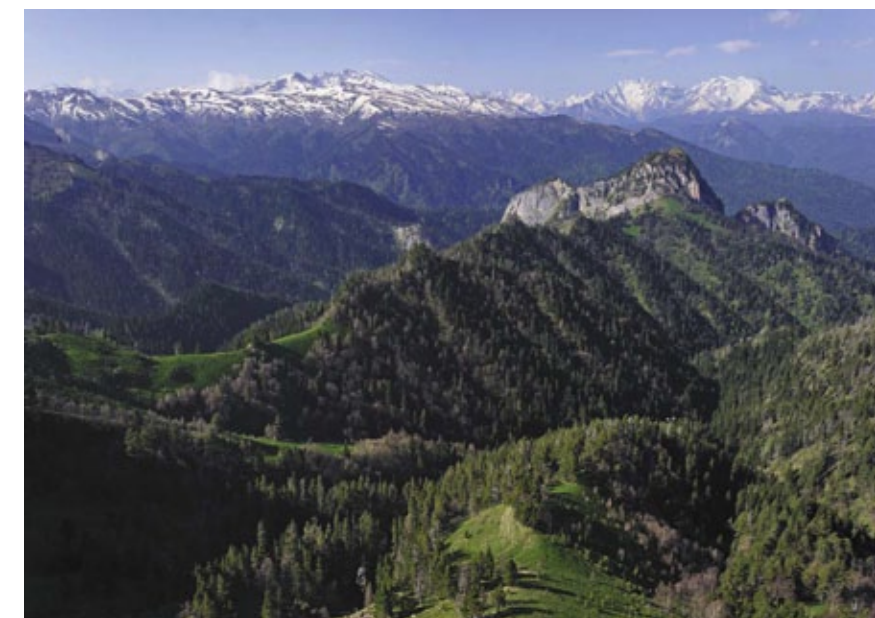
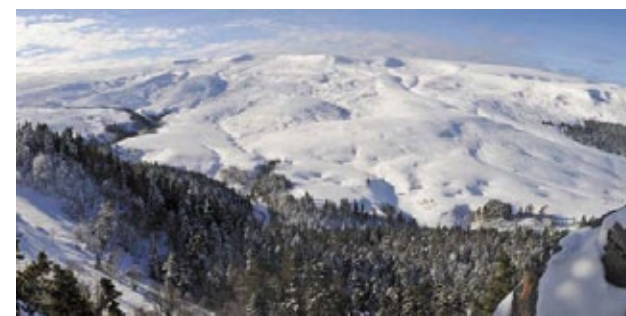
Republik Adygea



Mehrere hundert Kilometer abseits aller Krisenregionen des Kaukasus liegt die gastfreundliche Republik Adygea. Die Bezeichnung der Republik geht auf das ursprünglich hier lebende Volk der Adygen zurück. Sie sind hierzulande besser bekannt als Tscherkessen. Adygea (von adygeisch „Adyge“ – „die Edlen“) ist eine seit 1991 autonome Republik innerhalb der Russischen Föderation und erstreckt sich über Teile des nordwestlichen Kaukasus'. Die kleinste Republik Russlands ist mit 7.790 km² etwa halb so groß wie Schleswig-Holstein oder Thüringen, hat aber nur 450.000 Einwohner. Hauptstadt mit ca. 140.000 Einwohnern ist Majkop. Der Norden des Landes gehört zur südrussischen Steppe und grenzt an den Fluss Kuban sowie die Millionenmetropole Krasnodar. Im Süden der Republik erheben sich die majestätischen Gipfel des Großen Kaukasus, die durch das UNESCO-Weltnaturerbegebiet Westkaukasus in ihrer Einzigartigkeit und Ursprünglichkeit geschützt sind. Wichtigste Flüsse des Landes sind Belaja und Laba. Die Republik Adygea ist vollständig von der Nachbarregion Krasnodar umgeben.

Der südlichste Teil des Landes ist durch Mittel- und Hochgebirge geprägt. Die Bergwelt der Adygeischen Republik ist reich an natürlichen Sehenswürdigkeiten, die ein beliebtes Ziel für Touristen sind. Gebirgsflüsse zwingen sich durch enge Täler; im Kalkstein des Hochplateaus „Lago-Naki“ verbergen sich unzählige Karsthöhlen; einzigartige Urwälder sowie subalpine und alpine Wiesen bieten Großhirschen, Wisenten, Braunbären, Wölfen und Luchsen einen in Europa und Westasien einmaligen, natürlich erhaltenen Lebensraum.

Am Kamm des Hochkaukasus bildet die Republik eine beeindruckende Gebirgslandschaft. Dort liegen entlang der südlichen Grenze zur Region Krasnodar die höchsten Gipfel des Landes: Tschugusch (3.238 m), Dschemaruk (3.136 m), Tybga (3.065 m), Uruschten (3.021 m) und Dschuga (2.976 m).



NATUR- UND
ERLEBNIS-REISEN
INS BERGIGE ADYGEA



Weltnaturerbegebiet „Westkaukasus“

NATUR- UND
ERLEBNIS-REISEN
INS BERGIGE ADYGEA



Die Gebirgswelt des Westkaukasus wurde 1999 von der UNESCO als Weltnaturerbe anerkannt. Mit einer West-Ost-Ausdehnung von 130 km und einer Nord-Süd-Ausdehnung von 50 km umfasst das Welterbegebiet einen komplexen Naturraum mit 300.068 Hektar, der in seiner Großräumigkeit und Ursprünglichkeit einmalig und für den Großen Kaukasus repräsentativ ist. Es ist ein Gebiet mit hohem ästhetischen Wert und natürlicher Schönheit und das einzige Beispiel einer großräumigen, weitestgehend unbeeinflusst gebliebenen Hochgebirgslandschaft Europas und Westasiens. Damit stellt das Welterbegebiet eine Rückzugsmöglichkeit für die Tier- und Pflanzenarten des Großen Kaukasus dar und bietet die Chance zur Bewahrung einer Ökosystemdynamik mit natürlicher Selbstregulation von Hochgebirgsbiomen.

Der Südhang im Welterbegebiet fällt steil zum Schwarzen Meer hin ab und gehört bereits zur Kolchis. Die flachen Nordausläufer bestehen aus einem System kleinerer Gebirgszüge. Das Gebiet besitzt ein abwechslungsreiches, stark differenziertes Relief und stellt mit seinen eindrucksvollen Naturwäldern, blütenreichen subalpinen Hochstaudenfluren und alpinen Matten ein landschaftliches Juwel dar. In der heutigen Zeit der flächigen, anthropogenen Überprägung ehemaliger Naturlandschaften ist das Welterbegebiet ein Zeugnis natürlicher Schönheit und Vollkommenheit: hohe Wasserfälle, bizarre Berggipfel, über 130 klare Hochgebirgseen, ausgedehnte Urwälder mit bis zu 300 Jahre alten und 85 m hohen Nordmantannen, orchideenreiche Wälder und Wiesen, glasklare Bergbäche und vieles mehr.

Die erdgeschichtliche Entwicklung, die Vielfalt der physisch-geographischen Bedingungen sowie der Komplex ökologischer Faktoren schufen und erhielten eine einzigartige

Biodiversität. Insgesamt kommen im Welterbegebiet ca. 4000 Pflanzenarten vor. Allein von den 1580 Gefäßpflanzen-

arten sind 160 gefährdet oder selten (z.B. *Ruscus colchicus*, *Gentiana paradoxa*). Mehr als 10 Prozent der Gefäßpflanzen sind Relikte, vor allem aus dem Tertiär. Rund 25 Prozent sind Endemiten (darunter mehrere Endemiten des Westkaukasus wie *Erythronium caucasicum* bzw. Lokalendemiten, die nur im Welterbegebiet vorkommen: *Campanula autraniana*). Im Welterbegebiet selbst können die subalpine und alpine Vegetation des Hochplateaus „Lagonaki“ und des Berges „Bolschoi Tschatsch“ mit über 36 Prozent endemischer Arten als lokale Zentren des Endemismus genannt werden. Das Gebiet wird jedoch überwiegend durch große, zusammenhängende Urwälder geprägt, u.a. Eichen-, Hainbuchen-, Kastanien-, Buchen-, Tannen- und Kiefernwälder.

Das Welterbegebiet „Westkaukasus“ ist aufgrund seiner Größe nicht nur Rückzugsfläche für viele gefährdete, endemische und reliktsche Tier- und Pflanzenarten, sondern ermöglicht vor allem Großsäugetieren wie dem Kaukasischer Bergwisent, dem Edelhirsch, dem Westkaukasischer Tur (Steinbock) und der Gämse ein artgerechtes Leben in einer vom Menschen nicht beeinträchtigten Umgebung. Das Welterbegebiet ist somit nicht nur ein unerschöpflicher Genpool, sondern bietet die Chance, natürliche Sukzessionen wissenschaftlich zu untersuchen und Aufschlüsse über natürliche ökologische Verhältnisse und Gleichgewichte zu erhalten. Insgesamt kommen ca. 10.000 Tierarten mit vielen Endemiten und seltenen Arten vor. Beispiele für endemische oder geschützte Vertreter der 384 Wirbeltiere sind: Amphibien und Reptilien (z.B. Kaukasus-Bandmolch *Triturus vittatus* — Endemit, Griechische Landschildkröte *Testudo graeca*, Kaukasusotter *Vipera kaznakowi* — beide internationale Rote Liste), Vögel (z.B. Kaukasusbirkhuhn *Tetrao mlokosiewiczi*, Kaukasuskönigshuhn *Tetraogallus caucasicus* — beide Endemiten und internationale Rote Liste).



Die Entwicklung des Wandertourismus in Adygea

NATUR- UND
ERLEBNIS-REISEN
INS BERGIGE ADYGEA

Wanderungen sind eine der ältesten Reiseformen — und Adygea ist dabei keine Ausnahme. Dies unterstreichen viele alte Mythen und Legenden Griechenlands und des Kaukasus. Einen hohen Bekanntheitsgrad erlangte das Gebirgsland Adygea zu Beginn der 90-er Jahre des 19. Jahrhunderts, also noch zu Zeiten der Zaren. Damals erschienen Fotos der lokalen Sehenswürdigkeiten in bekannten europäischen Schriften und Reiseführern, es fanden viele Pilgerfahrten zu einem der größten kaukasischen Klöster, dem des „Heiligen Michael“ zu Füßen des Berges „Fisiabgo“, statt. Mitte der 20er Jahre des 20. Jahrhunderts wurde ein Plan zur gezielten touristischen Entwicklung Russlands erarbeitet, auf dessen Grundlage eine Reihe von Erholungshäusern, Sanatorien und Wanderrouen entstehen sollten. Zu den ersten, die in den Planungen berücksichtigt wurden, gehörte auch die Republik Adygea.

So wurde 1935 in Chadschoch das „Haus des Touristen“ errichtet, ein einstöckiges Holzhaus mit drei Zimmern und zwei Veranden. Die ersten Reisenden konnten bereits 1936 begrüßt werden. Seit dieser Zeit entwickelte sich der Tourismus zu einem wichtigen Arbeitgeber der ansässigen Bevölkerung. Es wurden Tagestouren ausgewiesen, die eine Länge von 25 km nicht überschritten. Es gab allerdings auch mehrtägige Routen, so die national sehr bekannte Wanderoute Nr. 30 „Durch den Westkaukasus“, die vom Dorf Guseripel aus über den Kamm des Großen Kaukasus zum Schwarzen Meer bei der Küstenstadt Sotschi führte. 1962 wurde auf einem Hochplateau das Pistengebiet „Lagonaki“ erschlossen und 1967 am Berg „Fischt“ das erste feste Haus für den Empfang von Touristen gebaut. Nach und nach entstanden weitere touristische Stützpunkte. Der Kern des Gebietes blieb jedoch von einer direkten touristischen Erschließung unberührt und ist es bis heute. So verbindet sich in Adygea auf sehr angenehme Weise touristischer Komfort mit unberührter Landschaft.



Wanderrouuten

NATUR- UND ERLEBNIS-REISEN INS BERGIGE ADYGEA



Durch die Vorgebirgslagen der Republik Adygea führen viele Routen verschiedener Schwierigkeitsgrade und Länge, auf denen vielfältige natürliche Sehenswürdigkeiten erwandert werden können. So gibt es allein rund um Chadschoch fünfzig malerische Wasserfälle, zehn einzigartige Höhlen, fünf Felsenschluchten, zwei Canyons und fünf romantische Waldseen.

Man kann Wanderungen zu verschiedenen exotischen Plätzen unternehmen — zum Canyon Chadschoch (bis 50 m tief), zu den Rufabgo-Wasserfällen, zur Mischoko-Schlucht und zu Lagerplätzen der Steinzeitmenschen. Auch das Kloster des „Heiligen Michael“, die heilige Quelle des Heilers Panteleimon oder die unterirdische Kapelle können besichtigt werden. Unvergesslich sind sicher auch Besuche der Karsthöhlen „Neschnoi“ und „Bolschoi Asischskoi“. Freunde der unberührten Natur können mehrtägige Wanderungen durch den Naturpark „Bolschoi Tchatsch“ oder das Kaukasische Biosphärenreservat in der Umgebung der Berge Tybga, Atamasch, Deschemaruk und über die alpinen Wiesen des Abogo-Bergmassivs unternehmen. Diese Gebiete sind nicht erschlossen, durch die Berge führen teilweise nur die Pfade der Wildtiere und Berghüter, und die Gegend ist mit einfachen, unbewirtschafteten Holzhütten ausgestattet.



Die Entwicklung des Reittourismus

NATUR- UND
ERLEBNIS-REISEN
INS BERGIGE ADYGEA



Die Zahl der Besucher, die die Bergwelt Adygeas vom Rücken der Pferde aus erleben wollen, wird jedes Jahr größer. Diese Art der aktiven Erholung gehört zu den populärsten im Gebiet. Die ersten organisierten Reittouren wurden bereits in den 30er Jahren des 20. Jahrhunderts angeboten. Das waren zwei Routen, die vom Dorf Guseripel aus über den Kaukasuskamm in Richtung Krasnaja Poljana bei Sotschi (dem Ort, in dessen Nähe 2014 die Olympischen Winterspiele stattfinden), und nach Dagomys westlich von Sotschi führten. Ausflüge zu Pferd erlauben es dem Besucher, seine Kräfte besser einzuteilen und mehr Gepäck mitzuführen. Teilstrecken zu Fuß sind dabei nicht ausgeschlossen. Im Gegenteil: An vielen steileren Bergabschnitten werden die Pferde, die dann nur das Gepäck tragen, geführt. Dennoch ist eine Reittour weniger von den physischen Grenzen des Einzelnen abhängig, so dass Wandern entspannter wird und das Augenmerk stärker auf die umgebenden Besonderheiten der einzigartigen Bergwelt gerichtet werden kann. Die Pferde sind an die schwierigen Bedingungen im Gebirge angepasst und dem Reiter ein unermüdlicher und zuverlässiger Begleiter.

In Adygea können Pferde und Bergführer direkt an den touristischen Einrichtungen oder in den umgebenden Dörfern gebucht werden. Es werden aber auch feste Touren regelmäßig angeboten.



Wanderungen zu Pferde



Diese Ausflüge in Adygea umfassen Routen im Vor-, Mittel- und Hochgebirge (zwischen 600 und 2000 Meter über dem Meeresspiegel). Dabei werden Landschaften von den Breitlaubwäldern im Vor- und Mittelgebirge hin zu den Tannenwäldern, den subalpinen Hochstaudenfluren an der Waldgrenze und den alpinen Wiesen erschlossen. Die Wege führen an scharfen Felsengraten, malerischen, glasklaren Bergseen, an übermannshohen Blütenstauden und großblühenden Blumen auf den alpinen Hochplateaus vorbei. Man erblickt steile Felswände und die ewig schneebedeckten Bergspitzen des Großen Kaukasus. Dem aufmerksamen Beobachter und ruhigen Wanderer werden auch sicherlich die eigentlichen Bewohner dieser Landschaft — Gemsen, Steinböcke und eventuell auch die großen Bergwisente — nicht entgehen.

Um die Reittouren mit besonders viel Freude genießen zu können, sollte man diese an seine Konstitution anpassen. Bei ausreichender Erfahrung empfehlen sich die mehrtägigen Routen. Neulinge sollten zunächst kurze Ausflüge in die Umgebung der Dörfer und touristischen Stationen probieren. Dabei kann sich der Körper an die ungewohnte Belastung gewöhnen, und es kann die Reittechnik erlernt werden. Die Touren werden immer durch erfahrene Wanderführer begleitet und organisiert, die neben der Betreuung der Pferde auch viel über ihr Land, seine Geschichte und seine Kultur erzählen können.

Besonders eindrucksvoll sind Ausflüge rund um den Berg „Bolschoi Tchatsch“ mit seiner bis zu 200 m hohen Steilwand, durch das „Teufelstor“ sowie eine Tour über den Kamm des Großen Kaukasus zur Küste des Schwarzen Meeres. Auch ein Ausflug ins Innere des knapp 300.000 Hektar großen Kaukasischen Biosphärenreservats, einem Totalreservat, und eine Tour zu den Hühnengräbern (Dolmen) auf den Wiesen „Bogatyrski“ sind empfehlenswert.



NATUR- UND
ERLEBNIS-REISEN
INS BERGIGE ADYGEA





Fahrradtouren



Es gibt viele Möglichkeiten, mit dem Fahrrad die Welt zu erkunden. Eine davon kann der Weg von der Wohnung zum Garten sein.

Etwas ganz anderes sind mehrtägige Touren in den Bergen mit dem Rucksack auf dem Rücken oder auf dem Gepäckträger und einer Übernachtung in Zelten an abgelegenen Waldwegen. Das Fahrrad ermöglicht es, an einem Tag größere Entfernungen zurückzulegen als zu Fuß oder zu Pferd. Die Erfahrungen sind hier besonders eindrucksvoll, da man sich die Landschaft mit der eigenen Muskelkraft „erarbeitet“ und man im direkten Kontakt mit der Natur steht. Die Fahrt vorbei an Wasserfällen und wundervollen Schluchten und Ausblicken ist ungleich intensiver. Man hört das Rauschen des Wassers und spürt den kühlenden Luftzug. Die Luft ist klar und sauber, angereichert vom Harzduft der Nadel- oder Laubbäume und dem wilden Rhododendron, der im Frühjahr in den Wäldern blüht. Wer es bis auf die alpinen Wiesen schafft, erarbeitet sich zugleich einen weiten Blick über die Bergwelt und erlebt im Sommer zumeist mehrere Jahreszeiten an einem Tag: Winter, Frühling und Sommer.

Vertreter dieser Sportart besuchen Adygea bereits seit vielen Jahren. Das Straßennetz führt zu den wichtigsten Landschaften, vorbei an interessanten Sehenswürdigkeiten und bietet in Pensionen und touristischen Einrichtungen gute Unterbringungsmöglichkeiten. Es sind mehrere Routen von unterschiedlicher Länge und in verschiedenen Schwierigkeitsgraden möglich. Eine von ihnen führt hinauf auf das Hochplateau „Lagonaki“ und überwindet dabei auf einer Länge von etwa sechzig km einen Höhenunterschied von 1500 Metern. Aber auch einfachere Touren wie zur berühmten Schlucht „Guamka“ oder auch in die abwechslungsreichen Areale des Vorgebirges sind möglich.



NATUR- UND
ERLEBNIS-REISEN
INS BERGIGE ADYGEA



Wassertourismus

Aktuell gewinnt das Wasserrafting als eine junge, moderne Möglichkeit der aktiven Erholung immer mehr an Popularität.

Die wichtigste Wasserader Adygeas ist der Fluss Bjelaja, der Weiße Fluss, so benannt nach der milchigen Färbung im Sommer durch Gletscherschmelzwasser oder nach den vielen schäumenden Abschnitten in seinem Oberlauf. Der Fluss wurde erstmalig in den 60er Jahren mit einem Holzfluss aus untergeschnallten Autoreifen „bezungen“. Das moderne Rafting wird mit einem größeren Schlauchboot von 4–7 m Länge durchgeführt. Die großen Maße behindern das Boot nicht in seiner Manövrierfähigkeit, insbesondere bei fachmännischer Steuerung. Die Sicherheit der Sportler wird außerdem durch moderne Schwimmwesten und Ausstattung gewährt.

Das moderne Adygea gilt heute zusammen mit dem Altai-Gebirge als eines der wichtigsten Raftinggebiete Russlands. Die Sportler, die in Adygea trainieren, gewinnen regelmäßig Preise bei nationalen und internationalen Wettkämpfen. Viele von ihnen organisieren im Sommer Touren für Touristen.

Seit einiger Zeit wird nun jährlich auf dem Fluss Bjelaja ein 10–12 km langer Rafting-Wettkampf veranstaltet, der mittlerweile zu einer regionalen Freizeitattraktion geworden ist. Im Frühjahr treffen sich Vertreter der ehemaligen Sowjetrepubliken, aber auch Sportler aus Amerika, Afrika und Westeuropa, um ihr Geschick und ihre Kräfte beim Rafting zu messen. Im Jahr 2006 wurde im Dorf Guseripel sogar die Europameisterschaft für Rafting durchgeführt. Auch dadurch erfuhr die mittlerweile 33-jährige Tradition der „Interralley Bjelaja“ einen größeren Bekanntheitsgrad und mehr Popularität, so dass die Veranstaltung zu einem nationalen Volksfest avanciert ist.

Am Rafting auf dem Fluss Bjelaja kann schon mit geringen Vorkenntnissen teilgenommen werden. Es werden Kinder unter Begleitung Erwachsener ab 14 Jahre zugelassen, ab 18 Jahre ist eine eigenständige Teilnahme möglich. Professionelle Fahrtenführer, sorgfältig gewartete Schlauchboote, moderne und qualitativ hochwertige Ausrüstung sind die Voraussetzung für eine angeregte Erholung. Neben der aufregenden Fahrt an sich begeistern auch die „vorbeifliegenden“ Anblicke der mit Rhododendron bewachsenen Felsen und Hänge. Komfortabel ist auch die Möglichkeit, bis zum Startpunkt des Raftings in Guseripel bequem mit dem Bus auf einer gut ausgebauten Landstraße anreisen zu können.

Der Fluss Bjelaja besitzt Abschnitte, die allen Schwierigkeitsgraden des Raftings entsprechen. Die Strecke sollte allerdings auf die Belastbarkeit des Einzelnen abgestimmt sein.

Eine weitere Möglichkeit besteht darin, einen Katamaran zu mieten. Er wird aus zwei aufgeblasenen Tragschienen montiert, die durch einen speziellen Rahmen miteinander verbunden sind. Die Katamarane verfügen meist über zwei bzw. vier Plätze. Solch ein Boot eignet sich für Familienfahrten, aber auch für sportliche Aktivitäten. Das Gefährt ist einfach in der Handhabung und Lenkung und kann auch bei hohen Schwierigkeitsgraden eingesetzt werden.

NATUR- UND
ERLEBNIS-REISEN
INS BERGIGE ADYGEA

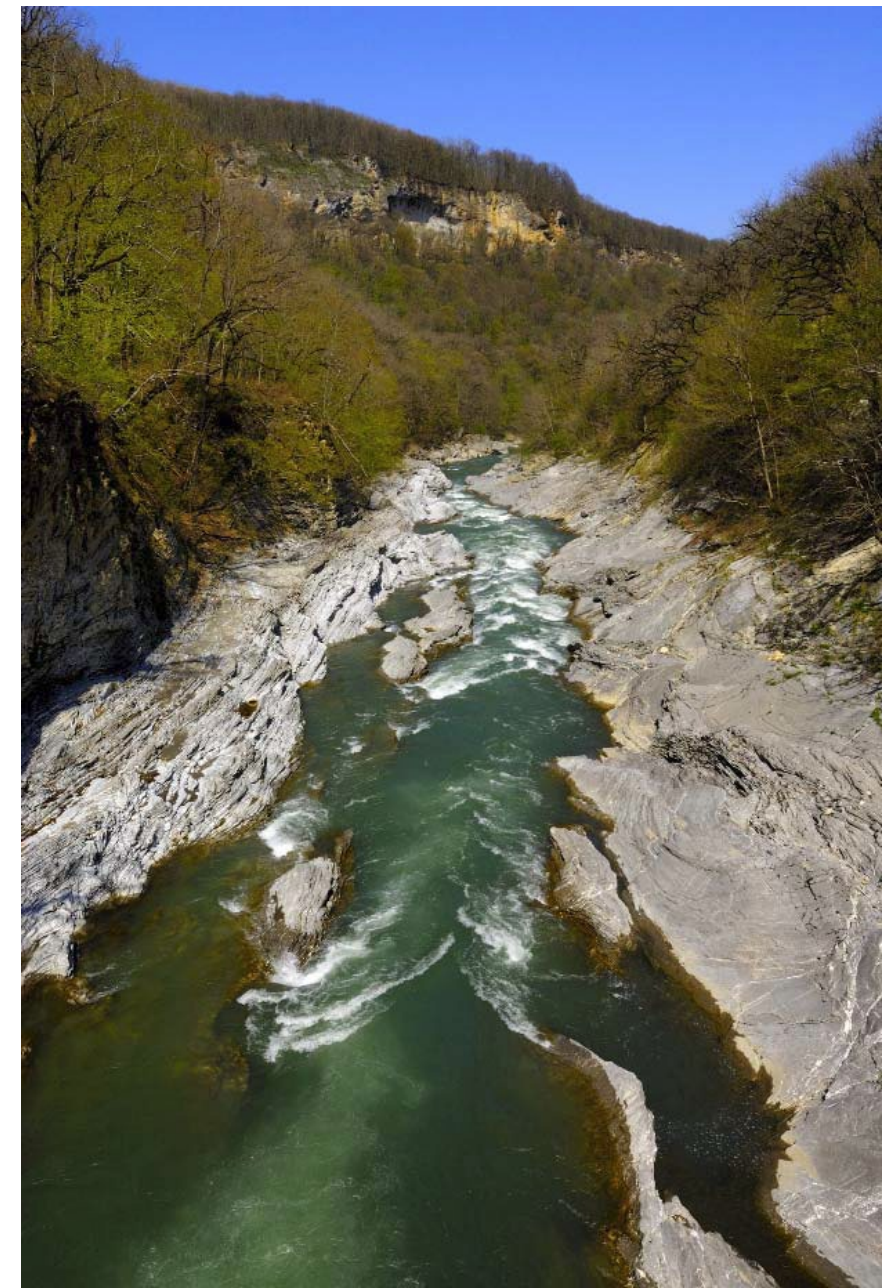


Touren für den Wassersport

In Abhängigkeit von der eigenen Erfahrung und der persönlichen Belastbarkeit können Raftingtouren auf unterschiedlichen Abschnitten des Flusses Bjelaja durchgeführt werden. Die Touren besitzen verschiedene Schwierigkeitsgrade und Längen (von 3 bis 17 km). Jede Route hat ihren eigenen Namen und kann mit der Besichtigung von diversen Naturdenkmälern verbunden werden. Beispiele dafür sind das Tal der Ammoniten, die Schlucht bei Chadschoch, die Mündung des Rufabgo, der Granitcanyon, das Land der Wasserfälle und viele andere Sehenswürdigkeiten.



**NATUR- UND
ERLEBNIS-REISEN
INS BERGIGE ADYGEA**





Canyoning



Canyoning — das ist das Bezwingen der Schlucht eines Bergflusses zu Fuß oder auf dem Wasserweg. Dabei kann sowohl die moderne Ausrüstung eines Alpinisten zur Anwendung kommen, oder, bei leichteren Routen, der Canyon auch einfach erwandert werden. Man geht davon aus, dass das Canyoning in den 90-er Jahren des vergangenen Jahrhunderts in Frankreich entwickelt wurde. Voraussetzung für das Canyoning sind, in Abhängigkeit vom Schwierigkeitsgrad der Route, eine mittlere physische Kondition, der gewohnte Umgang mit Kletterutensilien und die Kenntnis der lokalen Witterungsbedingungen und Besonderheiten.

Canyoning ist eine extreme Art der Erholung, und Sie sollten darauf vorbereitet sein, über nasse Steine zu klettern, von Vorsprüngen zu springen, durch Wasserlöcher zu schwimmen, durch Spalten zu kriechen, Wände hochzuklettern oder sich an Seilen von überhängenden Felsen herabzulassen.

Ein großer Teil solcher Routen ermöglicht auch die Teilnahme von Kindern, allerdings sollte die eigene Sicherheit und die der Kinder nie vernachlässigt werden. Gefährliche Situationen sollten nie provoziert werden, volle Aufmerksamkeit ist gefordert, und die Anweisungen der Tourenführer sollten immer befolgt werden. Es ist immer gefährlich, das Canyoning alleine zu betreiben, selbst wenn Sie gut konditioniert sind. Das Besondere am Canyoning ist, dass es häufiger Situationen gibt, in denen das Ufer nicht erreicht werden kann und man sich deshalb mit der Strömung abwärts bewegen muss.

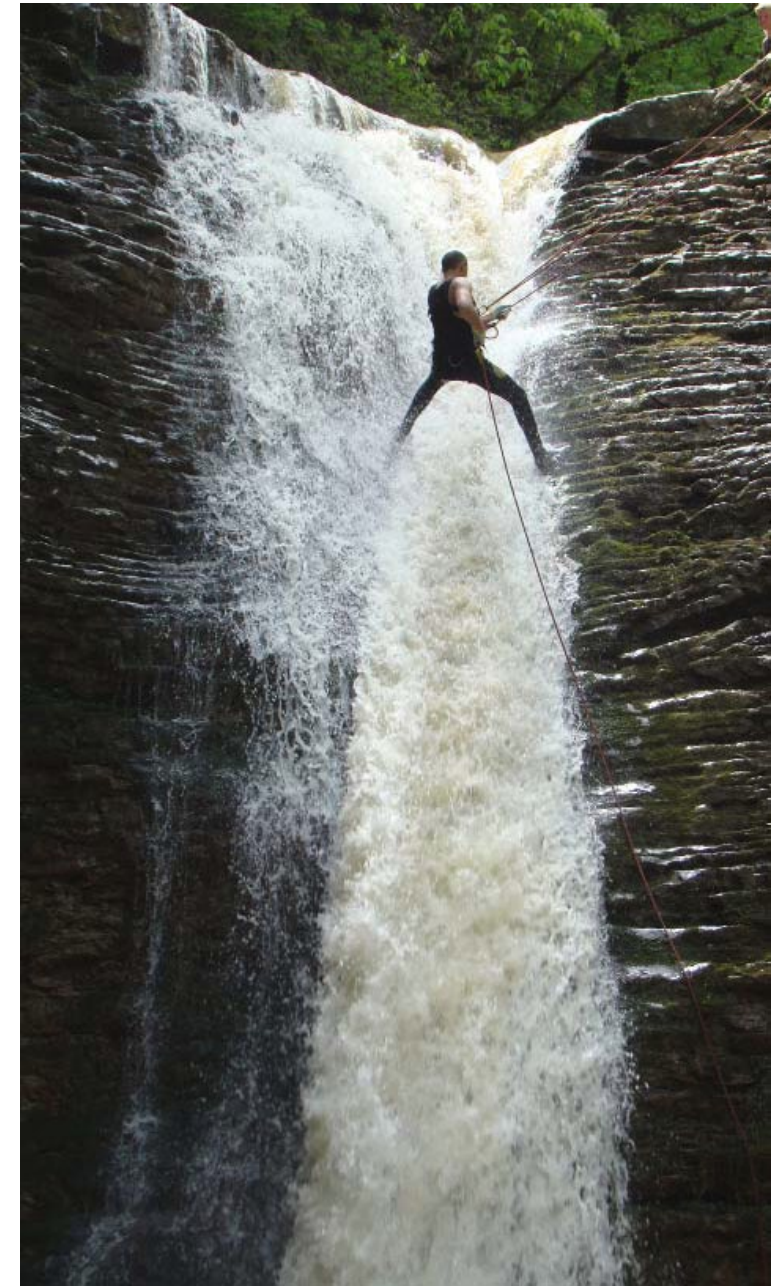
Für ein Gebirge sind unvorhergesehene Anstiege der Wasserspiegel typisch. Über Ihnen scheint die Sonne, aber etliche Kilometer oberhalb gab es einen Starkregen oder eine Lawine ist abgegangen und kann sich zu einer echten Gefahr für Sie ausweiten. Täglich schwellen die hauptsächlich durch Gletscher gespeisten Flüsse am Mittag und Nachmittag an, wenn die Sonne den Schnee stärker schmelzen lässt. Auch die

Verletzung eines Gruppenmitgliedes kann zu einem ernsthaften Problem werden. Daher ist die Leitung der Gruppe durch einen erfahrenen Bergführer, der nicht nur die technische Seite, sondern auch das Gebiet sehr gut kennt, von großer Wichtigkeit.

Worin besteht die Attraktivität des Canyoning für Stadtbewohner? Das ist die aktive Art der Erholung mit einer Vielzahl neuer Erfahrungen. Der Körper produziert Adrenalin und ermöglicht Leistungen, die man vorher nicht für möglich gehalten hat. Sie fühlen, dass sie zu mehr fähig sind. Außerdem kann die Schönheit abgelegener Plätze in der Natur entdeckt werden, die sonst nicht zugänglich sind.

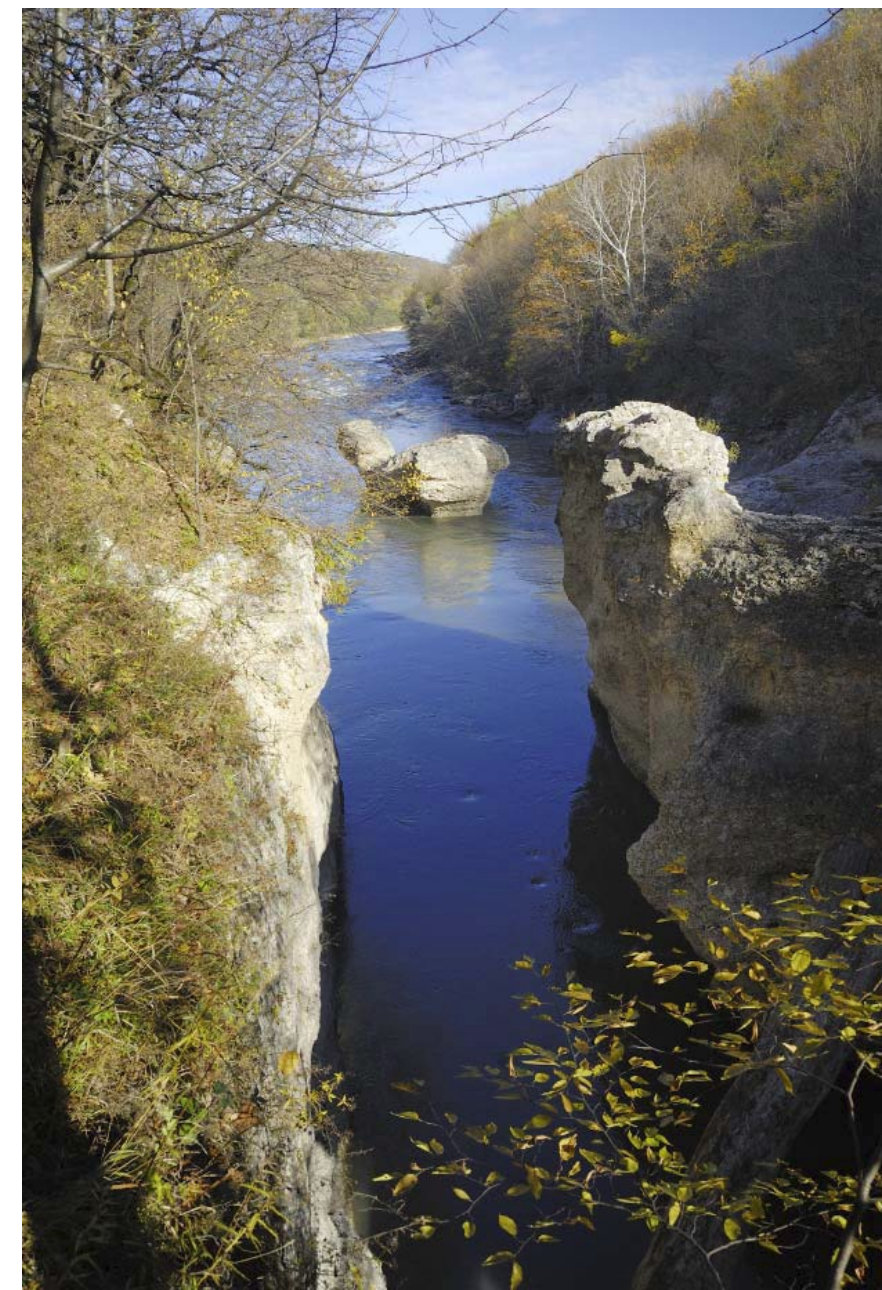


NATUR- UND
ERLEBNIS-REISEN
INS BERGIGE ADYGEA



Touren für Canyoning

Um das Canyoning zu betreiben, reichen eigentlich die Wochenenden aus, auch wenn es durchaus einige längere Routen gibt. Einzeltouren sind bei jedem Wetter und zu jeder Jahreszeit möglich, vorausgesetzt man verfügt über die entsprechende Ausstattung. Die größte Nachfrage erfahren heutzutage die einfacheren Touren entlang der Wasserfälle des Rufabgo und des Sachrai.



*NATUR- UND
ERLEBNIS-REISEN
INS BERGIGE ADYGEA*

Empfohlene Unterkünfte



Bei einem Besuch in Adygea kann man in bequemen und gut ausgestatteten Holzhütten übernachten:

„Lukomore“ — im Dorf Abadseschkoi;

„Terem“ und „Reki“, „Barskaja Usadba“, „Haus Wassiljev“ — im Dorf Chadschoch;

„Dachowskaja Sloboda“ und „Kordes“ — im Dorf Dachovskaja;

„Gornaja Derevnja“ — auf dem Weg zum Dorf Guseripel und zum Museum des Kaukasischen Biosphärenreservates;

„Gornoe Nastroenie“ — auf dem Weg zum Hochplateau Lagonaki;

Im Dorf Sachrai und auf dem Weg zum Naturpark „Bolshoi Tchatsch“ und zum Weltnaturerbegebiet Westkaukasus.