




◆ КРАСНЫЙ ГИД ◆

СОЧИ и АДЛЕР

 Перед публикацией этого гида мы перепроверили каждую организацию (гостиницу, отель, ресторан), чтобы убедиться, что она все еще функционирует после вспышки COVID-19 в 2020 году. Однако мы ожидаем, что даже после снятия всех ограничений карантина экономические и социальные последствия COVID-19 будут проявляться еще долгое время. Многие компании и службы, упомянутые в этом гиде, могут быть временно закрыты, а события и мероприятия перенесены, организации могут изменить часы работы и условия бронирования; некоторые, к сожалению, навсегда закроются. Перед посещением того или иного заведения рекомендуем вам проверить актуальную информацию на сайте интересующей вас компании.

БОМБОРАTM
Москва 2021

Как пользоваться книгой

Сайт	Пристани
Адрес	Туристический офис
Станции метро	Главные достопримечательности
Станции ж/д	Достопримечательности
Маршруты автобусов, трамваев	Прогулка
Телефон	Магазин
Часы работы	Развлечения
Закрыто	Ссылка на страницу с информацией по теме
Ресторан/кафе	Дополнительная информация
Цены	Квадрат карты, соответствующий расположению объекта
Доступ для людей с ограниченными возможностями	

Путеводитель поделен на 3 части:

- **Экспресс-гид:** краткая информация о Сочи, советы на тему «Как лучше провести 10 дней в разных районах Сочи» и 25 самых интересных мест на одной карте со ссылками на подробное описание в тексте.

- **Сочи по кусочкам:** мы разбили город на 4 части, в каждой из которых порекомендовали лучшие достопримечательности, магазины, развлекательные заведения и рестораны.

- **Нужно знать:** в этом разделе мы привели рейтинги интересных мест, которые можно посетить, когда идет дождь, а также достопримечательностей с бесплатным входом. Здесь же вы найдете массу полезной информации, которую должен взять на заметку каждый турист: порядок работы общественного транспорта, банков, почты, телефонные номера экстренных служб, полезные сайты и многое другое.

Навигация

В части путеводителя «Сочи по кусочкам» каждый такой кусочек имеет свой цвет страниц, таким же цветом этот район обозначен и на картах по всей книге.

Карты

К книге прилагается подробная карта города. Эта карта – такой же прекрасный помощник во время прогулок и поездок, как и карты внутри путеводителя. Карта содержит указатель, который поможет вам легко сориентироваться и быстро найти соответствующий нужному месту квадрат карты. Каждый объект в книге имеет ссылку на соответствующий ему квадрат карты – посмотрите, это очень удобно!

Содержание

ОТКРОЙТЕ СОЧИ! 4

Чем заняться в Адлерском районе 10 дней	6
Чем заняться в Хостинском районе 10 дней	8
Чем заняться в Центральном районе 10 дней	10
Чем заняться в Лазаревском районе 10 дней	12
Топ-25	14

СОЧИ ПО КУСОЧКАМ 16

АДЛЕРСКИЙ РАЙОН 18

Что посмотреть	22
Увидеть больше	36
Шопинг	40
Развлечения и ночная жизнь	41
Рестораны	41

ХОСТИНСКИЙ РАЙОН 42

Что посмотреть	46
Увидеть больше	60
Шопинг	64
Развлечения и ночная жизнь	65
Рестораны	65

ЦЕНТРАЛЬНЫЙ РАЙОН 66

Что посмотреть	70
Увидеть больше	82
Шопинг	85
Развлечения и ночная жизнь	86
Рестораны	86

ЛАЗАРЕВСКИЙ РАЙОН 88

Что посмотреть	92
Увидеть больше	102
Шопинг	106
Развлечения и ночная жизнь	107
Рестораны	107

НУЖНО ЗНАТЬ 108

Только в Сочи!	110
Лучшие места бесплатно	112
Что делать, если идет дождь...	113
Шопинг	114
Шопинг по интересам	115
Ночной Сочи	115
Кухня Сочи	117
Если вас интересует...	119
Планирование поездки	121
Как добраться	123
Как передвигаться по Сочи	124
Исторический обзор	125
Указатель	127



Вид на город

Откройте Сочи!

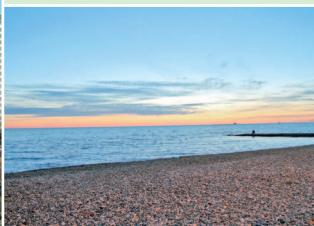
Мечта советских отпускников, южная столица России, единственные в нашей стране влажные субтропики и место проведения XXII зимних Олимпийских игр — это все о нем, многоликом и радушном Сочи. Этот город бесчисленное количество раз становился съемочной площадкой кинофильмов, прославлялся в песнях, принимал известные на всю страну фестивали и конкурсы, но главное — Сочи всегда оставался самым популярным в нашей стране местом летнего отдыха и главным черноморским курортом. Ведь не случайно на протяжении многих десятилетий расхожие фразы «еду на море» или «еду на юг» в большинстве случаев означали именно поездку на Черное море и в Сочи. В очередной раз обновленный и возрожденный, город-курорт не перестает удивлять своих гостей. Те, кто в последний раз отдыхал здесь лет десять назад, сегодня могут просто не узнать Сочи: в преддверии Олимпиады в городе произошли стремительные перемены. И все же, несмотря на все внешние метаморфозы, здесь все еще жив дух старого доброго Сочи, готового принять на своих прогретых галечных пляжах соскучившихся по южному солнцу и морю отдыхающих.

Впрочем, отдых в современном Сочи вовсе не ограничивается водно-пляжными процедурами. Южная столица становится туристической Меккой для любителей экстремальных развлечений и зимних видов спорта, к услугам которых четыре современных горнолыжных курорта, веревочные городки и уникальный скайпарк. Отели и агентства предлагают самые разнообразные варианты активного отдыха в городе и его окрестностях — треккинг и походы, банджиджампинг, скалолазание, сплавы по горной реке, конные прогулки и соревнования по игровым видам спорта. Не будут разочарованы и любители культурного досуга, которые увидят много интересного в здешних музеях, художественных галереях, театрах, концертных залах и даже на улицах — в последнее время Сочи прославился замечательной жанровой городской скульптурой. А еще в южной столи-

це, как это ни удивительно, можно изучать историю архитектуры с конца XIX века до наших дней, от романтизма, мавританского стиля, конструктивизма и сталинского ампира до позднесоветского модернизма и современного хайтека. Кроме того, Сочи — это и знаменитые на всю Россию санаторно-курортные комплексы и центры семейного отдыха с дельфинариями, аквапарками, океанариумами и первым российским тематическим городом развлечений «Сочи Парк». И наконец, Сочи можно уверенно назвать одним из всероссийских центров экологического туризма, ведь на его территории находится огромное количество охраняемых природных объектов Кавказского государственного биосферного заповедника и Сочинского национального парка. Это многочисленные горные ущелья, каньоны, пещеры, озера, водопады, уникальные реликтовые



Новый Сочи стремится ввысь
На сочинском пляже



леса и рощи, пережившие ледниковый период. Многие из них оборудованы безопасными экскурсионными тропами и доступны для посещения туристами. Словом, Сочи без преувеличения можно назвать курортом для людей всех возрастов и разных интересов.

Вопреки расхожему мнению, закрепившемуся в девяностых-нулевых, нынешний Сочи является вполне конкурентоспособным в мировом масштабе курортом с современным уровнем сервиса. Олимпиада обновила всю городскую инфраструктуру, чего так долго ждали как жители, так и гости города-курорта. Здесь появились новые дороги, транспортные развязки, система навигации и столь необходимая городу альтернатива традиционному сочинским «бомбилам» — удобные такси и электропоезда «Ласточка». В Сочи стало комфортнее не только передвигаться, но и жить. Похоже, время сдаваемых в аренду веранд, комнат и пристроек в сочинском частном секторе подходит к концу. На их месте появляются улицы гостевых домов (или гестхаусов), а отели самых разных уровней и ценовых категорий (в том числе и вполне бюджетных) вырастают на побережье Большого Сочи как грибы после дождя. Многие из них

готовят гостям разнообразные спецпредложения, включающие в программу отдыха посещение горнолыжных трасс, аквапарков или центров семейного отдыха.

Еще одно распространенное заблуждение — дороговизна отдыха в Сочи. Этот миф имеет долгую историю, уходящую корнями еще во времена сталинских дворцов-санаториев и заканчивающуюся в постсоветский период турецко-египетского all inclusive. Ситуация меняется: сегодня турагентства повсюду предлагают «пакетные» туры в отели Большого Сочи по весьма демократичным расценкам. Причем Сочи становится круглогодичным курортом, куда стремятся как отпускники-пляжники, так и любители зимних видов спорта. Здесь, как и на любом курорте, есть понятие «низкого сезона», хотя вариантов отличного отдыха хватает на весь год, а значит, спланировать свой отпуск без ущерба для кошелька может любой желающий. Приезжайте в Сочи в любое время года и открывайте этот знаменитый курорт с новой для себя стороны. Здесь вас ждут соседство заснеженных вершин и ласкового моря, атмосфера вечного праздника и традиционное кавказское гостеприимство. Добро пожаловать в Сочи!

ФАКТЫ И ЦИФРЫ

- Сочи — самый длинный город России: его протяженность достигает 140 км.
- Сочи — самый северный в мире город с субтропическим климатом.
- В Сочи, население которого составляет 400 тысяч человек, ежегодно приезжает более 2,5 миллиона туристов.
- Солнце светит в Сочи в среднем 300 дней в году.
- Сочи стал одним из 11 городов России, получившим право принять у себя матчи чемпионата мира по футболу 2018 года.
- В Сочи прошли 6 матчей чемпионата мира по футболу 2018 года. В том числе — четыре матча группового этапа.



Городская красавица

Чем заняться в Адлерском районе

10 дней

Первый и второй день. После того как вы разместитесь и переведете дух после дороги, первым делом отправляйтесь на пляж навстречу долгожданному морю. Начало отпуска посвятите тому, ради чего вы сюда приехали: наслаждайтесь морем и солнцем, отложив все экскурсии и поездки на потом.

Третий день. Проживая в Адлере, то есть в самом олимпийском районе Сочи, было бы досадным упущением не посетить главные спортивные дворцы прошедших Игр. Итак, на третий день мы отправляемся в Олимпийский парк (▷ 22), расположенный в Имеретинской низменности. Осмотрев стадион и ледовые дворцы, перемещаемся в расположенный поблизости «Сочи Парк» (▷ 24), где испытываем себя на сумасшедших аттракционах и наслаждаемся блюдами русской кухни в ресторане «Баллада» или «Садко».

Четвертый день. Если вы являетесь сторонником активного отдыха, на четвертый день стоит отправиться в сплав по реке Мзымта (▷ 30) или в скайпарк Hackett Sochi (▷ 38) в Ахштырское ущелье (▷ 32). Ну а если свою порцию адреналина вы уже получили на вчерашних аттракционах, проведите этот день на пляже.



Провожая день
На адлерском пляже «Огонек»

Горный курорт «Роза Хутор»
в Красной Поляне



13
км

11
км

Пятый день. Сочи вообще и в особенности Адлерский район невозможно представить без Красной Поляны (▷ 26), прекрасной в любое время года, и потому на пятый день мы отправляемся в горы. На любом краснополянском курорте вы сможете выбрать один из многочисленных вариантов активного досуга или просто покататься на подъемниках, погулять по очаровательным улицам и посетить смотровые площадки. Заодно загляните в любой из новых, весьма атмосферных ресторанов — например, в «Масленицу» в центре «Галактика» (▷ 36) или в ресторан «Зима» на «Роза Хутор» (▷ 26).

Шестой день. Загораем, купаемся и наслаждаемся размеренной курортной жизнью. Желающие получить более яркие впечатления могут отправиться в Адлерский курортный городок (▷ 34) и посетить тамешний океанариум, дельфинарий или аквапарк.

Седьмой и восьмой день. Проживая в Адлере, имеет смысл выделить пару дней для знакомства с соседней Абхазией. Вы можете выбрать любой из многочисленных вариантов экскурсионных поездок в эту страну, во время которой вам предстоит увидеть знаменитое озеро Рица и легендарные Новоафонский монастырь и пещеру.

Девятый и десятый день. В последние дни отдыха стоит как следует накупаться, а также пройтись по рынкам и сувенирным лавочкам в поисках подарков родным и коллегам. Не забудьте про качественное домашнее вино и чурчхелу!

46
КМ

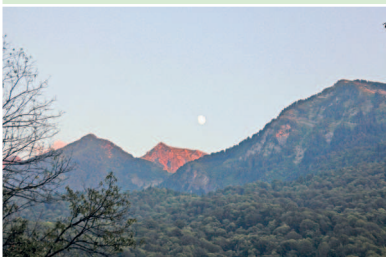
120
КМ

125
КМ



*Встреча заката
Горные пейзажи*

Улица Адлера, ведущая к пляжу



Чем заняться в Хостинском районе

10 дней

Первый день. Время знакомства с близлежащим пляжем, кафе и магазинчиками. Большую часть первого дня вы наверняка проведете в море и на набережной.

Второй день. Если вам повезло отдыхать в Хостинском районе, вы непременно должны познакомиться с его роскошной субтропической и, что немаловажно, не тронутой цивилизацией природой. Знакомство лучше всего начать с Тисо-самшитовой рощи (▷ 48), где произрастают уникальные, сохранившиеся с доледникового периода растения. Эту поездку можно совместить с посещением смотровой башни на горе Ахун (▷ 50), откуда вы увидите все красоты Большого Сочи.

Третий и четвертый день. Море, море – мир бездонный... Убедиться в этом вы сможете в течение третьего и четвертого дня отдыха, наслаждаясь хостинским побережьем Черного моря.

Пятый день. Пора отправиться на поиски олимпийского наследия, сосредоточенного в соседнем Адлерском районе. Выбирайте, что вам больше по душе – горные трассы или ледовые дворцы, и в зависимости от этого поезжайте в Красную Поляну или в Олимпийский парк (▷ 22). Если вы отдыхаете с ребенком, то акцент вашей поездки сместится на «Сочи Парк» (▷ 24), который можно назвать «Диснейлендом» в русской стилистике.



Знаменитые галечные пляжи Сочи

Жизнь среди вершин



Новые гостиничные комплексы Красной Поляны

Подъемник на курорте «Роза Хутор»



10
км

10
км

28
км

Шестой день. Пополняем пляжные толпы и забываемся в приморском релаксе. Ну а любители морской и океанической фауны отправляются в аквариум в Новой Мацесте.

Седьмой день. Хостинская природа радует туристов множеством интересных объектов и маршрутов. Один из них проходит по Агурскому ущелью и Орлиным скалам (▷ 52), без которых ваши впечатления от отдыха в Хосте будут неполными. Тут вы увидите не только субтропические заросли и водопады, но и статую Прометея, который, согласно некоторым утверждениям, отбывал свое наказание именно здесь.

Восьмой день. Один из последних дней следует посвятить знакомству со знаменитым сочинским Дендрарием (▷ 56) — ярчайшей достопримечательностью города-курорта. Разглядеть и запомнить все экзотические растения за один раз у вас не получится, а вот сделать великолепные снимки для семейного альбома здесь может каждый желающий.

Девятый день. Все любители истории могут прикоснуться к ней во время экскурсии на дачу Сталина (▷ 60). Альтернативный вариант досуга — знакомство с классикой сталинской архитектуры в санаториях имени Орджоникидзе (▷ 61), Ворошилова (▷ 61) и «Металлурге» (▷ 62). На территории последнего не забудьте посетить легендарную чебуречную (▷ 65).

Десятый день. Последний за время отпуска заплыв в море, и — здравствуй, аэропорт (или железнодорожный вокзал).



Мацеста — знаменитый бальнеологический курорт
Тропинками Дендрария



«Чертova купель» в Агурском ущелье
Обитатели водоемов



4
км

10
км

6
км

3
км

Чем заняться в Центральном районе

10 дней

Первый и второй день. Все на пляж! Это относится и к поклонникам тусовок, развлечений, музеев и концертов, выбирающим Центральный район. Первые дни отдыха наслаждаемся морем и солнцем.

Третий день. Самое время, чтобы познакомиться с великолепной сталинской классической и ампироской застройкой центра Сочи. Совершив небольшую пешеходную прогулку, вы увидите ее жемчужины – Морской (▷ 76) и Железнодорожный вокзалы (▷ 78), Художественный музей (▷ 72) и Зимний театр (▷ 70). Без фотографий на их фоне не обходится практически ни один турист.

Четвертый и пятый день. Добиваемся желанного бронзового загара на сочинских пляжах. Вариантов здесь много, в том числе и самых известных – «Маяк» и «Ривьера», однако в сезон стоит приходить на пляжи пораньше. Кстати, «Маяк» – это не только пляж, но и успевший стать знаменитым аквапарк, предлагающий как экстремальные, так и тихо-семейные варианты водных развлечений. Ужинать можно отправиться в одно из замечательных кафе, представленных в разделе «Рестораны» (▷ 87) или в одно из заведений сети ресторанов «Рис».

Шестой день. Поездка к олимпийским объектам – одно из главных мероприятий для многих туристов в южной столице. Из центра Сочи



Ласковое Черное море
Бассейн на набережной
в Хостинском районе



Зимний театр
Морской вокзал



1
км

3
км

39
км

на скоростном электропоезде «Ласточка» без труда можно добраться до олимпийского стадиона «Фишт» (▷ 22) и ледовых арен Имеретинской низменности, равно как и до горнолыжных курортов Красной Поляны (▷ 26). Здесь вам непременно стоит посетить культурно-этнографический центр «Моя Россия» (▷ 37), где вы сможете познакомиться с ремесленно-художественным и гастрономическим разнообразием регионов самой большой страны мира. Выбор ресторанов, представляющих иностранные кухни, здесь также велик – от итальянского Luciano до немецкого Bierkeller и голландского The Amsterdam.

Седьмой день. Утром продолжаем «коптиться» на пляже, а после обеда отправляемся в главный парк Сочи – знаменитую «Ривьеру» (▷ 80). Здесь, в зависимости от предпочтений, вы сможете покататься на аттракционах, посетить эстрадный концерт, океанариум или дельфинарий, а главное – оценить красоту пальмово-платановых аллей. Заодно и перекусите в кафе «Феникс» или Park house. Самые стойкие останутся на ночное веселье в дискобаре Abba bar или в ночном клубе.

Восьмой день. Нельзя побывать в Сочи и не познакомиться с его шикарной природой. Для остановившихся в Центральном Сочи существует сразу несколько возможностей погрузиться в здешние субтропики: вы можете поехать к 33 водопадам (▷ 94), в Мамедово ущелье (▷ 100), Дендрарий (▷ 56) или в Тисо-самшитовую рощу (▷ 48).

Девятый и десятый день. В целях сохранения самого важного напоминания о пребывании в Сочи – желанного загара – отдыхаем на пляже и принимаем солнечные ванны, в перерывах между которыми дегустируем блюда кавказской кухни.



Ресторан «Рис»
у морского вокзала
Дельфинарий «Ривьера»



Центральная набережная
Наслаждаясь морем



40
км

4
км

3
км

Чем заняться в Лазаревском районе

10 дней

Первый и второй день. Долгожданная цель практически любого туриста достигнута — ласковое море стало близкой и повседневной реальностью, чем непременно нужно наслаждаться в течение первых дней отдыха в Сочи.

Третий день. Лазаревский район известен своей протяженностью, но в каком бы из курортных поселков вы ни остановились, вам стоит познакомиться с родиной русского чая. Именно здесь, в самом северном сочинском районе, а точнее в окрестностях Дагомыса, был выращен первый урожай русского чая, который в наше время известен под торговой маркой «Краснодарский». Насладиться его вкусом и вникнуть в особенности выращивания вы сможете в поселках Уч-Дере и Солохаул.

Четвертый день. Самые живописные ущелья с горными речками и водопадами находятся именно в Лазаревском районе. Чтобы убедиться в этом, отправляйтесь в ущелье Джегош к 33 водопадам (> 94), которое ежедневно «штурмуют» сотни отдыхающих из других районов Большого Сочи.

Пятый и шестой день. Лазаревский район славится самыми чистыми, протяженными и широкими пляжами, в чем мы и предлагаем вам убедиться в середине быстротечного отпуска. Здесь вы можете отдыхать на лежаке под чарующий шелест волн или же выбрать более активный вариант досуга — скажем, поездку на морском «банане» или гидроцикле.



Чайные плантации
Солохаул

33 водопада
в урочище Джегош

48
км

30
км

30
км

Седьмой день. Из любого поселка Лазаревского района без труда можно доехать до соседнего черноморского города Туапсе, основные достопримечательности которого расположились на Приморском бульваре, улице Карла Маркса и прославленной Платановой аллее. Одним из главных туристических объектов в окрестностях Туапсе является скала Киселева, где снималась сцена рыбалки из легендарной «Бриллиантовой руки» Леонида Гайдая.

90
КМ

Восьмой день. Впасть в детство и предаться водным радостям можно сразу в нескольких местах Лазаревского района, в котором сконцентрировано наибольшее количество сочинских аквапарков. Выбрать есть из чего: к вашим услугам аквапарки «Наутилус», «Морская звезда» и «АкваЛoo» (▷ 92). Ну а тем, кто планирует свою курортную жизнь без экстремальных удовольствий, мы рекомендуем провести этот день на пляже.

39
КМ

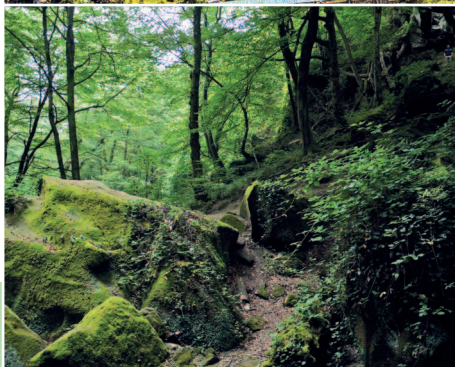
Девятый день. Каждый отдыхающий сам для себя отвечает на вопрос: «Что для меня важнее – бронзовый загар или уникальная сочинская природа?» Действия в случае ответа номер один очевидны – вас ждет замечательный местный пляж и день ленивого отдыха. Ну а если побеждает ответ номер два, вам стоит отправиться в одно из прекрасных горных ущелий, коими изобилует побережье Лазаревского района, – Волконское (▷ 96), Самшитовое (▷ 104), Крабовое (▷ 104), Свирское (▷ 104) или Мамедово (▷ 100).

9
КМ

Десятый день.купаемся, собираем чемоданы, утираем слезы расставания и прощаемся с южной столицей – скорее всего, не навсегда, а лишь до следующего курортно-отпускного сезона.



«АкваЛoo»



Самшитовое ущелье