

ORANGЕВЫЙ ГИД

# СЕВЕРНЫЙ КАВКАЗ

КАБАРДИНО-БАЛКАРИЯ ■ ДАГЕСТАН ■ ИНГУШЕТИЯ  
КАРАЧАЕВО-ЧЕРКЕСИЯ ■ СЕВЕРНАЯ ОСЕТИЯ ■ ЧЕЧНЯ

 **БОМБОРА**  
ИЗДАТЕЛЬСТВО

Москва 2024

# Содержание

<b>Введение</b> . . . . . 4	Карадахская теснина (Республика Дагестан) . . . . . 34
Только на Кавказе . . . . . 6	Нарын-Кала (Республика Дагестан) . . 35
Лучшие места бесплатно . . . . . 8	Чиркейская ГЭС (Республика Дагестан) . . . . . 37
Если идет дождь . . . . . 10	Бархан Сарыкум (Республика Дагестан) . . . . . 38
Лучшие смотровые площадки Кавказа . . . . . 12	Озеро Казеной-Ам (Чеченская Республика) . . . . . 40
Что делать на Кавказе по сезонам . . . 14	
<b>Что посмотреть, или Рейтинг основных достопримечательностей</b> . . . . . 19	<b>Маршруты по Северному Кавказу</b> . . . . . 43
Эльбрус (Кабардино-Балкарская Республика) . . . . . 20	<b>Кабардино-Балкарская Республика</b> . . . . . 44
Джейрахское ущелье и древние башенные комплексы Эрзи, Вовнушки, Эгикал (Республика Ингушетия) . . . . . 22	Джилы-Су. Автомобильный маршрут из Кисловодска . . . . . 45
Храм Тхаба-Ерды (Республика Ингушетия) . . . . . 25	Автомобильный маршрут через Баксанское и Чегемское ущелья . . . . . 51
Дзивгисская скальная крепость (Республика Северная Осетия — Алания) . . . . . 26	<b>Ингушетия</b> . . . . . 59
Даргавс (Республика Северная Осетия — Алания) . . . . . 27	Двухдневный кольцевой маршрут для знакомства с Ингушетией . . . . . 60
Древние аланские храмы (Карачаево-Черкесская Республика) . . . 28	<b>Северная Осетия</b> . . . . . 70
Телескоп (Карачаево-Черкесская Республика) . . . . . 30	Пешеходный маршрут по Владикавказу . . . . . 71
Гостиница «Тарелка» (Карачаево-Черкесская Республика) . . . 31	Автомобильный маршрут по Горной Осетии (Куртатинское и Кармадонское ущелья) . . . . . 80
Озеро Провал (Ставропольский край) . . . . . 32	<b>Ставропольский край</b> . . . . . 89
Кисловодский парк (Ставропольский край) . . . . . 33	Пешеходный маршрут по Кисловодску . . . . . 91
	Пешеходный маршрут по Пятигорску . . . . . 104
	<b>Карачаево-Черкесская Республика</b> . . . . . 118
	Домбай . . . . . 120
	Архыз . . . . . 129
	<b>Чеченская Республика</b> . . . . . 135
	Автомобильный маршрут по Чеченской Республике . . . . . 136
	<b>Дагестан</b> . . . . . 145
	Пешеходный маршрут по Дербенту . . . . . 147
	Автомобильный маршрут по Горному Дагестану . . . . . 156



■ Экраноплан «Лунь» в Дагестане



■ Горнолыжный курорт в Архызе

## Топ-15 лучших мест для фотографий 168

### Культура 175

Календарь событий	176
Музеи и выставочные залы	180
Театры и концертные залы	187

### Местная кухня 191

Северная Осетия	192
Ингушетия	194
Чеченская Республика	196
Карачаево-Черкесская Республика	197
Кабардино-Балкарская Республика	199
Дагестан	200
Ставропольский край	203

### Ночная жизнь 207

Пятигорск	208
Кисловодск	209
Махачкала	209
Дербент	210
Владикавказ	210

### Активный отдых 213

Горные лыжи и сноуборд	214
Парапланы	214
Конные прогулки	214
Скалолазание	215
Рафтинг	215
Альпинизм	215
Горный туризм	216

Каньонинг	216
Парашютный спорт	217
Вело- и мотоспорт	217
Бейсджампинг	217
Джиппинг	217

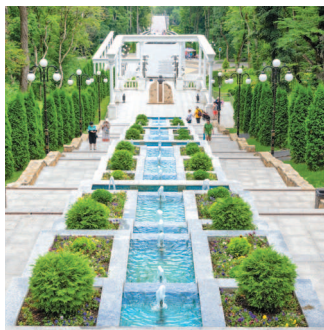
### Шопинг 219

Ставропольский край	220
Северная Осетия	220
Ингушетия	221
Дагестан	223
Кабардино-Балкарская Республика	224
Карачаево-Черкесская Республика	224
Чеченская Республика	225

### Полезная информация 227

Климат/погода	228
Время	228
Как добраться	228
Общественный транспорт	229
Где попробовать целебную воду в КМВ	229
Экскурсии	231
Выбор одежды	231
Отношение к алкоголю	232
Аренда авто	232
Телефоны экстренных служб	233
Полезные сайты	233
5 вещей, которые обязательно нужно сделать на Кавказе	234

Указатель	235
-----------	-----



■ Каскадная лестница в Железноводске

# Введение

Давно минули времена, когда символами Кавказа были только горы, джигиты, папахи и лезгинка. Сегодня Кавказ, несмотря на сохраняющуюся аутентичность и верность традициям, — это современные города с высотными зданиями и сияющими проспектами, передовые технологии и масштабные производства, всепогодные курорты и уникальные маршруты.

Кавказ — место, воспетое художниками, музыкантами и поэтами, и сейчас по праву гордится своими спортивными, научными и культурными достижениями.

О многих достопримечательностях на Кавказе принято говорить с добавлением «самый». Здесь находится крупнейший телескоп в России, древнейшие православные храмы, постро-

## ■ *Перевал Гум-Баши*



енные еще до Крещения Руси, глубочайший каньон Европы, самый высокий бархан в Евразии и гордость России и мечта любого альпиниста гора Эльбрус, входящая в легендарный список высочайших «Семи вершин» мира.

Здесь среди величественных пиков, густых лесов и потрясающих пейзажей вы откроете для себя уникальные природные богатства и увлекательную историю этого региона. Кавказ — это настоящий рай для любителей активного

отдыха и приключений. И каждый найдёт что-то по своему вкусу — от восхождений на высочайшие вершины до пеших прогулок по живописным маршрутам. Будьте готовы к неповторимым впечатлениям, встречам с гостеприимными местными жителями, а также к насыщенной культурной программе. Готовы ли вы отправиться в незабываемое путешествие по Кавказу? Тогда давайте начинать и исследовать все, что этот удивительный регион может предложить!





# ТОЛЬКО НА КАВКАЗЕ



**1** Попробовать любимый напиток кавказских народов — айран. Его пьют вместо чая, кофе и сока, а не подать его гостям к столу считается дурным тоном. Это напиток, отдаленно напоминающий привычный нам кефир, который, кстати, тоже родом с Кавказа. Традиционно делается из коровьего молока. Даже в самый сильный зной он прекрасно утоляет жажду.

.....

**2** Исккупаться в одном из высокогорных озер с чистой водой.

Выбор не может не впечатлить — по разным данным, их количество на Кавказе доходит до полутора-двух тысяч. Чтобы добраться до одних — порой достаточно небольшой пешей прогулки, а где-то надо быть готовым к серьезному трекингу. Однако чтобы увидеть одно из самых больших озер Северного Кавказа — Казеной-Ам, что расположилось на границе Дагестана и Чеченской Республики (1869 м над уровнем моря), физические силы не потребуются. Прямо к берегу можно подъехать на автомобиле.

■ *Озеро Казеной-Ам*



**3 Прокатиться на самом длинном в России зиплайне** протяженностью 1050 метров в парке экстремальных развлечений на Медовых водопадах в Карачаево-Черкесии. Со скоростью 80 км/ч вы совершите головокружительное путешествие над горным каньоном.

+7 928 005-55-01

[www.medovye-vodopady.com](http://www.medovye-vodopady.com)



**4 Погулять по городу-рекордсмену — самому древнему и самому южному городу России — Дербенту.** В 2015 году ему исполнилось две тысячи лет, а во время археологических раскопок в 1971 году его возраст был определен — более 5000 лет. Город — настоящая восточная сказка. Здесь пролегал один из важнейших участков Великого шелкового пути, его история тесно связана с арабскими халифатами и персидскими царствами, на юг и на север через Дербент то и дело устремлялись завоеватели. Старая часть города признана ЮНЕСКО Всемирным наследием человечества.



**5 Посетить уникальный конно-драматический театр «Нарты»** — творческое пространство во Владикавказе, которому уже более 30 лет. Здесь проходят представления и концертные программы в национальном стиле, основанные на верховой езде с элементами осетинской джигитовки, хореографии, драматургии, вокальном и цирковом искусстве.



# ЛУЧШИЕ МЕСТА БЕСПЛАТНО



**1 Погулять по Кисловодскому парку.** Он уникален по своему растительному и животному разнообразию, чистому ионизированному воздуху и минеральным источникам. Площадь Кисловодского парка составляет 965 га (13% от территории города) — это делает его самым большим в Европе.

 <http://kispark.ru/>

**2 Зайти в одну из питьевых галерей Пятигорска, Кисловодска или Ессентуков и попробовать минеральную воду из разных источников.** Их на данный момент эксплуатируется около 100. Для каждой воды есть свои показания по здоровью, поэтому важно соблюдать меру. Воду зачастую пьют из специальных питейников — украшенных фарфоровых и фаянсовых кружек необычной плоской формы с носиком. Это помогает дозировать нарзан и не делать большие глотки. Слово «нарзан» на русский можно перевести как «богатырский напиток». Он считался источником силы легендарного и мифического племени нартов, некогда жившего на Северном Кавказе. Подробнее об источниках — в главе Полезная информация (стр. 227).

■ *Питьевая галерея в Ессентуках*



**3 Отправиться в пеший поход по одному из маршрутов в окрестностях Архыза.** Например, на озеро Семицветное. Если вы поклонник тишины и уединения, вам здесь точно понравится! Кругом лишь девственная природа и потрясающие виды на горные хребты.



**4 Посетить один из древнейших православных храмов на территории России — Шоанинский (КЧР).** Двери храма, возведенного в X веке во времена аланов, и сейчас открыты для всех желающих. Внутри множество икон, горят свечи — здесь действительно можно почувствовать дух времени и проникнуться атмосферой. С противоположной стороны есть выход на живописную дорожку, ведущую к беседке с колоколом — звоннице. Отсюда открываются завораживающие пейзажи на горные хребты.

**5 Подняться к башенному комплексу Эрзи на территории Ингушетии.** Здесь сохранились 47 жилых, 8 боевых и 2 полубоевые башни. Они были построены в XIV–XVI веках, каждая принадлежала отдельному роду.





# ЕСЛИ ИДЕТ ДОЖДЬ

**1 Отправиться на спектакль в один из театров Владикавказа.** Этот город — культурный феномен Кавказа, здесь находятся семь профессиональных театров. Многие спектакли идут на осетинском, и это как нельзя лучше помогает окунуться в национальный колорит республики.



■ Северо-Осетинская государственная филармония во Владикавказе



**2 Посетить башню Согласия в Магасе** — самое высокое здание Ингушетии, откуда открывается панорама на город и окрестности. Это не просто точная копия традиционной ингушской родовой башни, увеличенная в несколько раз, но и башня, построенная с соблюдением традиций и обычаев. Возведена ровно за год, как того требует многовековой ритуал. На первом этаже комплекса находится этнографический музей. Лифта в башне нет. Чтобы подняться на смотровую площадку, необходимо преодолеть спиральный пандус километровой длины. Сама смотровая площадка сделана целиком из прочного стекла, что увеличивает обзор и добавляет острых ощущений посетителям.

**3 Обойти музеи Кисловодска.** Отличный способ с пользой провести время и познакомиться с историей города, если погода не располагает к долгим прогулкам.



■ Музей «Дача Шаляпина»



**4 Посетить дом-музей Лермонтова в Пятигорске.** История города неразрывно связана с именем великого русского поэта, и фразу «лермонтовские места» вы здесь услышите неоднократно. Его дом, сохранивший свой первозданный вид, в 1912 году был переделан под музей. Здесь поэт провел свои последние дни и написал последние стихи. Сюда же привезли тело убитого поэта.

**5 Попробовать национальную кухню в одном из ресторанов.**

Идеально, если удастся выбрать место с панорамным видом на окрестности. Например, ресторан «Эрзи» в Армхи (Ингушетия) или «Купол» в Грозном.

■ Хычины с сыром и картофелем





# ЛУЧШИЕ СМОТРОВЫЕ ПЛОЩАДКИ КАВКАЗА

**1 Плато Бермамыт** — одна из самых живописных природных достопримечательностей юга России в двух часах езды от Кисловодска: асимметричные склоны, каменные колонны и ущелья выглядят, будто декорации в кино. Сюда едут за лучшим видом на Эльбрус. Большая часть пути проходит по бездорожью, поэтому до плато лучше добираться в составе экскурсии. Идеальное время для поездки — конец июля и август, в эти месяцы погода более стабильна. А если хотите повысить шансы увидеть Эльбрус во всей красе — приезжайте на рассвете.



**2 Смотровая площадка на горе Мусса-Ачитара** (Домбай) расположена на 3-й очереди (2270 м), и здесь находятся станции всех трех канатных дорог, работающих в поселке. Отсюда Домбай как на ладони, открывается вид на Главный Кавказский хребет, вершины Домбай-Ульген, Джугутурлучат, Птыш и Белалаяка.

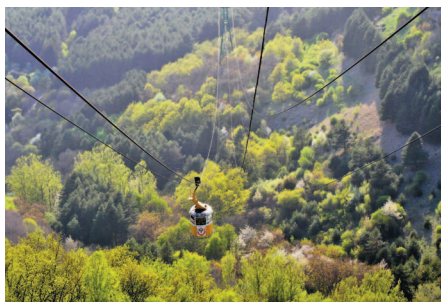
**3 Смотровая площадка на Сулакский каньон** (п. Дубки, Дагестан), пожалуй, самая растрогающая достопримечательность Дагестана. Сотни туристов приезжают сюда ежедневно. В 2016 году здесь оборудовали обзорную площадку — есть парковка, небольшое кафе и сувенирные лавки.



**4** Еще одна потрясающая смотровая площадка в Дагестане находится в поселке Гуниб, **на вершине Гунибской крепости**. Она больше подойдет для любителей побыть с природой один на один — из-за своей труднодоступности и удаленности здесь не так много людей. Небольшой участок вдоль крепостных стен придется пройти пешком. Но за усилия на подъеме вы будете вознаграждены видами на сам Гуниб, водохранилище и удивительной красоты Гунибское плато.



**5 Верхняя станция канатной дороги в Кисловодске** — лучший обзорный пункт в округе. Отсюда прекрасно видны Бермамытское плато, часть Главного Кавказского хребта и, конечно, красавец Эльбрус.





# ЧТО ДЕЛАТЬ НА КАВКАЗЕ ПО СЕЗОНАМ

## Лето

Лето на Кавказе — время активного отдыха, и для этого есть множество интересных возможностей. Обязательно присмотритесь к **горному пешеходному туризму**. Каждая из республик может похвастаться маршрутами разного уровня сложности и великолепием пейзажей.

Любители **велопрогулок** тоже найдут занятие по душе — на КМВ есть трассы как для новичков, так и для профессионалов. Если вас влекут большие горы, возможно, стоит попробовать свои силы в **альпинизме**. Если же карабкаться по скалам в планы не входит, но насладиться горными пейзажами с высоты

птичьего полета хочется, есть отличное решение — **полеты на парашуте**.

На Кавказе функционируют несколько парашутов, самый популярный из которых находится в Чегеме. Двадцатиминутный полет в тандеме с инструктором обойдется в 5–8 тыс. Реки Кавказа идеально подходят для занятий **рафтингом**. Пороги здесь не такие сложные и агрессивные, поэтому удобно оттачивать мастерство.



■ Баксанское ущелье летом

В середине июля поля и луга в урочище Джилы-Су покрываются желтыми лютиками — самое красивое время для поездки в эти края. Тогда же происходит пик активности и у сусликов — они буквально охотятся за туристами, выпрашивая еду. Кормить их все-таки не рекомендуется — человеческая пища наносит вред их здоровью. Но понаблюдать за этими милыми созданиями — одно удовольствие.

Август — отличное время для астрономических наблюдений. Небо в этот период наиболее ясное. Плато Шаджатмаз, в 40 минутах от Кисловод-

🏠 КБР, село Эльтубю

☎ +7 928 722–94–34

🌐 [www.flychegem.ru](http://www.flychegem.ru)



■ Суслик в Джилы-Су

ска, — самое доступное место для наблюдения за метеорным потоком Персеиды — одним из самых зрелищных явлений на ночном небе. Его можно наблюдать раз в год, и пик как раз приходится на середину последнего летнего месяца.

Лето — это еще и сезон фруктов. В Дагестане зреют абрикосы с середины июня по конец июля, их сменяют персики. А затем, в августе, начинается время винограда, арбузов и дынь.

## Осень

Осень в горах особенно прекрасна. Именно в это время года сюда съезжаются фотографы и художники со всей страны, чтобы запечатлеть буйство красок на фоне заснеженных вершин. Пешие прогулки доставляют особое удовольствие — нет изнуряющей жары, туристов тоже в разы меньше — повсюду царит атмосфера спокойствия и умиротворения. Осень — сезон грибов и ягод. На склонах вы непременно встретите чернику и бруснику, дику малину и раскидистые кусты облепихи.

В дагестанских садах зреют гранат и хурма.

Хорошая идея совместить поездку на Кавказ в межсезонье с посещением национальных музеев и галерей, познакомиться с местной культурой и творчеством.



■ Ледник Птыш в Домбае

## Зима

Зимой на курорты Кавказа съезжаются любители **горнолыжного спорта**. Лидируют, конечно, Архыз, Приэльбрусье и Домбай. Здесь множество трасс и развитая инфраструктура. Но каждая республика может похвастаться своим, хоть небольшим, но курортом. В Чечне это Ведучи, который сейчас активно развивается, в Северной Осетии — Цей, в Ингушетии — Армхи, в Дагестане — Чиндирчero.

Помимо лыжных трасс, на курортах есть места для катания на санках и ватрушках. А к заснеженным вершинам можно подняться на снегоходе или ратраке.

В Архызе отправляйтесь в небольшой поход по Тебердинскому заповеднику — именно в зимнее время здесь можно встретить зубров в естественной среде обитания. Летом они к людям практически не спускаются, а зимой приходят на подкормку.

В холодный снежный день особенно приятно окунуться в бассейн с горячей водой. Ведь одно из главных богатств региона — минеральные и термальные источники. Большая часть из них расположена в Ставропольском крае.

Не забудьте и про бани и сауны — на Северном Кавказе они являются неотъемлемой частью культуры. Это отличный способ расслабиться, снять усталость и согреться после зимних приключений.