

## **Маршруты**

203 идеи для отдыха в России



# МАРШРУТЫ

203 идеи для отдыха в России

Анастасия Осян

УДК 913(470+571)  
ББК 26.89(2)  
О-79

Неисключительные права на публикацию книги принадлежат ООО «Издательство АСТ». Исключительные права на содержание книги, включая ее текст, принадлежат АО «ТБанк». Любое использование материала данной книги без разрешения правообладателя запрещается. Информация об авторах фото и используемых на фотографиях объектов размещена в разделе книги «Источники».

Осян, Анастасия Андреевна  
О-79 Маршруты. 203 идеи для отдыха в России / А. А. Осян — Москва :  
Издательство АСТ, 2026. — 520 с.

ISBN 978-5-17-176776-1

«Маршруты» — путеводитель, написанный на основе личного опыта поездок по 21 региону России. Чтобы составить книгу, автор и фотографы полтора года ездили по стране. В итоге здесь собраны идеи, чем заняться в разных регионах: от походов по горам и серфинга на вулканических пляжах до неспешных прогулок по набережным и ужинов в лучших ресторанах. Все рассказы честные: в «Маршрутах» нет рекламы мест, отелей и заведений. В конце книги вас ждет глава с практическими советами по планированию путешествия и экономии в поездках.

Книга рассчитана на тех, кто хочет по-настоящему увидеть и узнать Россию: выбрать маршрут по интересам и бюджету, сберечь время и деньги и получить яркие впечатления.

УДК 913(470+571)  
ББК 26.89(2)

© Осян А. А., 2026  
© АО «ТБанк»  
© Ярославский музей-заповедник. 2025  
© Свердловский областной краеведческий музей имени О. Е. Клера. 2025  
© Пермский краеведческий музей. 2025  
© ООО «Издательство АСТ», 2026

ISBN 978-5-17-176776-1

**Т—Ж**

**Т** **БАНК**

**аст**  
ИЗДАТЕЛЬСКАЯ ГРУППА АСТ

## **Маршруты**

203 идеи для отдыха в России

# СОДЕРЖАНИЕ

О чем эта книга	8
Как сэкономить на путешествии по России	492
Благодарности	510
Источники	512

---

## Красоты Дальнего Востока

Владивосток	12
Камчатский край	36
Сахалинская область	60



---

## Просторы Сибири

Республика Алтай	76
Иркутская область	98
Красноярский край	128



---

## Окрестности Уральских гор

Екатеринбург	152
Пермский край	174
Уфа	196



## Горы Кавказа

Дагестан  
Северная Осетия

212  
234



## От степей до моря

Калмыкия  
Сочи

256  
278



## Города на Волге

Казань  
Нижний Новгород  
Ярославль

302  
320  
346



## Регионы Северо-Запада

Калининградская область  
Карелия  
Мурманская область

366  
390  
418



## Две столицы

Москва  
Санкт-Петербург

438  
464





# О чем эта книга

Этот путеводитель отличается от большинства других. Чтобы составить его, мы с фотографами Дашей и Настей проехали 21 регион — от Мурманской области до Дагестана, от Калининграда до Петропавловска-Камчатского.

В итоге в «Маршрутах» — 203 идеи, как отдохнуть в России. В книге есть разные сценарии поездок: например, для любителей гор и моря, истории и культуры или просто вкусной еды. Я расскажу про трекинг — опасный на Камчатке и спокойный в Красноярском крае. Про городской отдых — с прогулками по набережным в Нижнем Новгороде и паркам Уфы. Еще про архитектуру — конструктивизм в Екатеринбурге и старые церкви в Ярославле. Главы будут про поездки в разное время года: например, на Алтай летом, в Дагестан весной, в Сочи осенью, в Пермский край и на Байкал зимой.

Прочитав книгу, вы сможете определить, что вам ближе, а что не хочется посещать, и уже за счет этого не потратите лишних денег. В конце есть глава про то, как организовать путешествие самостоятельно и сэкономить.

Идея книги пришла мне во время работы в Т—Ж — медиа Т-Банка о деньгах и жизни в России. Я руководила в нем редакцией путешествий в течение пяти лет. Поэтому «Маршруты» — экспертный и в то же время местами субъективный взгляд на отдых в России. В книге минимум исторических фактов, зато есть впечатления.

Другая важная особенность книги: в ней нет рекламы мест, отелей и заведений. Мне это кажется важным преимуществом, потому что в соцсетях и медиа из-за большого количества оплаченной рекламы много приукрашиваний. Блогеры в своих рассказах иногда добавляют месту лишнюю ценность, а фотографы делают снимки, которые слабо похожи на то, как все выглядит в жизни. Отсутствие рекламных контрактов избавило меня и моих коллег — фотографов от необходимости выискивать плюсы там, где их нет, и рекомендовать переоцененные места.

Мы с командой путешествовали как все: где-то питались в ресторанах, где-то ели пирожки из пакетов. В одних регионах ночевали в трехзвездочных отелях, а в других спали в избах с коврами на стене. Все это совмещали с основной работой, поэтому, чтобы получилось выпустить книгу, пришлось ограничить количество регионов.

Звучит высокопарно, но из поездок я вернулась другим человеком. Верю, что путешествия меняют людей: делают их более терпимыми, открытыми — и счастливыми. Надеюсь, наш труд поможет и вам стать чуть счастливее благодаря поездкам по России.

**КРАСОТЫ  
ДАЛЬНЕГО  
ВОСТОКА**



# Владивосток

с. 12



# Камчатский край

с. 36



# Сахалинская область

с. 60



# Владивосток

Историк и поэт Иван Елагин назвал Владивосток «дивным тупиком»<sup>1</sup> России. Трудно подобрать более точное определение для этого города на побережье Японского моря.

Владивосток — отправная точка для путешествия по Приморскому краю, удивляющему своей красотой. Даже в административных границах города природа как в экзотическом заповеднике. Побережье напоминает пейзажи Калифорнии, с которой регион соседствует через океан, а берега усеяны ракушками от гребешков и устриц. В лесах водятся тигры и летают гигантские бабочки.

Другая причина приехать в Приморье — дикий микс культур. Его соседи по суше или воде — Китай, КНДР, Южная Корея и Япония. Если до Москвы из Владивостока 8,5 часа лета, то до Пекина — 2,5. Поэтому неудивительно, что история города и региона тесно связана с Азией. Во Владивостоке до сих пор сохранился старый китайский квартал, а в местных заведениях сплошь и рядом паназиатская кухня с малоизвестными названиями. Магазины завалены товарами с иероглифами на упаковке. Мне было проще купить в городе булочку пян-се, чем пряник.

Когда только собиралась писать книгу, думала, что смогу позиционировать Приморский край как экзотическую альтернативу Черноморскому побережью. «Ха!» — вот что я думаю по этому поводу теперь. К морю цвета мармелада и уединенным пляжам здесь прилагается капризная погода с тайфунами и туманами. А уровень инфраструктуры на курортах далек от черноморского. Но, несмотря на это, Владивосток запал мне в сердце так, что я хотела бы вернуться туда при первой же возможности.

---

## Чем заняться во Владивостоке

Посмотреть на мосты и море с обзорных площадок	16
Погулять по Миллионке	18
Посетить музеи	20
Увидеть город с воды	21
Арендовать яхту или катер	23
Побывать на краю земли	24
Пройти по обрыву на острове Шкота	25
Посетить баню или спа-центр	29
Побывать на ферме морепродуктов	30
Попробовать азиатскую кухню	32
Удивиться капризам местной погоды	33

## Главное

---

**Где расположен:** на юго-востоке России, на полуострове Муравьева-Амурского и островах Русском, Попова, Рейнеке и других. Омывается Японским морем, административный центр Приморского края.

**Часовой пояс:** +7 часов к Москве, GMT+10.

**Время в пути из Москвы:** на самолете — от 8 часов, на поезде — от 6,5 суток.

**Путь из Москвы на автомобиле:** от 9100 км.

**Когда лучше ехать:** июль — первая половина сентября.

---

## История

---

В VII—X веках на территории Владивостока и Приморья располагалось государство, которое сначала называлось Чжэнь, а затем — Бохай. В XII—XIII веках здесь была Золотая империя чжурчжэней — тунгусо-маньчжурского народа.

Владивосток основали в 1860 году, тогда же начали строить крепость. За всю историю из нее не произвели ни одного боевого выстрела. Даже во время Русско-японской войны 1904—1905 японский флот только однажды обстрелял город издалека.

Во время Гражданской войны Владивосток пережил интервенцию войск Японии, США, Великобритании, Канады и Франции.

В октябре 1922 года Владивосток заняла армия Дальневосточной республики — ДВР. Формально это было независимое государство с капиталистическим укладом, со своей конституцией и валютой, а по факту — тесно связанное с советским правительством. В ноябре 1922 власти объявили о присоединении ДВР к РСФСР.

В советское время Владивосток был закрытым для иностранцев городом. Его открыли только в 1992 году.

## Особенности

---

Приморье соседствует с Китаем и КНДР. Отсюда можно отправиться на пароме в Южную Корею или на автобусе в Китай.

Во Владивостоке расположена главная база Тихоокеанского флота и крупнейший на Дальнем Востоке морской порт. Еще здесь процветает рыбный промысел.

В городе заканчивается Транссибирская магистраль — самая длинная железная дорога в мире.

Из-за расположения Владивостока на сопках будьте готовы ходить то вниз, то вверх. Местные предпочитают передвигаться на автомобилях.

---



Маршруты