



◆ КРАСНЫЙ ГИД ◆

МУРМАНСК И МУРМАНСКАЯ ОБЛАСТЬ

ТЕРИБЕРКА, ПОЛУОСТРОВ РЫБАЧИЙ, КИРОВСК, КАНДАЛАКША

 **БОМБОРА**
ИЗДАТЕЛЬСТВО
Москва

Как пользоваться книгой

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

Путеводитель поделен на 3 части:

- **Откройте Мурманск и Мурманскую область:** краткая информация о Мурманске, советы на тему «Как лучше провести первый и второй день в Мурманске» и 25 самых интересных мест на одной карте со ссылками на подробное описание в тексте.

- **Мурманск и Мурманская область по кусочкам:** мы разделили информацию о Мурманске и Мурманской области на четыре части, в каждой из которых отмечены интересные места, лучшие достопримечательности, музеи и рестораны. Предложенные маршруты позволят вам самостоятельно познакомиться с самыми интересными туристическими объектами Кольского полуострова.

- **Нужно знать:** в этой главе вы найдете советы о том, как лучше всего спланировать время в Мурманске, исторический обзор, информацию об общественном транспорте, погоде, телефонных номерах экстренных служб и полезных сайтах.

Навигация

В разделе «Мурманск и Мурманская область по кусочкам» каждый раздел выделен собственным цветом. Этим же цветом он обозначен и на картах.

Содержание

ОТКРОЙТЕ МУРМАНСК И МУРМАНСКУЮ ОБЛАСТЬ! 4

Чем заняться	
в Мурманске по часам	6
Топ-25	8

МУРМАНСК И МУРМАНСКАЯ ОБЛАСТЬ ПО КУСОЧКАМ 11

МУРМАНСК 13

Что посмотреть	16
Увидеть больше	25
Прогулка по Мурманску	28
Рестораны	29
Развлечения и ночная жизнь	32
Шопинг	33

РУССКАЯ ЛАПЛАНДИЯ 35

Что посмотреть	38
Увидеть больше	56
Прогулка по Териберке	58
Рестораны	59

ХИБИНЫ 63

Что посмотреть	66
Увидеть больше	73
Рестораны	74
Развлечения	76

ПОБЕРЕЖЬЕ БЕЛОГО МОРЯ 79

Что посмотреть	82
Увидеть больше	90
Рестораны	92
Развлечения	93

НУЖНО ЗНАТЬ 95

Только в Мурманске	
и Мурманской области!	96
Лучшие места бесплатно	97
Если идет дождь...	98
Шопинг	99
Шопинг по интересам	102
Арктическая кухня	102
Деление ресторанов	
по предпочтениям	103
Если вас интересуют...	104
Планирование поездки	106
Как добраться	108
Важные сведения	109
Исторический обзор	111

Указатель 113

Чек-лист по Мурманску	
и Мурманской области	115



Мурманск

Откройте Мурманск и Мурманскую область!

Если вы хотите оказаться за полярным кругом, увидеть дикие пейзажи тундры и танцующее в небе северное сияние, то Мурманск и Мурманская область – это место для вас.

Мурманск называют воротами в Арктику. Этот город-порт на скалистом побережье Кольского залива удивит вас арктической кухней и покорит своим рельефом и видами на залив и мачты кораблей.

Ищете самое красивое побережье Северного Ледовитого океана? Тогда отправляйтесь на полуостров Рыбачий или в поморскую



Териберка

Териберку, ставшую кинематографической звездой после выхода фильма «Левиафан».

Летом, когда все здесь греется в лучах незаходящего солнца, самое время исследовать тропы Лапландского заповедника, побережье Белого моря и склоны Хибин.

Сделайте миллион селфи в обнимку с северным оленем в самской деревне. Загляните в бездонный карьер, где добывают железистые кварциты. Отправьтесь в снежное сафари по Заполярью на собачьих упряжках. Пойдите над самой глубокой в мире скважиной, уходящей прямоком в преисподнюю. А когда ваше арктическое путешествие подойдет к концу, не забудьте вписать свое имя в сертификат, подтверждающий пересечение вами полярного круга.



Чем заняться в Мурманске по часам

ДЕНЬ ПЕРВЫЙ

Утро и первая половина дня. Мурманск — ворота в Арктику, и именно с него для большинства начинается знакомство с Русским Севером. В нем нет архитектурных шедевров и древних храмов. Он слишком молод для этого, и многое в нем разрушено войной. Но дайте Мурманску шанс вас покорить. Проникнитесь атмосферой брутального, продуваемого северными ветрами города, начав знакомство с ним с площади «Пять углов» (▷20). Рано или поздно улицы Мурманска приведут вас в Морской порт (▷16), где у причала рядом с Морским вокзалом стоит на вечной стоянке ледокол «Ленин» (▷18). Сделайте селфи на фоне первого в мире атомного ледокола, прежде чем подняться на его борт.

Обед. На часах обеденное время, а это значит, что пора познакомиться с арктической кухней Мурманска. Идеальный вариант для этого — ресторан Gray Goose (▷29).

Вторая половина дня. После обеда поезжайте за самыми впечатляющими видами Мурманска в район Абрам-мыс (▷24) на противоположный берег Кольского залива. Этот вид и есть главная достопримечательность города. Мало где еще можно увидеть такое сочетание суровой северной природы, огромного морского порта и взбирающихся вверх по сопкам городских кварталов.

Вечер. Ужин в загородном ресторане «У Егорыча» (▷30), из окон которого открывается панорамный вид на Мурманск и Кольский залив, пройдет, как говорится, на высоте. Процесс разделки морских ежей, чрезвычайно полезных для здоровья, вы увидите собственными глазами.



Ледокол «Ленин»

Абрам-мыс

ДЕНЬ ВТОРОЙ

Утро и первая половина дня. После раннего завтрака поезжайте в Териберку (▷38), закупив предварительно продукты для пикника. Перед въездом в Старую Териберку сверните к месту, наверняка знакомому вам по фильму «Левиафан». Погуляйте по песчаному пляжу в Старой Териберке, рассматривая арт-объекты на берегу. Сделайте короткую остановку возле кладбища кораблей, перед тем как отправиться исследовать тропы в природном парке «Териберка». Проникнитесь красотой его пейзажей, дойдите до пляжа Яйца Дракона и Батарейного водопада, пробившего себе путь в красных скалах.

Обед. Прогулка наверняка пробудит у вас аппетит. А это значит, что пора устроить пикник с видом на Баренцево море.

Вторая половина дня. Всю обратную дорогу до Мурманска вас будет сопровождать уходящая за горизонт тундра.

Вечер. Выберите для прощального ужина ресторан «Царская охота» (▷29) или более демократичный пивной ресторан «Пилигрим» (▷30).



Памятник китам на Териберке



Старая Териберка



Морской порт Мурманска (▷16). Крупнейший порт Заполярья.

Атомный ледокол «Ленин» (▷18). Первый в мире атомный ледокол и первое атомное гражданское судно.

Площадь «Пять углов» (▷20). Главная площадь Мурманска.

Варзуга (▷88). Большое поморское село с деревянными храмами.

Тоня Тетрина (▷87). Рыбачий хутор, ставший историко-этнографическим комплексом.

Петроглифы Канозера (▷86). Наскальные изображения эпохи неолита.

Кандалакшский государственный природный заповедник (▷84). Птичий заповедник, созданный для охраны северной морской утки гаги.

Терский берег. Село Умба (▷83). Колоритное поморское село.

Кандалакшский берег. Кандалакша (▷82). Поморское село с доисторическим лабиринтом.

Полярно-альпийский ботанический сад-институт (▷72). Единственный ботанический сад России за полярным кругом.

Горнолыжные комплексы «Большой Вудъявр» и «Кукисвумчорр» (▷70). Самые северные горнолыжные курорты России.

Кировск (▷68). Город горняков в Хибинах.



Здесь мы предлагаем вам краткую информацию о 25 лучших местах Мурманска с указанием номеров страниц с более подробным описанием. Достопримечательности отмечены разными цветами, соответствующими цвету района на карте и разделу путеводителя.

Мемориал морякам, погибшим в мирное время (▷22). Памятник всем, кто погиб в море в мирное время.

Мемориал Защитникам Советского Заполярья в годы ВОВ (▷23). Монументальная фигура солдата, которого любовно называют Алешей.

Абрам-мыс (▷24). Лучшая смотровая площадка Мурманска.

Териберка (▷38). Старинное поморское село, место съемки фильма «Левиафан».

Полуостров Рыбачий (▷40). Самая северная точка европейской части континентальной России.

Печенга (▷42). Первое место службы Юрия Гагарина.

Кольская сверхглубокая скважина (▷44). Самая глубокая в мире скважина.

Охота за северным сиянием (▷46). Наблюдение за удивительно красивым природным явлением.

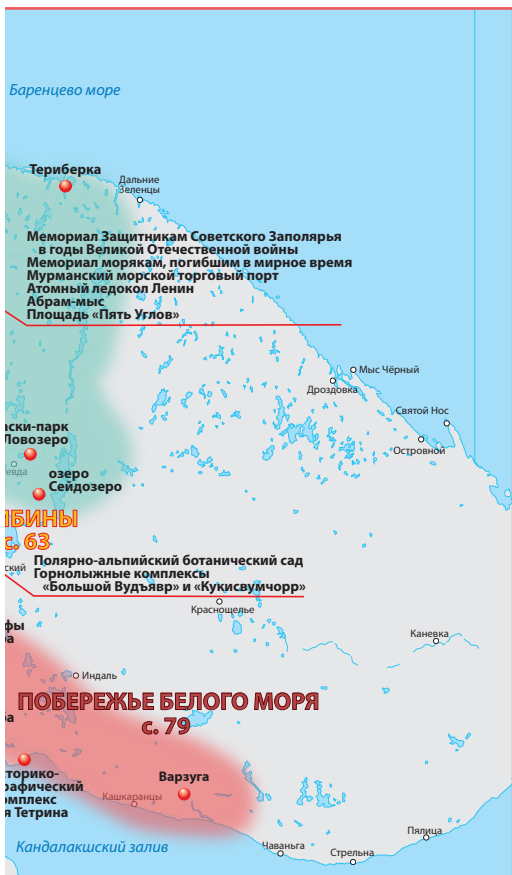
Лапландский биосферный заповедник (▷48). 278 435 гектаров нетронутой северной природы.

Этнографическая саамская деревня Самь-сыйт (▷50). Место, где можно узнать все о саамах и пообщаться с северными оленями.

Хибины (▷66). Крупнейший горный массив Кольского полуострова.

Сейдозеро (▷54). Священное озеро саамов в горном массиве Ловозерские.

Хаски-парк «Ловозеро» (▷52). Снежное сафари на собачьих упряжках.



Мурманск и Мурманская



область по кусочкам

Что посмотреть	16
Увидеть больше	25
Прогулка по Мурманску	28
Рестораны	29
Развлечения и ночная жизнь	32
Шопинг	33

МУРМАНСК

Что посмотреть	38
Увидеть больше	56
Прогулка по Териберке	58
Рестораны	59

**РУССКАЯ
ЛАПЛАНДИЯ**

Что посмотреть	66
Увидеть больше	73
Рестораны	74
Развлечения	76

ХИВИНЫ

Что посмотреть	82
Увидеть больше	90
Рестораны	92
Развлечения	93

**ПОБЕРЕЖЬЕ
БЕЛОГО МОРЯ**





Мурманск

Что посмотреть

16

ТОП 25

**ТОП
25**

Увидеть больше

25

Морской порт
Мурманска ▷**16**

Прогулка
по Мурманску

28

Атомный ледокол «Ленин»
▷**18**

Рестораны

29

Площадь «Пять углов» ▷**20**

Развлечения
и ночная жизнь

32

Мемориал морякам,
погибшим в мирное
время ▷**22**

Шопинг

33

Мемориал Защитникам
Советского Заполярья
в годы Великой
Отечественной
войны ▷**23**

Абрам-мыс ▷**24**