

# предельная глубина

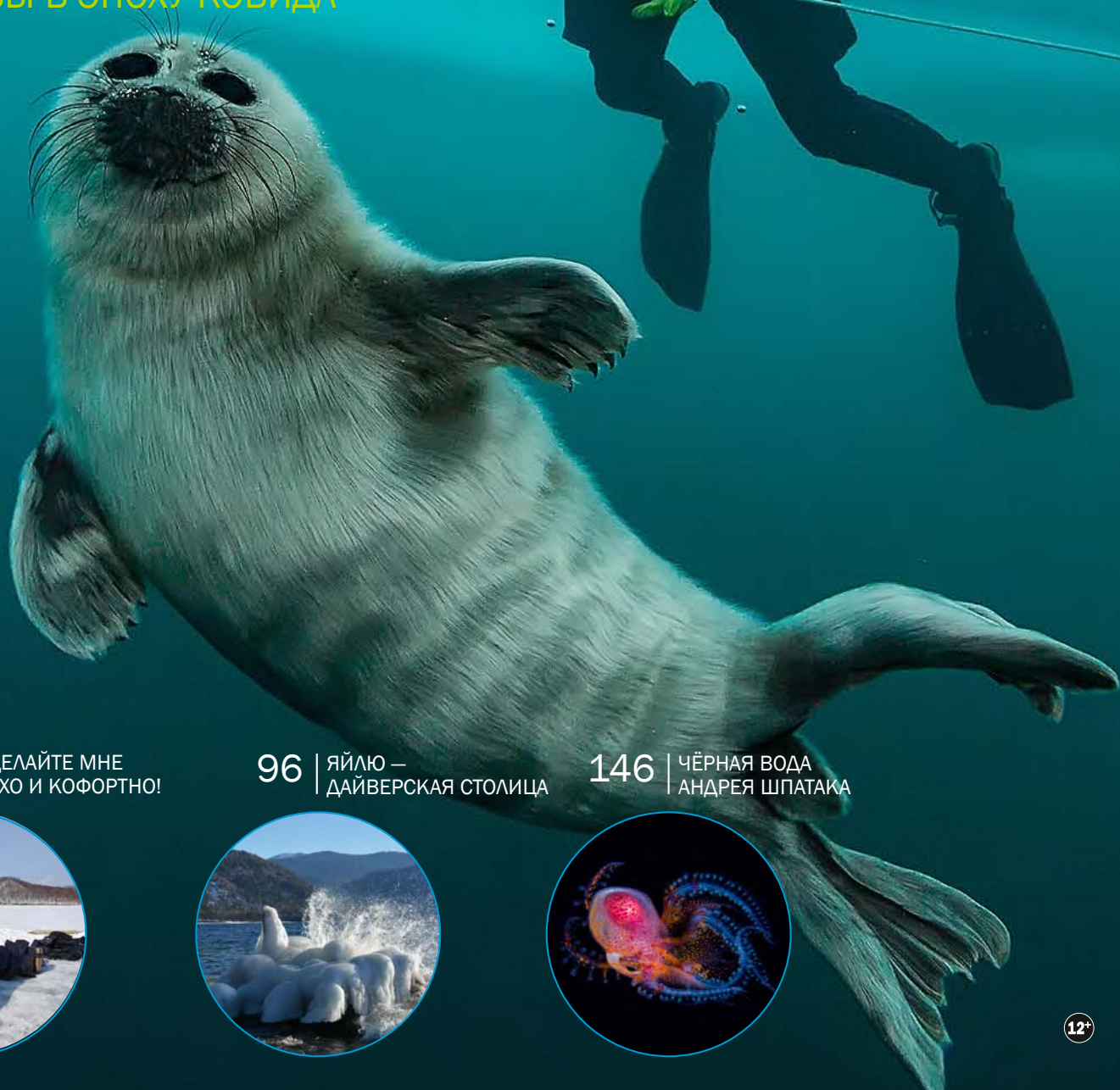
№6/2020

ДАЙВИНГ • ПОДВОДНОЕ ФОТО • ПУТЕШЕСТВИЯ

**УХ! КАК ХОЛОДНО!**  
ФИЗИОЛОГИЯ ПОГРУЖЕНИЙ  
В ХОЛОДНУЮ ВОДУ

**СУХАРИ**  
ВАРИАНТЫ, ПЛЮСЫ, МИНУСЫ

**ВОЗВРАЩЕНИЕ В ЭДЕМ**  
МАЛЬДИВЫ В ЭПОХУ КОВИДА



58 | СДЕЛАЙТЕ МНЕ  
СУХО И КОФОРТНО!

96 | ЯЙЛО —  
ДАЙВЕРСКАЯ СТОЛИЦА

146 | ЧЁРНАЯ ВОДА  
АНДРЕЯ ШПАТАКА



**СОБЫТИЯ**

8 ВЫСТАВКА ПОДВОДНОГО ЧЕЛОВЕКА 8-11 АПРЕЛЯ 2021 ГОСТИНЫЙ ДВОР

**В МИРЕ ФРИДАЙВИНГА**

16 В МИРЕ ФРИДАЙВИНГА

**ГДЕ НЫРЯТЬ**24 ПУТЕШЕСТВИЯ В НОВОЙ РЕАЛЬНОСТИ  
*ЛАРА ЛОКЬЕР***С ЧЕМ НЫРЯТЬ**32 ГИДРОКОСТЮМ СУХОГО ТИПА  
*СЕРГЕЙ ГОРПИНЮК*

58 СДЕЛАЙТЕ МНЕ ТЕПЛО, СУХО И КОМФОРТНО!

68 ЭЛЕКТРОПОДОГРЕВ — СОВРЕМЕННЫЙ СПОСОБ БОРЬБЫ С ЗАМЕРЗАНИЕМ  
*АЛЕКСЕЙ ЛЕВИН*

70 РЕБРИЗЕРЫ, КОТОРЫЕ МЫ ВЫБИРАЕМ. ВАЛЕРИЙ МУХИН

**НАШИ ВОДЫ**82 РЭКИ ПРИМОРЬЯ  
*АЛЕКСЕЙ КОНДРАТЮК*96 ЯЙЛЮ — ДАЙВЕРСКАЯ СТОЛИЦА АЛТАЯ  
*РОМАН ВОРОБЬЕВ*110 САМАРСКАЯ ГЛУБИНА  
*ЕФРЕМЫЧЕВ ДМИТРИЙ***В ДАЛЁКИХ МОРЯХ**120 КРАКЕНЫ, ЛЬВЫ, КИТЫ-УБИЙЦЫ И ЭТО ЕЩЁ НЕ ВСЁ...  
*ЛИДИЯ БУРЛАКОВА*128 ВОЗВРАЩЕНИЕ В ЭДЕМ  
*АЛЕКСЕЙ ЗАЙЦЕВ***ПОДВОДНОЕ ФОТО**146 ЧЁРНАЯ ВОДА  
*АНДРЕЙ ШПАТАК*158 TTL-УПРАВЛЕНИЕ ВСПЫШКАМИ. ИННОВАЦИИ  
В ЭЛЕКТРОНИКЕ ДЛЯ ПОДВОДНОГО ФОТО  
*ВЛАДИМИР ГУДЗЕВ И ПАВЕЛ КОЛПАКОВ***ПОРТФОЛИО**168 ТРОПОЙ КУСТО  
*АНДРЕЙ КАШИН***ИСКАТЕЛИ**176 БИВНИ, КОСТИ И РОГА  
*ВАСИЛИЙ СИБИРЦЕВ***БЕЗОПАСНОСТЬ**182 ПАНИКА ПЕРВОГО ПОГРУЖЕНИЯ  
*ОЛЬГА ТУР*188 УХ! КАК ХОЛОДНО!  
*МАРТЫНЕНКО А. А., МАРТЫНЕНКО Т. А., МАРРОНИ А., МОЗГОВОЙ Е. Д., ЧЕРЕПАНОВ С. С.*

# Ищешь себе БОЛЬШИХ приключений?



## Выбери точку на карте!

Приключения по всему миру с крупной фауной тебе устроит Aggressor

С 1984 года Aggressor Adventures® выступает первопроходцем захватывающих высокоэнергетических адреналиновых контактов с наиболее величественными живыми существами – сухопутными, водными, подводными. Отправляясь с нами навстречу дикой природе, гости будут окружены заботливым сервисом, избалованы изысканной кулинарией и размещены в роскошных каютах и номерах. У нас есть форматы на любой вкус и кошелек: дайвинг с флотилией Aggressor Liveboard®, речные круизы по Нилу Aggressor River Cruise®, а также сухопутные сафари Aggressor Safari Lodges® на Шри-Ланке. Выбери любое из наших мировых экзотических направлений – и присоединяйся к искателям больших приключений с крупными животными в стиле Aggressor style!

Уэйн Браун, CEO, страстный путешественник



**AGGRESSOR ADVENTURES**

Новая яхта Philippines Aggressor  
запускается с мая 2020:  
бронирование уже открыто!

# DIVE SHOW .RU 2021

# ВЫСТАВКА ВОДНОГО ЧЕЛОВЕКА

# НОВОСТИ

8-11 АПРЕЛЯ  
ГОСТИНЫЙ ДВОР

Апрель! Как громко ни кричи, а всё равно найдутся те, кто не услышал. Поэтому повторим ещё раз — выставка пройдет в Гостином Дворе, 8-11 апреля 2021 года. Можно заранее покупать билеты в Москву и планировать календарь встреч.

Возведённый итальянским архитектором Джакомо Кваренги, Гостиный Двор занимает целый квартал между улицами Варварка и Ильинка. Галереи, напоминающие римский Колизей, размещали склады и офисы сотен купцов, занимавшихся оптовой торговлей.

## НОВОЕ МЕСТО

- Место с историей. Именно тут до 2015 года проходила дайверская выставка «Золотой дельфин». Вспомним мгновенья прошлых лет и вдохнём новые энергии в древние стены Гостиного Двора.
- Красиво и атмосферно. Возведённый итальянским архитектором Джакомо Кваренги, Гостиный Двор занимает целый квартал между улицами Варварка и Ильинка. Галереи, напоминающие римский Колизей, размещали склады и офисы сотен купцов, занимавшихся оптовой торговлей. Интересно, что «гостями» в XVII веке называли иноземных или иногородних купцов, живущих и торгующих не там, где приписаны.
- Просторно и безопасно. Площадь внутреннего атриума 12000 кв. метров сопоставима с площадью Сан-Марко в Венеции, а безопорное стеклянное перекрытие, которое смонтировали в конце XX века, является до сих пор самым большим в Европе. Здесь смогут комфортно разместиться в одном зале все экспоненты *Moscow Dive Show*, которые в Сокольниках были распределены по трём отдельным павильонам. Огромные потолки — это не только красиво, но и безопасно с точки зрения всяческих бактерий, пытающихся жить в душных помещениях (хотя к апрелю большая часть этих подлых вирусов должна, конечно, неминуемо сгинуть). Также высоту атриума оценят яхтенные участники, которые смогут разместить свои суда в полный рост.

## НОВЫЙ СЕЗОН

Дайверская выставка с 2003 года всегда проходила в феврале. Это удобный момент для всех участников. В туризме февраль тихий месяц — новогодние путешествия в тёплые края завершены, а европейские моря ещё скованы холодом. У продавцов снаряжения ситуация аналогичная — старт нового сезона в марте. Яхтсмены

тоже стоят зимой на якоре. В 2021 году гадкий ковид спутал карты и календарики, но одновременно и подарил новую возможность — посетить выставку не в глухое зима, а в прекрасную весеннюю пору. Иностранным гостям не понадобится «*Russian shapka*», достаточно будет привычной кепки. Вечерами, если останутся силы, отправляйтесь на прогулки по историческому центру — Кремль, Красная площадь, ГУМ, пешеходная Никольская улица, новый футуристический парк Зарядье и ещё десяток прекрасных маршрутов в 5 минутах ходьбы от входа на выставку. И всё это по сухому асфальту, без льда и снега.



Внимание, спойлер. Уже утверждены даты выставки 2022 года и это снова будет зима — 17–20 февраля. Так что ловите весенний шанс в 2021 году.

## НОВЫЕ КРАСКИ

Прежний формат, но ещё ярче. Все достижения культурно-развлекательной программы будут сохранены и заиграют новыми красками в антураже прекрасного атриума Гостиного Двора. Ярусный зрительский амфитеатр позволит с еще большим комфортом



наслаждаться выступлениями и шоу на главной сцене. В специально выстроенных конференц-залах будет идти деловая и образовательная программа с участием главных подводных и надводных спикеров со всего мира. Тематические дни позволят выбрать лучший момент для посещения выставки, хотя билеты по-прежнему будут предоставлять возможность многократного прохода на выставку:

**Четверг**, 8 апреля. Обучение и медицина.

**Пятница**, 9 апреля. Техно/спелео/рэк дайвинг.

**Суббота**, 10 апреля. Подводная охота, дайвинг, яхтинг и туризм.

**Воскресенье**, 11 апреля. Фридайвинг и подводная фотография.

Именно в эти дни будет сконцентрирован максимум мероприятий, презентаций, мастер-классов, акций и распродаж по выбранной теме.

Суббота самый насыщенный день, вечером на сцене главные шоу — Большой Час Подарков и Батл Героев Глубины.

Если вы хотите заявить своё выступление или показ фильма на большой сцене, смело отправляйте письмо на [pr@diveshow.ru](mailto:pr@diveshow.ru)

Если вы сняли удачное подводное фото и уверены, что оно достойно для представления широкой публике, посылите заявку куратору выставки подводной фотографии Владимиру Алексеевичу Гудзеву на [gudzev\\_foto@mail.ru](mailto:gudzev_foto@mail.ru)

## КВОРУМ

В это тревожное время нам всем не хватает стабильности, как говорил персонаж известного советского фильма. И самый частый вопрос, как от экспонентов, так и от посетителей — а собрался ли кворум? Много ли компаний подтвердили участие? Докладываем — 70% зала продано, оставшиеся 30% будут заполняться

«по фактической погоде», т.е. в зависимости от открытия авиаперелетов в конкретные регионы планеты. Надеемся, что к апрелю кроме Мальдив, Египта, Кубы и Танзании, откроются и другие базовые направления — Филиппины, Индонезия, Малайзия, Таиланд, Мальта. С марта Кипр анонсировал старт нового турсезона, так что есть и позитивные сигналы, надеемся на лучшее.

## БИЛЕТЫ

Площадка пафосная, но цены на билеты прежние. С 15 января включается он-лайн продажа на сайте



<http://www.diveshow.ru/show/bilet/> и можно будет сэкономить 30% от цены, стартовая цена всего 350 руб. Во время выставки в кассах билет будет стоить 500 руб. Также сохраняются особые семейные билеты.

## БЕСПЛАТНЫЙ ВХОД ДЛЯ ПРОФИ

15 января стартует и регистрация профессионалов, которые получают именные бейджи, дающие право бесплатного прохода, а также упрощающие процесс общения во время выставки. Учитесь, подтверждайте



квалификацию и получайте знаки особого внимания от организаторов *Moscow Dive Show*.

Право на получение бейджа *PROFI* имеют:

- Дайвинструкторы и дайвмастера всех систем обучения.
- Яхтенные шкиперы всех систем обучения.
- Руководители туркомпаний, дайвклубов и специализированных магазинов.

#### ВКУСНАЯ СТОРОНА ВЫСТАВКИ

Вкусной стороне *Moscow Dive Show* мы намерены уделить особое внимание. У нас ведь не скучный показ новинок тяжёлого машиностроения и шоу в названии выставки стоит не просто для красного словца. Праздник на голодный желудок уже не праздник. Плов и колбаски, супная станция и лапша, *Sea Food Truck*, устричный бар (постоянный хит и магнит фуд-корта!) и просто домашние обеды с борщами и котлетами (рекомендовано и самым маленьким посетителям выставки). И всё это под аккомпанемент живого крафтового пива, вина, глинтвейна и пунша.

Отдельно домики Ярмарки деликатесов, предлагающие всё самое вкусное, дикое и полезное, собранное или пойманное на просторах нашей бескрайней страны. Дикая рыба и икра, дичь, грибы, мёд и орехи и многое другое.

#### ПАРКОВКА

Тут всё сложно. Самый центр города, Красная площадь и адские цены на парковку в ГУМе. Возможно, ближе к старту выставки мы найдём вариант парковки по особым ценам. Но лучше приезжайте на метро или на такси. Оба варианта удобные и не дорогие.

#### ОТЕЛЬ

Базовый отель остаётся прежним — *HolidayInn Sokolniki\*\*\*\**. Уютные номера, богатые завтраки

и удобная транспортная логистика — 20 мин. на метро без пересадок или на бесплатном шатле утром и вечером (для тех, кто бронирует отель через оргкомитет). Цены будут на 10% ниже *booking.com*. Форма для бронирования появится на *diveshow.ru* 15 января.

#### КАК СТАТЬ УЧАСТНИКОМ ВЫСТАВКИ?

Цена 1 кв. м оборудованного стенда 12800 руб — включено всё необходимое для работы (столы, стулья, освещение, розетки и т.д.). Минимальный размер стенда 4 кв.м. Особые бонусы для отечественных



дайвцентров и яхтенных школ. Забронировать стенд можно в один клик на интерактивном плане выставки <http://www.diveshow.ru/shemasecret.php?m=0.8> Голубым выделены свободные стенды.

Следите за новостями подготовки на нашем сайте [www.diveshow.ru](http://www.diveshow.ru) и в наших группах: <https://www.facebook.com/groups/MoscowDiveShow> [https://vk.com/moscow\\_dive\\_show](https://vk.com/moscow_dive_show)

**До встречи в апреле!**



# Cantamar

SCUBA MEXICO

ЯХТА REVILLAGIGEDO  
ОСТРОВ СОКОРРО

Яхта WHITE SHARK  
ОСТРОВ ГУАДАЛУПЕ

МОРСКИЕ ЛЬВЫ  
ОСТРОВ СВЯТОГО ДУХА

## МЕКСИКА ДАЙВИНГ

M/V Sea Escape      M/V Southern Sport      M/V Cassiopeia

info@clubcantamar.com  
+52 (612) 122 7010  
Ла Пас, Нижняя Калифорния,  
Мексика.

clubhotelcantamar  
clubcantamar  
clubcantamar  
clubcantamar.com

# Кубок Москвы по фридайвингу по правилам CMAS

Пока столицу не накрыло второй пандемической волной фридайверы успели провести три спортивных мероприятия — два в Москве и одно в Санкт-Петербурге.



17 и 18 октября клуб *Monofin* провёл кубок Москвы по апноэ по правилам CMAS. По словам главного судьи соревнований Ольги Сидоровой, эти два дня стали для неё «островком нормальной жизни в окружающем безумии».

На этом «островке» спортсмены состязались в трёх дисциплинах — статической задержке дыхания, нырянии в длину в отдельных ластах и нырянии в длину в моноласте. Победителями в женском зачёте стали: Южнея

Горелик, пронырнувшая на одном вдохе в моноласте 157,13 метра, Елена Буланова, показавшая результат 127,62 метра в классических ластах, и Ксения Панасенко, пролежавшая в статике, задержав дыхание, 5 минут 17 секунд. Среди мужчин победителями стали: Евгений Смирнов с результатом 195,3 метра (в ластах), Владимир Амвросов, пронырнувший в классических ластах 175,62 метра, и Сергей Звонцов, показавший в статике результат 6 минут 8 секунд.



## Моносоревнования по статике школы фридайвинга имени Натальи Молчановой

Школа имени Натальи Молчановой совместно с компанией *Molchanovs* 25 октября провела вторые по счёту моносоревнования по фридайвингу, а 29 ноября — третьи, и планирует сделать их ежемесячными. Старты пришлось по вкусу начинающим фридайверам, которым комфортно делать первые спортивные шаги в уютном крошечном бассейне школы.

На октябрьских соревнованиях уже по традиции 7 минут 30 секунд показательно «не дышал» лицом в воду многократный чемпион мира и действующий рекордсмен мира по фридайвингу, руководитель школы Алексей Молчанов. А в ноябре мастер-класс на 6 минут 21 секунду показала рекордсменка мира и инструктор по

фридайвингу Ольга Давыдова. «Ветераны» российского фридайвинга выступают вне зачёта, а потому никак не влияют на распределение призовых мест среди участников. Старты проводятся по правилам международной ассоциации AIDA и несмотря на камерность являются рейтинговыми для всех членов ассоциации.





# Новый глубинный мировой рекорд в женском зачёте

7 ноября в Шарм-Эль-Шейхе (Египет) на соревнованиях по фридайвингу *AIDA Blue Week* словенская спортсменка Аленка Артник установила новый мировой рекорд в дисциплине «ныряние в глубину с постоянным весом в ластах». Аленка нырнула на 114 метров. Рекордное

погружение заняло 3 минуты 41 секунду. Предыдущий рекорд (113 метров) принадлежал сразу двум спортсменкам, в том числе и самой Аленке, которая в 2019 году на Роатане в один день с итальянкой Алессией Дзеккини погрузилась с задержкой дыхания на 113 метров.



# Чемпионат России по апноэ по версии CMAS

В Санкт-Петербурге с 11 по 16 ноября, несмотря на снова сгущающиеся над массовыми спортивными мероприятиями тучи рьяных антиковидных мер, ФПСР удалось не только провести чемпионат России по апноэ, но и собрать урожай национальных рекордов.

Алексей Молчанов пополнил свою, похоже, бездонную копилку рекордов ещё одним, проплыв с задержкой дыхания 250 метров 80 см в классических раздельных ластах. Обладателем второго рекорда России на чемпионате стала Евгения Козырева, которая пронырнула 16 раз по 50 метров (дисциплина называется «Апноэ выносливость 16x50м» за 10 минут 45 секунд.

стали: Алексей Молчанов (250,80 м) и Марина Романова (175,1 м) в раздельных ластах, снова Алексей Молчанов (259,1 м) и Светлана Клевцова (206,6 м) в апноэ в ластах, Дмитрий Сметанкин (147,2 м) и Екатерина Васильева (145 м) в апноэ без ласт, ещё раз Алексей Молчанов (8 минут 11 секунд) и Наталья Домашенко (7 минут 2 секунды) в статике, Степан Воробьёв (31 секунда) и Вера Яровицкая (36 секунда) в скоростном апноэ, Денис Аршанов (4 минуты 19 секунд) и Евгения Козырева (5 минут 1 секунда) в апноэ 8 раз по 50 и они же с результатами 10 минут 18 секунд (Денис) и рекордом России 10 минут 45 секунд (Евгения) в апноэ 16 по 50.

Всего на чемпионате было представлено 7 бассейновых дисциплин: апноэ динамическое в классических ластах (*DYNB*), апноэ динамическое в ластах (*DYN*), апноэ динамическое (*DNF*), апноэ статическое (*STA*), апноэ скоростное — 100 метров, апноэ — 8 раз по 50 метров, апноэ — 16 раз по 50 метров. Призёрами



## Алексей Молчанов установил новый глубинный рекорд мира



Самого глубинного человека планеты, коим вот уже несколько лет рядом считается россиянин и обладатель уже 19 рекордов мира, три из которых действующие прямо сейчас, Алексея Молчанова с пути не может свернуть ни мировая эпидемия, ни сложности с путешествиями за границу, в места, наиболее комфортные для глубинных тренировок.

За время карантина спортсмен не только не растерял форму, но, пожалуй, даже существенно прибавил в мастерстве. Так или иначе, но 26 ноября в городе Шарм-эль-Шейх, в Египте, на кубке *Aida Freediving World Competition* Алексей Молчанов установил новый мировой рекорд по правилам *AIDA*, нырнув на глубину 113 метров в дисциплине *CWTB* (погружение с постоянным весом в отдельных ластах), побив свой собственный рекорд нынешнего же года — 111 метров. Рекордное погружение длилось 4 минуты 5 секунд. Любопытно, что рекорд Алексей установил во время обучающего курса по фридайвингу, который он проводил для своих студентов, в свой выходной день. Поистине ресурсы организма этого человека неисчерпаемы.



## Опера о фридайвинге

29 ноября в Москве происходило нечто особенное — на сцене Люмьер-Холла шла опера о фридайвинге! Сюжет оперы ожидаемо оказался весьма замысловат и непрост. Авторы представления попытались выразить все самые глубокие аспекты фридайвинга и показать через видения и возникающие внутренние вопросы главной героини весь спектр эмоций, который время от времени приходится преодолевать каждому фридайверу.

По словам автора либретто Гульнары Сапаргалиевой, которую водная стихия одновременно и пугает, и притягивает, вдохновлялась она главным образом культовым фильмом Люка Бессона о фридайвинге — «Голубая бездна» — и видео французов Жюли Готье и Гийома Нери «Наркоз», где тема галлюцинаций от азотного наркоза освещена очень живописно. Московские зрители приняли оперу на такую необычную тему тепло и с интересом.



## Два мировых рекорда в бассейне от хорватских фридайверов

Мирела Кардашевич и Ваня Пелеш 14 ноября в Загребе установили два новых мировых рекорда в дисциплине «динамическое апноэ» по правилам *CMAS*. Мирела прорынула без ласт с задержкой дыхания 200 метров. Ваня показал результат — 215 метров.



## Руководство по организации глубинных соревнований

На сайте Федерации фридайвинга в свободном доступе для скачивания появилось руководство по организации глубинных соревнований, в котором автор (член команды организаторов чемпионатов России по фридайвингу и некоторых других глубинных соревнований, судья *AIDA International*, инструктор по фридайвингу) Алексей Серов поделился своим личным организаторским опытом, структурировав информацию по разделам и дополнив чек-листами и рекомендациями международных ассоциаций. Руководство может быть полезно всем, кто задумывается об организации глубинных соревнований как на территории России, так и за её пределами.

## Онлайн-программа дыхательной реабилитации после Covid-19

### РЕДАКЦИЯ ПГ РЕКОМЕНДУЕТ!

Команда реабилитологов и психологов разработала видеокурс дыхательной реабилитации после перенесённой коронавирусной инфекции.

Главной мишенью коронавируса в организме человека являются лёгкие. Поражение лёгочной ткани происходит очень быстро, а восстановление во много раз медленнее. Именно поэтому ещё долгое время после выздоровления могут сохраняться остаточные явления в виде одышки, кашля, снижения работоспособности, повышенной утомляемости.

Чтобы ускорить восстановление лёгочной ткани, нормализовать дыхание, вернуться к привычному состоянию, а также получить профилактику отдалённых последствий коронавирусной инфекции, команда *Respiro* разработала уникальную методику дыхательной гимнастики.

Авторы курса: Эльдар Султанов, врач спортивной медицины, работающий с пациентами с *COVID-19* с начала пандемии и Ирина Зеленкова, врач спортивной медицины и реабилитации, кандидат медицинских наук. Экспертом-психологом выступила Юлия Конюховская, клинический психолог, исследующая проблемы регуляции дыхания на базе МГУ. Все члены команды давно и активно занимаются фридайвингом, а Ирина Зеленкова, кроме всего прочего, является членом медицинского комитета *AIDA International*.

Курс состоит из 24 занятий и рассчитан на две недели. Доступ к занятиям можно получить за 1450 рублей на сайте *respiro.pro*.

### ОТЗЫВ ПГ

Я подхватил ковид в сентябре. Заболевание протекало в относительно лёгкой форме, но восстановление заняло гораздо больше времени, в отличие от обычной респираторной инфекции. Пониженная температура, слабость, отит как осложнение после перенесённой инфекции. В конце ноября предстояла экспедиция журнала на Мальдивы, в такой физической кондиции участие в поездке было под большим вопросом. Знакомые фридайверы посоветовали заняться дыхательной гимнастикой от команды *Respiro*. Томография показала что 25% лёгких были задеты и повреждены. Насыщение крови кислородом в начале занятий было на уровне 93–94. После недели занятий по методике, разработанной фридайверами, насыщение кислородом достигло 97! Поездка на Мальдивы состоялась. Было некоторое опасение, что из-за повреждения лёгких у меня будет повышенный расход воздуха. Так и было на первых дайвах, мне приходилось всплывать минут на 10–15 раньше всей группы. Но через неделю мой расход воздуха пришёл в норму, и я стал проводить под водой не меньше 50–60 минут, выходя из воды наравне со всеми, а иногда и последним. Пульсоксиметр стал показывать насыщение кислородом 99.

Ковид не приговор! Дыхательная гимнастика реально работает! Моя благодарность команде *Respiro* и настоятельная рекомендация для всех, кто перенёс это заболевание и находится на стадии восстановления. С пожеланиями здоровья в Новом году, ваш редактор ПГ, Алексей Зайцев.



# Путешествия в новой реальности

Хорошая новость — Россия не ограничивает выезд для своих граждан за пределы родины. По факту это означает, что при выборе пункта назначения необходимо руководствоваться только правилами въезда в конкретную страну и возможностью до нее добраться. В статье я привожу правила въезда в некоторые любимые дайверами страны. Информация актуальна на 15 декабря 2020 года, но в статье указаны ссылки на первоисточники, и вы быстро сможете проверить информацию по планируемым датам поездки.



## ЮЖНАЯ АФРИКА

**Как летим:** международные прилёт и вылет возможен только в 3 аэропорта:

- (a) *OR Tambo International Airport;*
- (b) *King Shaka International Airport;*
- (c) *Cape Town International Airport.*

Необходимо предъявить отрицательный тест ПЦР Ковид 19, сделанный за 72 часа до дня вылета. Без теста пустят, но посадят на 14 дней карантина. Исключение — дети до 5 лет. [Скачиваем.](#)

Заполнить [декларацию](#) о состоянии здоровья.



## ОАЭ, ДУБАЙ

**Как летим:** *Aeroflot, Emirates*

Тест ПЦР в течение 96 часов до вылета (исключение дети до 12 лет) и тест ПЦР по прилёте в Дубай.

Необходимо загрузить приложение: [android, iOS](#)

Если Вы летите транзитом через Дубай, то необходимость теста обусловлена требованием страны — конечного пункта назначения. Если Вы летите из России на Мальдивы и Вы гражданин России, то тест требуется. Если Вы летите обратно в Россию, то не требуется. [Подробнее.](#)



## МАЛЬДИВЫ

**Как летим:** *Aeroflot, Turkish Airlines, Emirates*

Не ранее, чем за 96 часов до вылета необходимо сдать ПЦР тест на COVID19.

Справка на английском языке предъявляется при посадке на рейс. Если вы летите со стыковкой, время стыковки не должно превышать 24 часа, в противном случае тест будет необходимо повторить.

В течение 24 часов до вылета необходимо заполнить короткую форму на сайте миграционной службы Мальдив. Вам также потребуется загрузить результат вашего теста ПЦР на английском языке [здесь](#).

После заполнения вы получите QR code, который необходимо распечатать или сохранить на телефоне. Этот код действует 24 часа, его необходимо предъявлять при посадке на рейс в стране вылета и при прохождении санитарного контроля по прилёте на Мальдивы, поэтому мы рекомендуем заполнять декларацию за 4–5 часов до вылета.

**Возвращение домой:** в течение 24 часов до вылета необходимо заполнить короткую форму на сайте миграционной службы Мальдив [здесь](#). После заполнения вы получите QR code, который необходимо сохранить на телефоне и предъявить при регистрации на рейс.



## ДОМИНИКАНСКАЯ РЕСПУБЛИКА

**Как летим:** расписание чартерных рейсов анонсируют в ближайшие недели.

Тест ПЦР не нужен, по прилёте выборочно проводят дыхательный тест.

При въезде до 31 декабря 2020 года необходимо заполнить декларацию о состоянии здоровья. Скачать декларацию можно [здесь](#).

При въезде после 1 января 2020 года необходимо заполнить [E-TICKET](#) — форма, объединяющая иммиграционную декларацию и декларацию о состоянии здоровья.

Во всех аэропортах будет предоставлен бесплатный Wi-Fi, но рекомендовано заполнить декларацию в течение 72 часов до вылета, это ускорит процесс прохождения контроля по прилёте.

Всем туристам, остановившимся в отелях до 31 декабря 2020 года, государство бесплатно предоставляет медицинскую страховку с покрытием риска COVID19 на \$10 000. Прочитать можно [здесь](#).



## КУБА

**Как летим:** только чартерные перелеты *Nordwind, Azur*  
Распечатать и заполнить [декларацию](#) о состоянии здоровья.

По прилёте вам сделают тест ПЦР, пока бесплатно, но, возможно, в скором времени эта услуга станет платной. До получения результатов (не более 24 часов) вы будете находиться в самоизоляции. Самоизоляция в этом случае достаточно гуманна и подразумевает перемещение по территории отеля в маске. После получения результатов теста маску можно снять.

Для посещения Варадеро обязательно наличие медицинской страховки, покрывающей риски COVID19



## ЕГИПЕТ

**Как летим:** *Turkish Airlines, Pegasus,*

В течение 72 часов до прилёта (обратите внимание, именно прилёта, а не вылета) необходимо сдать ПЦР тест на COVID-19. Сертификат на английском языке предъявить при посадке на рейс.

Заполнить [декларацию](#) о состоянии здоровья.

Обязательно наличие медицинской страховки, покрывающей риски COVID-19.



**Лара Локьер**  
Увлекательных вам путешествий, и будем рады видеть вас в экспедициях с журналом. Вот график на 2021 год [pglubina.ru/ru/travel](#)



### МЕКСИКА

**Как летим:** *Turkish Airlines, Airfrance* (при транзите через Париж важно иметь ПЦР-тест, сделанный не ранее, чем за 72 часа до вылета из России, транзит не должен быть более 24 часов, уточнять [здесь](#)).

*KLM* — транзит не более 24 часов, тест ПЦР не требуется

Для въезда в Мексику тест ПЦР не требуется. Необходимо заполнить [форму](#), получить QR-код и продемонстрировать его на посадке.

Для граждан России, как и раньше, оформляется электронное разрешение на въезд.



### ЗАНЗИБАР

**Как летим:** *Turkish Airlines, Ephiopian Airlines*

ПЦР-тест не требуется.

[Визу](#) можно оформить по прилёте или заранее. Также необходимо заполнить [форму](#) заявления на поездку.



### США (ДЛЯ ОБЛАДАТЕЛЕЙ ВИЗ B1, B2)

**Как летим:** *Aeroflot\*, Turkish Airlines, Emirates*

Выдача туристических виз временно приостановлена, информация ниже для тех, у кого уже есть действующая виза *B1, B2*.

США разрешает или запрещает въезд в страну для неграждан или нерезидентов, исходя из того, где находился в течение 14 дней до прилета в США турист. Актуальную информацию о [списке](#) стран, из которых запрещён въезд в США, можно найти на сайте центра по контролю и предотвращению болезней. Сейчас это следующие страны: Китай, Иран, Великобритания, Ирландия, Бразилия и страны Шенгена, при этом запрещен также и транзит через данные страны.

Правила въезда регулируются штатами, поэтому необходимость отрицательного ПЦР теста или карантинные меры по прилете зависит от аэропорта прибытия.

Калифорния требует карантин 14 дней. Надо заполнить декларацию о состоянии здоровья на [сайте](#).

Нью-Йорк требует тест ПЦР за 72 часа до вылета в Нью-Йорк, 3 дня карантина по прилете и тест ПЦР на 4-й день. Надо заполнить декларацию о состоянии здоровья на [сайте](#).

\* При планировании перелёта авиакомпанией Аэрофлот уточняйте информацию у авиакомпании, на 23 декабря они не берут на борт пассажиров с визами *B1, B2*

**По возвращении в Россию необходимо сделать ряд шагов, независимо от страны посещения, а именно:**

До регистрации на рейс необходимо заполнить [анкету](#) на [gosuslugi.ru](http://gosuslugi.ru)

В течение 72 часов после возвращения сделать тест ПЦР и [загрузить](#) его на сайт [gosuslugi.ru](http://gosuslugi.ru)

До момента получения результатов анализа необходимо соблюдать карантин. В это время нельзя выходить из дома.

Экспресс ПЦР тестирование в Шереметьево. Результат через 60 минут.

Необходимо заранее [зарегистрироваться](#).

Экспресс ПЦР [тестирование](#) в Домодедово

Экспресс ПЦР [тестирование](#) во Внуково

# А ПОЕХАЛИ НЫРЯТЬ!

## КАЖДЫЙ МЕСЯЦ ЕСТЬ РЕДАКЦИОННЫЕ ПОЕЗДКИ ДЛЯ ФОТОГРАФОВ И ДЛЯ ДАЙВЕРОВ БЕЗ КАМЕРЫ

ПОГРУЖАЕМСЯ В ДЕТАЛИ?  
ВСЁ РАССКАЖУ!  
ПИШИТЕ МНЕ НА МЕЙЛ  
[lara@diveshow.ru](mailto:lara@diveshow.ru)

