



**BALTIC
NATURE
TOURISM**

*Latvia -
Estonia*

BALTIJAS DABAS TŪRISMA PRODUKTU ATTĪSTĪBAS VADLĪNIJAS

www.balticnaturetourism.com

Interreg



Co-funded by
the European Union

Central Baltic Programme

NAT-TOUR-EXPO

Aktivitāte tiek īstenota projektā "Baltijas dabas tūrisms – Apvienotās Karalistes mērķa tirgus apgūšana (CB0100030)", kas tiek īstenots ar Eiropas Savienības un Eiropas Reģionālās attīstības fonda atbalstu "Interreg Centrālās Baltijas jūras reģiona programmas 2021.-2027.gadam" ietvaros.

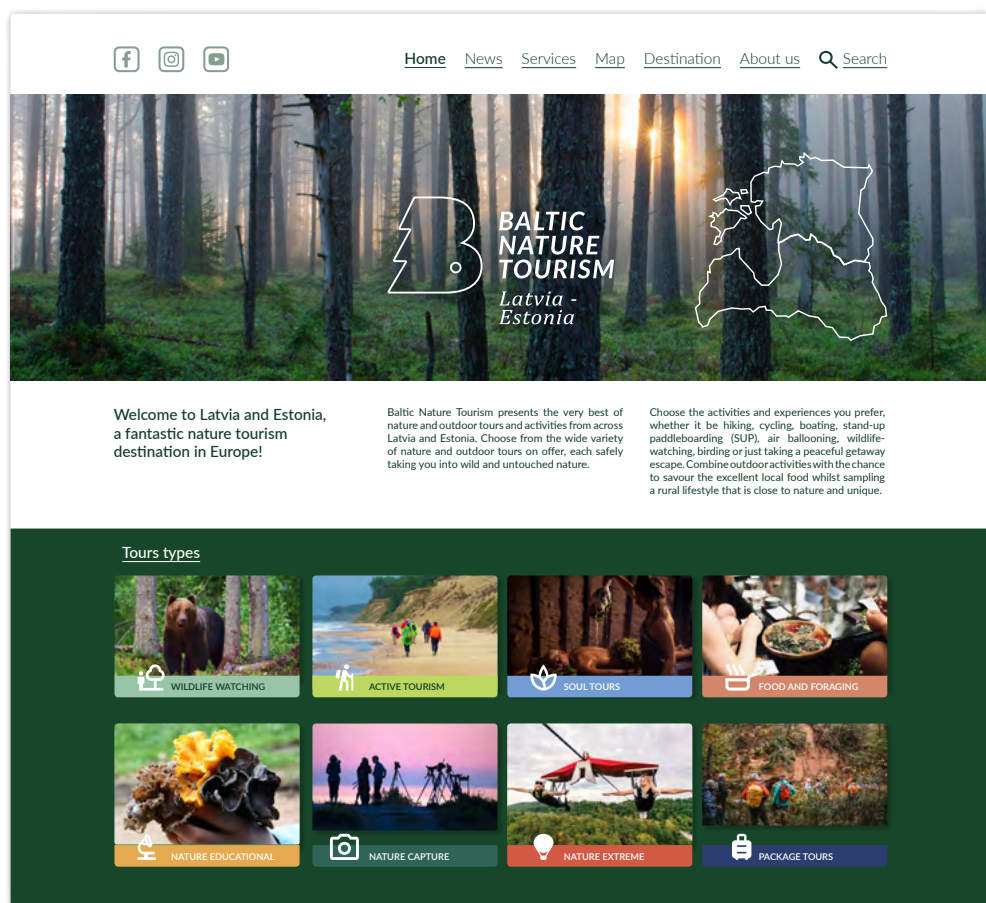
SATURS

Ievads	2
Produktu kritēriji	3
1. DABAS VĒROŠANA	3
• Botāniskās ekskursijas	3
• Zīdītāju vērošana	4
• Putnu vērošana	4
• Sēņu iepazīšanas ekskursijas	5
• Kukaiņu vērošana	5
2. AKTĪVAIS TŪRISMS	6
• Pārgājieni/pastaigas	6
• Pārgājieni ar purva kurpēm	6
• Izejādes ar zirgiem	7
• Velobraucieni	7
• Ūdens aktivitātes	8
• Ziemas aktivitātes	8
3. PASĀKUMI LABSAJŪTAI	9
• Retrīti dabā	9
• Dabas terapija	9
• Atjaunošanās dabā	10
4. PĀRTIKA UN TĀS IEVĀKŠANA DABĀ	11
• Dabas velšu ievākšana	11
• Savvaļas pārtika ēdienos	11
5. IZGLĪTOJOŠIE PASĀKUMI PAR DABU	12
• Astronomiskās ekskursijas	12
• Ģeotūrisma ekskursijas	12
6. DABAS NORIŠU FIKSĒŠANA	13
• Dabas foto un video	13
• Zīmēšana un gleznošana dabā	13
7. EKSTRĒMĀ ATPŪTA DABĀ	14
• Ekstrēmais tūrisms	14
• Izdzīvošanas prasmju treniņš dabā	14
Pakalpojumu aspekti	15
TŪRISMA PAKALPOJUMI	15
Inventāra noma	15
• ziemas aktivitātēm	15
• velobraukšanai	15
• ūdens aktivitātēm	15
• dažādām aktivitātēm dabā	15
• dabas norišu fotografēšanai un filmēšanai	16
• dabas un dzīvnieku vērošanai	16
Gida pakalpojumi	16
Klientu mērķgrupas	17

IEVADS

Baltijas dabas tūrisma produktu attīstības vadlīniju mērķis ir veicināt kvalitatīvu, ētisku un ilgtspējīgu dabas tūrisma piedāvājuma attīstību. Šīs vadlīnijas ietver tūrisma produktu kritērijus, kurus Latvijas un Igaunijas tūrisma produktu piedāvātāji un attīstītāji var izmantot kā ceļvedi, pēc kura veikt pašnovērtējumu. Tāpat vadlīnijas apraksta tūrisma pakalpojumu svarīgākos aspektus.

Šīs vadlīnijas ir izstrādātas projektā “Baltijas dabas tūrisms – Apvienotās Karalistes mērķa tirgus apgūšana (CB0100030)” (NAT-TOUR-EXPO) un ir kā ceļvedis tūrisma produktu izstrādātājiem, kuri vēlas savus piedāvājumus ievietot projekta gaitā izveidotajā interneta platformā www.balticnaturetourism.com



Baltijas dabas tūrisma produktu attīstības vadlīnijās ir iezīmēta arī Baltijas dabas tūrisma produktu mērķauditorija, aprakstot konkrēto patērētāju, kuram ir piemērots daudzveidīgais Latvijas un Igaunijas tūrisma produktu klāsts.

PRODUKTU KRITĒRIJI

DABAS VĒROŠANA

Savvaļas dabas vērošana Latvijā un Igaunijā ir populāra. Te ir liela augu, zīdītāju, putnu, zivju, un sēņu sugu daudzveidība un labas iespējas šo sugu vērošanai to dabiskajās dzīvotnēs.

Dodoties dabā, ir svarīgi ievērot aizsargājamo dabas teritoriju noteikumus, nekaitēt savvaļas dabas iemītniekiem un to dzīvotnēm.



BOTĀNISKĀS EKSKURSIJAS

Dabas gidu/biologu vadītas ekskursijas, iepazīstot bioloģisko daudzveidību un augus to dabiskajās dzīvotnēs.

Botāniskās ekskursijas dabā gida pavadībā, arī nacionālajos parkos un citās aizsargājamās dabas teritorijās, iepazīstina ar augu pasauli pļavās, mežos, purvos, ielejās, kāpās, piekrastē, un citur. Baltijas valstīs atrodas daudzu augu sugu areālu krustpunktā, kā rezultātā veidojas iespaidīga bioloģiskā daudzveidība ar aptuveni desmit tūkstošiem sēkļaugu, aļģu, sūnu, ķerpju un paparžu sugu.



- ✓ *vada dabas gids/biologs, kurš pārzina augus šajā apvidū, prot tos atpazīt un angļu valodā izskaidrot dažādu augu sugu lomu dabā*
- ✓ *parāda plašu augu sugu spektru to dabiskajos biotopos (piemēram, dabiskās pļavas, dažādi mežu tipi, mitrāji, upju ielejas, pelēkās kāpas, piekrastes zonas, zālāji utt.)*
- ✓ *ir atbilstošas sezonai*
- ✓ *rada iespēju dalībniekiem mācīties praktiski: augu atpazīšana, fotografēšana, zīmēšana*
- ✓ *drošība: dalībnieki ir informēti par ikvienu iespējamo apdraudējumu (indīgi augi, augi, kas var izraisīt ķīmiskus apdegumus un tml.)*
- ✓ *atbildība pret vidi: netiek bojāti vai izrauti augi, dalībnieki nepamet norādīto taku un respektē apkārtējo vidi*
- ✓ *pēc izvēles: papildus informācija un aprīkojums, piemēram, noteicēji (grāmatas, aplikācijas), ceļveži un tālskati, palielināmie stikli*

ZĪDĪTĀJU VĒROŠANA

Dzīvnieku vērošana to dabiskajā dzīves vidē. Specializētas un īpaši sagatavotas ekskursijas, balstoties uz zināšanām par savvaļas dzīvnieku dzīvi un paradumiem.

Briežu, aļņu, lūšu, lapsu, āpšu, roņu un citu zīdītāju sugu vērošana to dabiskajās dzīvotnēs un dažādos dzīves cikla laikos. Ekskursijas laikā gids apmeklētājiem rāda arī pazīmes, kas liecina par dzīvnieku klātbūtni dabā un norāda uz iespēju tos ieraudzīt vai sadzirdēt - piemēram, bebru mājas, stirnu un mežacūku gulēšanas vietas, iemītās takas, pēdas, ekskrementi, kokiem nodarītie bojājumi, vilku gaudošana, briežu riesta skaņas, utt. Zīdītāju vērošana var būt iespējama arī no slēpņa. Ekskursijas notiek nelielās grupās.



- ✓ vada dabas gids/zoologs, kurš prot atpazīt un sniegt detalizētu informāciju angļu valodā par sastaptajām zīdītāju sugām
- ✓ ekskursija ir piemērota un sagatavota zīdītāju vērošanai viņu dabiskajos biotopos
- ✓ balstās labā vietas paziņā, zināšanās par savvaļas zvēru dzīvi un to paradumiem
- ✓ ir atbilstoša sezonai (vairošanās, barošanās, migrācijas laikam)
- ✓ varbūtība sastapt savvaļas zvērus ir izskaidrota iepriekš
- ✓ drošība: ir sniegtas instrukcijas, lai izvairītos no potenciālajiem riskiem, kas saistīti ar savvaļas dzīvniekiem
- ✓ ētiskā prakse: ievērot distanci no zīdītājiem un neveikt darbības, kas var tiem radīt stresu vai traucēt
- ✓ pēc izvēles: tālskatis, zīdītāju vai to pēdu, izkārnījumu u.c. veida noteicēji, un/vai cits aprīkojums

PUTNU VĒROŠANA

Specializētas ekskursijas konkrētu putnu sugu vērošanai nozīmīgās putnu vērošanas vietās, īpaši migrācijas periodos.

Latvijā un Igaunijā novēroto putnu sugu skaits tuvojas 400. Mūsu putnu vērošanas vietas ir starp labākajām Eiropā, īpaši putnu migrācijas laikā, kad dienā vienuviet iespējams ieraudzīt vairāk kā 100 dažādu putnu sugu. Profesionālu gidu/ornitologu pavadībā iespējams novērot dažādu sugu ērgļus, ieskaitot mazo ērgli, Kanādas, baltpieres un parasto zosi, paugurknābja un ziemeļu gulbi, un daudzu citu sugu putnus.

- ✓ vada pieredzējuši un zinoši gidi, kuri var atpazīt putnu sugas un sniegt detalizētu informāciju angļu valodā par novērotajām un citām sugām
- ✓ ir piemērota konkrētām sugām un vietām
- ✓ ir atbilstoša sezonai: sakrīt ar labāko putnu vērošanas sezonu reģionā, ņemot vērā migrācijas periodus
- ✓ tiek veicināta un īstenota ētiska putnu vērošanas prakse, ievērojot distanci no putniem, netraucējot tos
- ✓ drošība: ir sniegtas instrukcijas par iespējamiem riskiem, kas saistīti ar savvaļas iemītniekiem, piemēram, neaiztikt beigtus putnus
- ✓ ētiskā prakse: pēc iespējas mazāka cilvēku ietekme uz dabu un biotopiem
- ✓ pēc izvēles: tālskati, teleskopi, putnu noteicēji, un/vai cits aprīkojums



SĒŅU IEPAZĪŠANAS EKSKURSIJAS

Mūsu mežos eksistē vairāk kā 4000 sēņu sugas. Vienas ekskursijas laikā iespējams novērot vismaz simts no šīm sugām. Sēņu medības var apvienot ar kulinārām interesēm, dienu noslēdzot ar sēņu mielastu. Populārākās ēdamās sēnes, protams, ir dažādas baravikas un gailenes, taču sēņu tūrēs iepazīstamas arī neparastas sugas, piemēram, Craterellus cornucopioides, Phallus impudicus, Amanita phalloides, Elaphomyces sp, Cordyceps ophioglossoides un daudzas citas.



Mikologu vadītas ekskursijas, iepazīstot sēņu sugu daudzveidību.

- ✓ galvenais mērķis nav sēņu lasīšana ēšanai, bet bioloģiskā interese, taču atsevišķas sugas var tikt ievāktas degustēšanai, kas arī ir nozīmīgs izziņas process
- ✓ vada pieredzējuši mikologi vai sēņu eksperti, kuri prot precīzi atpazīt sastaptās sēņu sugas un sniegt par tām detalizētu informāciju angļu valodā
- ✓ ir plaša sēņu sugu dažādība, kas ļauj dalībniekiem apgūt dažādas sēņu sugas
- ✓ atbilstība sezonai: sēnes var iepazīt visa gada garumā, arī ziemā, ja ir atkusnis
- ✓ drošība: dalībnieki tiek izglītoti par tādiem iespējamiem riskiem kā indīgās sēnes
- ✓ ētiskā prakse: nenovākt ražu pārmērīgi un nenodarīt kaitējumu sēņu biotopiem
- ✓ pēc izvēles: nodrošināt sēņu nažus, grozus, grāmatas un aplikācijas sēņu sugu noteikšanai, mikroskopu sēņu sporu noteikšanai

KUKAIŅU VĒROŠANA

Kukaiņu vērošana, iepazīstot dažādas sugas - tauriņus, naktstauriņus, spāres un vaboles.

Baltijas bagātīgajā kukaiņu pasaulē sastopamas vismaz 13 000 sugas. Kukaiņu vērošanas ekskursijas vada gidi - entomologi, rādot tauriņus, naktstauriņus, spāres un vaboles to dabiskajās dzīvotnēs un stāstot interesantus faktus par atraktīvām sugām, kādas ir, piemēram, Eiropas skudru lauva (Myrmeleon formicarius), sarkanraibā lapsene (Ammophila sabulosa L.). Nakts ekskursijās atsevišķas kukaiņu sugas var novērot, izmantojot "gaismas slazdu" - lampas gaismu uz balta fona. Vakaros no slēptuvēm izlido tūkstošiem naktstauriņu un vaboļu, un tikai tumsā ir pamanāmas noslēpumainās spīdvaboles (Lampyridae).

- ✓ vada pieredzējuši entomologi vai kukaiņu eksperti, kuri var noteikt sastaptās kukaiņu sugas un sniegt detalizētu informāciju angļu valodā par tām
- ✓ ir plaša kukaiņu sugu dažādība, kas ļauj dalībniekiem apgūt kukaiņu kārtas, dzimtas un sugas
- ✓ ir atbilstoša sezonai: notiek laikā, kad dažādas kukaiņu sugas ir aktīvas un labi redzamas, nodrošinot to, ka dalībnieki var novērot kukaiņu dažādību
- ✓ ētiskā prakse: kukaiņu vērošanas procesā minimāli iejaukties kukaiņu dzīvē
- ✓ drošība: dalībnieki ir izglītoti par iespējamiem apdraudējumiem, piemēram, kukaiņu kodumiem un dzēlieniem
- ✓ pēc izvēles: nodrošināt aprīkojumu un instrumentus, piemēram, paliecināmos stiklus, tīklus, konteinerus īslaicīgai kukaiņu novērošanai, kukaiņu noteicējus, tālskatus (spāru vērošanai), kukaiņu nakts vērošanas instrumentus (balta virsma, UV lampa, kukaiņu ķeramais tīkls) u.c.



AKTĪVAIS TŪRISMS

Aktīvais tūrisms ir viens no veidiem, kā baudīt dabu. Daudzveidīgās ainavas, meži, ezeri, upes, purvi un piekraste piedāvā plašu āra aktivitāšu klāstu, piemēram, pārgājienu, riteņbraukšanu, smaiļošanu, tostarp ziemas aktivitātes.



PĀRGĀJIENI/PASTAIGAS

Pārgājienu gida pavadībā un pārgājienu maršruti no dažām stundām līdz vairākām dienām.

Pārgājienu un pastaigu maršruti ejami gan dabas takās, gan savvaļas dabā. Dabas takas ir aprīkotas ar informācijas stendiem, marķējumiem un atpūtas vietām. Dabas gidu vadītas ekskursijas piemērotas gan iesācējiem, gan pieredzējušiem gājējiem. Pārgājienu maršrutu veikšanai bez gida pavadības tiek nodrošinātas kartes, apraksti, un cita nepieciešamā informācija. Pārgājienu iespējams apvienot ar citiem pakalpojumiem, piemēram, putnu vērošanu, SUPOšanu, maltīti brīvā dabā vai pat lidojumu gaisa balonā. "Gājējam Draudzīgs" zīme norāda pakalpojumu sniedzējus, piemēram, naktsmītnes, ēdināšanas vietas, un citus, kas specializējas pārgājienu tūristu apkalpošanā. Pārgājienu maršruti var sakrist ar Eiropas garo distanču pārgājienu maršrutu tīkla takām E9 un E11, kā arī Mežtakas un Jūrtakas maršrutiem.



- ✓ gida vadīti vai pašvadīti pārgājienu
- ✓ pārgājienu/pastaigu ceļiem jābūt drošiem un ainaviski interesantiem
- ✓ pārgājienu gida pavadībā: vada pieredzējis gids, kas labi pazīst apvidu un zina angļu valodu
- ✓ pašvadīti pārgājienu: kā minimums ir jāinformē par takas nosaukumu un atrašanās vietu, reljefu un vidi, distanci un nepieciešamo laiku tās veikšanai, sarežģītības pakāpi, kā arī jāraksturo taka un tās īpašie akcenti un jānodrošina kartes un navigācija
- ✓ atbilstība sezonai: labākais laiks, kad iepazīt konkrēto apvidu, tiek izcelts sezonai raksturīgais
- ✓ ēdiens un atspirdzinājumi: atkarībā

no pārgājienu ilguma, dalībnieki tiek nodrošināti ar uzkodām, ēdienu vai tiek informēti par to, kurā vietā tuvējā apkārtnē ir pieejams ēdiens; tiek paredzētas atpūtas pauzes

- ✓ transports: tiek nodrošināta iespēja aizvest vai tiek sniegtas skaidras instrukcijas, kā dalībnieki var nonākt vietā, kur notiks pārgājiens
- ✓ drošība: dalībniekiem jābūt informētiem par iespējamajiem apdraudējumiem
- ✓ atbildība pret vidi: tiek ievēroti "Neatstāj pēdas" principi, ietekme uz dabu ir pēc iespējas mazāka
- ✓ pēc izvēles: pārgājiens var tikt kombinēts ar ēdināšanu vai citām aktivitātēm, lai dažādotu pieredzi

PĀRGĀJIENI AR PURVA KURPĒM

Pārgājienu purva korpēs gida pavadībā pa mitrājiem un purviem.

Pārgājienu purvos ļauj izpētīt unikālas mitrāju ainavas, kas ir mājvieta daudzveidīgai augu un dzīvnieku pasaulei. Purviem raksturīgs porains kūdras slānis, kas var būt vairākus metrus dziļš un nestabils. Pa to var droši pārvietoties ar īpašām purva korpēm. Lai aizsargātu trauslo ekosistēmu, ir ļoti svarīgi nenovirzīties no iezīmētām takām un laipām. Purva pārgājienu notiek tikai gida pavadībā, tie ilgst vidēji 2-3 stundas. Šī aktivitāte ir pieejama arī ziemā, izmantojot sniega kurpes.

- ✓ vada pieredzes bagāti dabas pētnieki, kuri prot angļu valodu
- ✓ tiek sniegta informācija par unikālajām purva īpašībām un ekoloģisko nozīmi, tai skaitā par sfagnu sūnu un augu kukaiņēdāju un savvaļas dzīvnieku lomu
- ✓ aprīkojums: tiek nodrošinātas speciālās purva kurpes, kā arī instrukci-

jas, kā tās pareizi lietot; aprīkojums ir labi uzturēts un ērti der dalībniekiem

- ✓ sezonālā atbilstība: tiek izcelts sezonai raksturīgais
- ✓ ir sniegtas drošības instrukcijas
- ✓ atbildība pret vidi: dalībnieki nepamet norādīto taku, nenomīda jūtīgu augu segu un ciena dabu



IZJĀDES AR ZIRGIEM

Izjādes ar zirgiem gida pavadībā apvidū, vērojot savvaļas dabu.

Piedāvājums apvieno izjādes un dabas vērošanu skaistās meža, lauku, ūdeņu, piekrastes ainavās, kur var būt sastopami putni un savvaļas dzīvnieki. Iesācējiem ir pieejami instruktoru pakalpojumi un īsāki maršruti, savukārt pieredzējuši jātnieki var izvēlēties vairāku dienu zirgu tūres ar nakšņošanu.



- ✓ *izjādes ar zirgiem gida pavadībā dabā, baudot gleznainas ainavas, piemēram, mežos, pļavās vai piekrastes zonās*
- ✓ *vada zinoši pavadoni, kuriem ir pieredze ar zirgiem un konkrētajām takām un kuri prot angļu valodu*
- ✓ *iepriekš skaidri norādīts nepieciešamais jāšanas prasmju līmenis*
- ✓ *izjādes sākumā tiek sniegtas drošības instrukcijas*
- ✓ *dalībniekiem nodrošina labā kārtībā uzturētu aprīkojumu: seglus, iemauktus, ķiveres un citus piederumus jāšanai un drošībai*
- ✓ *ir labi apmācīti un veseli zirgi, kas piemēroti dažāda līmeņa jātniekiem*
- ✓ *tiek stingri ievēroti drošības protokoli un noteikumi, lai pasargātu dalībniekus un zirgus*
- ✓ *ir piekļuve tādām telpām kā stallis, tualetes, ģērbtuves un aprīkojuma nomas zonas*
- ✓ *atbildība pret vidi: tūrisma prakse, kas aizsargā un saglabā dabisko vidi, tai skaitā gādā par to, lai samazinātu atkritumu daudzumu*
- ✓ *ar zirgiem nejāj pa zemes ceļiem, kur jau pastāv iepriekš ierīkoti velomaršruti, distanču slēpju trases*
- ✓ *pēc izvēles: ēdināšanas pakalpojumi, pusdienu līdzņemšana izjādes laikā*

VELOBRAUCIENI

Velobraucieni gida pavadībā un velomaršruti.

Baltijas ainavai raksturīgi lēzeni pakalni un līdzenumi, tāpēc velobraukšana nav grūta, un lielākā daļa maršrutu piemērota arī iesācējiem. Velomaršruti ved pa asfalta, grants, zemes un meža ceļiem. Izmantojami ceļa segumam piemēroti velosipēdi, ieskaitot elektrovelosipēdus. Velobraucieniem bez gida pavadības tiek nodrošināti apraksti, kartes, un cita nepieciešamā informācija. Pēc pieprasījuma tiek veidoti individuāli pielāgoti velomaršruti.

- ✓ *braucieni gida pavadībā vai pašvadīti braucieni*
- ✓ *ainaviski, droši un labi uzturēti riteņbraukšanas maršruti*
- ✓ *braucieni gida pavadībā: vada pieredzējis riteņbraukšanas gids, kurš pazīst ceļus, vietējos apstākļus un prot angļu valodu*
- ✓ *pašvadīti braucieni: kā minimums ir jāinformē par riteņbraukšanas maršrutu, tai skaitā sākuma un beigu punktiem, distances kopējo garumu, ceļu kartēm, GPS koordinātām vai GPS aplikāciju pieejamību ērtai navigācijai, jāinformē par satiksmes apstākļiem, ceļu veidiem un segumu (brūģēts, grantēts, bezceļš)*
- ✓ *tiek plānotas atpūtas pieturas vai ir paredzēti vietējo ēstuvju apmeklējumi, kuru laikā dalībnieki var nogaršot reģionālos ēdienu vai izbaudīt atspirdzinājumus*
- ✓ *drošība: tiek sniegtas instrukcijas, riteņu apkope vai remonts brauciena laikā, rezerves plāns lielākiem remontiem, ja tie ir nepieciešami*
- ✓ *atbildība pret vidi: tiek īstenota atbildīga riteņbraukšanas prakse, piemēram, samazinot ietekmi uz vidi un respektējot apkārtējo vidi un kopieni*
- ✓ *pēc izvēles: riteņu un drošības aprīkojuma (ķiveres, cimdi, remonta piederumi u.c.) noma*
- ✓ *pēc izvēles: pavadotais transporta līdzeklis ārkārtas gadījumiem, mantu transportēšanai vai to dalībnieku vešanai, kuriem ir nepieciešama pauze no riteņbraukšanas*



ŪDENS AKTIVITĀTES

Kanoe, laivošana, SUP, raftings, snorkelēšana, niršana un burāšana upēs, ezeros, jūrā un palu sezonā.

Upes, ezeri un Baltijas jūra piedāvā daudzveidīgas iespējas aktīvai atpūtai uz ūdens. Vasarā upēs ūdens ir rāms, ar dažviet nelielām krācēm. Pavasarī izaicinošas straumes izvēlas pieredzējuši laivotāji. Palu laiks, kas pazīstams arī kā piektais gadalaiks, sniedz unikālu laivošanas pieredzi palienēs. Jūras kajaku braucieni piedāvā brīnišķīgus skatus uz piekrasti. SUPošanu upēs un ezeros var apvienot ar pārgājieniem vai salu ekspedīcijām ezeros.



- ✓ braucieni ar kanoe, kajakiem, citām laivām un plostim, SUP, snorkelēšana, niršana, burāšana upēs, ezeros, jūrā un palienēs
- ✓ ir pieredzējuši grupu vadītāji, gidi vai instruktori, kuri ir apguvuši drošību uz ūdens un grupu vadības pamatprincipus un prot angļu valodu
- ✓ tiek stingri ievēroti drošības protokoli un noteikumi, lai pasargātu dalībniekus no iespējamiem apdraudējumiem, kas saistīti ar ūdens aktivitātēm
- ✓ labi uzturēts un atbilstošs aprīkojums, piemēram, laivas, kajaki, glābšanas vestes un drošības aprīkojums, ko izmanto, ir labā darba kārtībā
- ✓ ir skaidras instrukcijas par to, kā aprīkojumu izmantot droši
- ✓ skaidras instrukcijas par tikšanās vietām un laiku
- ✓ informācija par transportu uz un no aktivitātes vietas, tai skaitā inventāra transportēšanas iespējām
- ✓ atbildība pret vidi: tūrisma prakse, kas aizsargā un saglabā dabisko vidi, dabas vērtības, tai skaitā gādā par to, lai samazinātu atkritumu daudzumu
- ✓ tiek respektēti sezonālie dabas liegumi uz ūdeņiem
- ✓ pēc izvēles: pārtikas un atspirdzinājumu pieejamība garākos braucienos vai iespēja piegādāt maltītes

ZIEMAS AKTIVITĀTES

Distanču slēpošana, pārgājieni ar sniega korpēm, slidošana, braukšana ar ragavām, suņu pajūgā, un zemledus makšķerēšana.

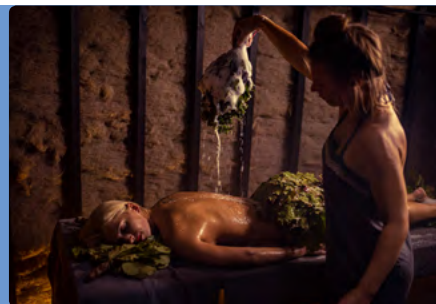
Sniegs un ledus ir pamats ziemas aktivitātēm brīvā dabā. Dabiskās ainavas, ieskaitot mežus, pļavas, aizsalušus ezerus un jūras krastu, nodrošina ideālu reljefu distanču slēpošanai ierīkotās trasēs vai apvidū. Ir pieejama slēpošanas inventāra noma un instruktora pakalpojumi iesācējiem. Ziemas aktivitātēm izmantojamas arī mūsdienīgas, vieglas, ērtas un ergonomiskas kick-sled ragavas. Izbraucieni suņu pajūgā, zemledus makšķerēšana un pārgājieni sniega korpēs pa aizsalušiem ezeriem, purviem un sniegotiem mežiem, vērojot savvaļas dzīvniekus.

- ✓ pārgājieni ar sniega korpēm, distanču slēpošana, slidošana, braukšana ar ragavām (kick-sledding), braukšana ar suņu pajūgiem, zemledus makšķerēšana
- ✓ vada ziņoši un pieredzējuši instruktori un gidi, kas var dalībniekiem (it īpaši iesācējiem) angļu valodā nodrošināt apmācību un atbalstu
- ✓ tiek stingri ievēroti drošības protokoli un noteikumi, lai pasargātu dalībniekus no apdraudējumiem, kas saistīti ar aukstumu
- ✓ labi uzturēts aprīkojums, piemēram, slēpes, snovborda dēļi, slidas u.c., ko nodrošina dalībniekiem
- ✓ skaidras instrukcijas par to, kā aprīkojumu izmantot droši
- ✓ gatavība mainīgiem laikapstākļiem, tai skaitā jāsniedz skaidri paziņojumi par atcelšanu vai pārcelšanu nelabvēlīgu laikapstākļu gadījumā
- ✓ piekļuve tādām telpām kā atpūtas namiņi, apsildāmas tualetes, ģērbtuvēs un aprīkojuma nomas vietas
- ✓ informācija par transportu uz un no aktivitātes vietas, tai skaitā transporta pakalpojumiem sākumpunktā un galapunktā
- ✓ skaidras instrukcijas par tikšanās vietām un laiku
- ✓ pēc izvēles: karsto dzērienu, maltīšu un uzkodu pieejamība aktivitāšu vietā vai tuvumā esošajās iestādēs



PASĀKUMI LABSAJŪTAI

Dažādas prakses dabas vidē gara, dvēseles un ķermeņa labsajūtai. Eiropā nav daudz vietu, kur mazskartas dabas vidē var praktizēt jogu, meditācijas, baudīt pirts rituālus un dabu kā patvērumu.



RETRĪTI DABĀ

Meditācija, joga un citas garīgās prakses lauku un dabas vidē vai brīvā dabā.

Retrīti dabā, joga, meditācijas, saiknes atjaunošana ar dabu un citas prakses iekšējās harmonijas sasniegšanai. Grupu programmas ietver darbības un rituālus, kas palīdz atbrīvoties no iekšējiem blokiem, atsavināt iekšējo enerģiju, trenēt apzinātību un dzīvot ar laimes sajūtu. Apkārtējā dabas vide palīdz relaksēties un nomierināt prātu, savukārt viesu nama vai citas mītnes mūsdienīgā un estētiskā vide ļauj baudīt dabas tuvumu komfortā.



- meditācija, joga un citas garīgās prakses lauku un dabas vidē*
- dabas apstākļiem pielāgotas un vadītas programmas garīgām praksēm*
- vieta un vide: rāma un ainaviska vieta dabiskā vidē, piemēram, mežā, ezera krastā vai piekrastes zonā, ar uzsvāru uz to, lai būtu prom no pilsētas trokšņa un traucēkļiem*
- ērtas un labiekārtotas nakšņošanas iespējas, piemēram, teltis, namiņi, mājiņas kokos, kotedžas vai viesu mājas*
- ir pieejamas būtiskākās ērtības un pakalpojumi, tostarp apkures iespējas un vannas istaba*
- pārtika un ēdināšana: svaigi un vietēji ražoti ēdieni, kas ietver reģionālas garšas īpatnības; vieglas, bet barojošas maltītes*
- atbildība pret vidi: apņemšanās īstenot ilgtspējīgu un atbildīgu tūrisma praksi, lai samazinātu ietekmi uz vidi*

DABAS TERAPIJA

Dabas labsajūtas pieredzes - meža terapija, fito sauna, dabas SPA, baskāju takas, zāļu tējas mandalu darbnīcas.

Savvaļas augu izmantošana veselībai un skaistumam ir autentiska un sena prakse, ko pazīstam arī mūsdienās. Meža peldes jeb *Shinrin-yoku* apmācīta gida pavadībā, āra SPA vannas ar augu uzlējumiem, skanot putnu balsīm un dabas skaņām, pirts rituāli ar savvaļas ziediem un augiem ļauj izjust dabas ārstnieciskos spēkus. Dabas dziedniecības eksperti vada cauri dabas terapijas procesiem un dalās savās zināšanās.

- meža terapija, pirts pieredze, dabas SPA, baskāju takas, zāļu tēju un mandalu darbnīcas, utt.*
- terapeitiska, ārstnieciska un transformējoša pieredze dabiskā vidē*
- darbu veic pieredzējuši terapeiti ar pieredzi dabā balstītā terapijā; speciālisti, kuri ieguvuši sertifikātu meža terapijā; pirtnieki; citi nozares speciālisti*
- ir efektīvas komunikācijas un saskarsmes prasmes, lai radītu dalībniekam drošu, konfidenciālu un atbalstošu vidi*
- ir mierīga un dabiska vieta, piemēram, mežs, pludmale vai pļavas, uzsvārs uz mierīgu un nomierinošu atmosfēru*
- ir pielāgotas terapijas programmas, kas risina dalībnieku īpašās vajadzības un mērķus, ņemot vērā viņu fizisko un emocionālo labsajūtu*
- tiek ievēroti veselības un drošības pasākumi*
- atbildība pret vidi: apņemšanās īstenot ilgtspējīgu un atbildīgu tūrisma praksi, lai samazinātu ietekmi uz vidi*



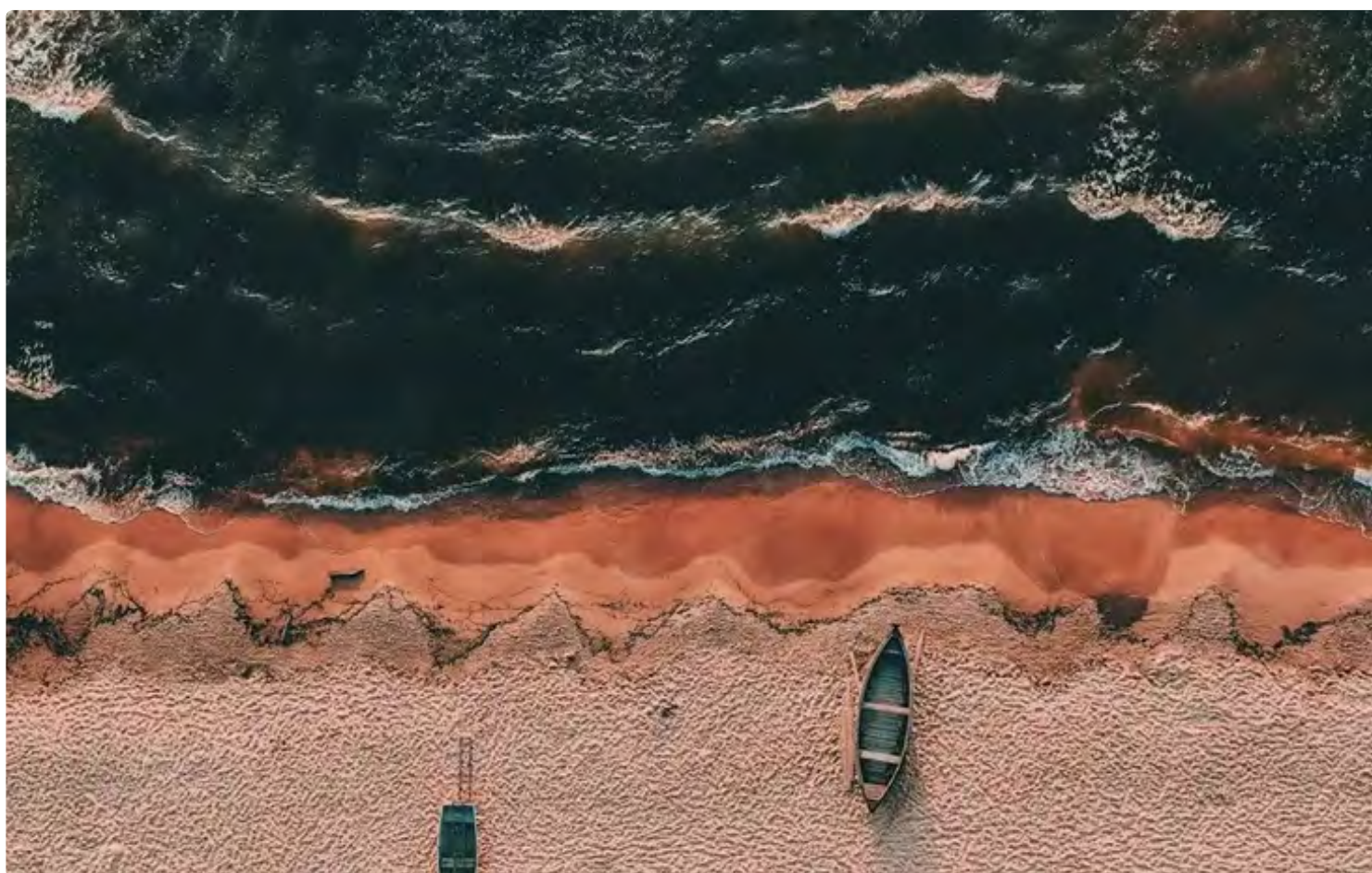
ATJAUNOŠANĀS DABĀ

Izbēgšana no ikdienas, atslēgšanās no mobilajiem sakariem, savienošanās ar dabu. Dabas pieredzes un komforta apvienojums.

Relaksējošas brīvdienas neskartā un skaistā dabas vidē, komfortablās un mūsdienīgām ērtībām aprīkotās naktsmītnēs. Nesteidzīga nekā nedarīšana vai vieglas aktivitātes bez stingra plāna, piemēram, pastaigas apkārtnes mežos un plāvās, velo un laivu izbraucieni, dabas skaņu klausīšanās, gremdējoties apkārtējās dabas skaistumā un enerģijā.



- ✓ *relaksējoša, atjaunojoša un iekļaujoša pieredze dabiskā un mierīgā vidē*
- ✓ *ir pieejamas būtiskākās ērtības un pakalpojumi, tostarp apkure un vannas istaba*
- ✓ *mierīga un ainaviska vieta dabiskā vidē, piemēram, mežā, ezera krastā, pludmalē vai nomaļā apvidū, uzsvars uz iespēju atpūsties no pilsētas dzīves steigas un burzmas*
- ✓ *ir iespējas doties pastaigās dabā, nodarboties ar vieglām fiziskām aktivitātēm, nodarboties ar mūziku, gleznot vai veikt līdzīgas aktivitātes dabā*
- ✓ *privātas un noslēgtas telpas, kur dalībnieki var netraucēti atpūsties un relaksēties*
- ✓ *jābūt elastīgiem, lai pielāgotu pieredzi atbilstoši dalībnieku vēlmēm un interesēm*
- ✓ *labiekārtotas un ērtas nakšņošanas iespējas, piemēram, mājiņas, kotedžas, glampingi vai nomaļa ekokūrorta vieta*
- ✓ *atbildība pret vidi: apņemšanās īstenot ilgtspējīgu un atbildīgu tūrisma praksi, lai samazinātu ietekmi uz vidi*



PĀRTIKA UN TĀS IEVĀKŠANA DABĀ

Savvaļas dabas veltes ir nozīmīga nacionālās virtuves sastāvdaļa gan Latvijā, gan Igaunijā. Ogas, sēnes, tējas un garšaugi tiek ievākti mežos, pļavās un citviet brīvā dabā.



DABAS VELŠU IEVĀKŠANA

Sēņošana, ogošana, zāļu tēju vākšana gida pavadībā. Kopīga ēdiena gatavošana no dabas veltēm un maltītes baudīšana.

Dabas velšu vākšanas ekspedīcijas ogu un sēņu vietās. Populārākās ēdamās sēnes ir baravikas un gailenes, taču zinošs gids parādīs arī citas ēdamo sēņu sugas. Ogošanas tūrēs tiek lasītas mellenes, meža zemenes, meža avenes, brūklenes, dzērvenes. Savvaļas augus, piemēram, kumelītes, pelašķus, piparmētras, un daudzus citus parasti izmanto tējām un ēdiena garšas piešķiršanai. Dabas velšu vākšanas noslēgumā bieži tiek piedāvāta ēdiena gatavošana no tām kopā ar gidu vai saimnieci un maltītes kopīga baudīšana.



- ✓ sēņu, ogu, augu tēju u.c. ievākšana gida pavadībā; ēdienu gatavošana un baudīšana kopā ar saimniekiem
- ✓ vada pieredzējuši sēņu, ogu un augu pazinēji, kuri pārzina sugas un prot angļu valodā izskaidrot, kā pareizi atpazīt ēdamās sugas un izvairīties no indīgām
- ✓ ir aizliegts ievākt aizsargājamās sugas
- ✓ dalībniekiem tiek nodrošināti naži, grozi un citi nepieciešamie palīgīdzekļi un tiek sniegtas instrukcijas, kā ir jāievāc sēnes, ogas un augi, lai nenodarītu kaitējumu apkārtējai videi
- ✓ drošība: dalībnieki tiek izglītoti par potenciālajiem apdraudējumiem, piemēram, indīgām sēnēm, ogām un augiem
- ✓ ētiskā prakse: mazināt nodarījumu sēnēm, ogām, augiem un to biotopiem

SAVVAĻAS PĀRTIKA ĒDIENOS

No dabas veltēm gatavoti ēdieni restorānu ēdienkartēs un ēdiena gatavošanas meistarklases ar restorānu pavāriem.

Restorānu pavāri ēdienu gatavošanā izmanto svaigas, vietējas izcelsmes sastāvdaļas, tostarp, meža sēnes, ogas, savvaļas garšaugus un medījumus. Ēdieni ir sezonāli, atspoguļojot to, kas nogatavojas un iegūstams dabā. Meistarklasēs tiek demonstrēts, kā savvaļas pārtiku var radoši izmantot garšīgu ēdienu pagatavošanā. Dabas veltes ir bagātas garšām un nesatur ķīmiskas vielas. Baltijas tradicionālā virtuve ir izteikti sezonāla, jo mums ir četri gadalaiki, un katrs no tiem piedāvā savus īpašus produktus un garšas baudas.

- ✓ restorāni, kas savā ēdienkartē piedāvā no savvaļā iegūtas pārtikas gatavotus ēdienus; šādu ēdienu pagatavošanas meistarklases
- ✓ savvaļas pārtikai ir jābūt iegūtai atbildīgi un legāli; lai aizsargātu vietējās ekosistēmas, akcentējiet ilgtspējīgas pārtikas ievākšanas un ieguves metodes
- ✓ ēdienus no savvaļas pārtikas gatavo pavāri, kuri labi pārzina savvaļas pārtiku un ir apmācīti, kā no tās pagatavot ēdienus
- ✓ klientiem angļu valodā tiek sniegti precīzi un detalizēti apraksti ēdieniem, kuros ir iekļauti savvaļas pārtikas produkti, un ir skaidri norādīti izmantoto savvaļas sastāvdaļu nosaukumi
- ✓ tiek sniegta informācija par alergēniem, ko var saturēt savvaļas pārtika
- ✓ meistarklases ir veidotas tā, lai tās būtu praktiskas, ļaujot dalībniekiem aktīvi iesaistīties ēdiena gatavošanā
- ✓ meistarklašu dalībnieki tiek nodrošināti ar nepieciešamajiem instrumentiem
- ✓ drošība: meistarklašu dalībniekiem tiek sniegtas drošības instrukcijas, kas jāņem vērā ēdiena gatavošanā
- ✓ atbildība pret vidi: tūrisma prakse, kas aizsargā un saglabā dabisko vidi, tai skaitā gādā par to, lai samazinātu atkritumu daudzumu



IZGLĪTOJOŠIE PASĀKUMI PAR DABU

Dabas izziņas ekskursijas sniedz izglītojošu pieredzi par dabas vēsturi, vietējām ekosistēmām, floru, faunu, ģeoloģiju un debess ķermeņiem. Ekskursijas piedāvā ieskatu mūsu planētas miljardu gadu ilgajā vēsturē un kosmosa noslēpumos.



ASTRONOMISKĀS EKSKURSIJAS

Zvaigžņu vērošanas ekskursijas un lekcijas par Visumu observatorijās, kas aprīkotas ar teleskopiem.

Baltijas valstīs ir lieliskas iespējas zvaigžņu vērošanai, pateicoties nelielajam gaismas piesārņojumam un plašai atklātai telpai. Observatorijas un zvaigžņu vērošanas vietas piedāvā aizraujošas lekcijas par planētām, zvaigznēm, galaktikām un miglājiem. Specializēti gidi vada nakts ekskursijas ar stacionāriem un pārnēsājamiem teleskopiem, stāstot par debess ķermeņiem. Iespējams novērot dažādus objektus Saules sistēmā, izpētīt Mēness jūras, ieraudzīt Ziemeļblāzmu un ielūkoties tālā pagātnē, skatot galaktikas no Visuma pirmsākumiem.



- ✓ zvaigžņu vērošanas ekskursijas un lekcijas par Visumu observatorijās, kas aprīkotas ar teleskopiem
- ✓ lekciju un ekskursiju saturs tiek veidots tā, lai tas būtu saprotams dažāda vecuma cilvēkiem un cilvēkiem ar dažādām pamatzināšanām
- ✓ vada speciālisti ar zināšanām astronomijā, kuri labi prot angļu valodu
- ✓ pārnēsājami teleskopi, binokļi, zvaigžņu kartes, aplikācijas zvaigžņu atrašanai, vizualizācijas u.c. kā papildus līdzekļi

ĢEOTŪRISMA EKSKURSIJAS

Ekskursijas, kurās tiek iepazīti dabas procesi, ģeoloģiskie veidojumi, ainavas un fosilijas.

Baltijas valstu daudzveidīgā ainava un bagātīgais ģeoloģiskais mantojums ietver kaļķakmens un smilšakmens klintis, smilšu kāpas, iežu veidojumus, krāterus, fosilijas, dabiskos avotus un senos ledāju veidojumus. Ģeotūrisma gidi rāda, kā ainavā lasīt mūsu planētas un dabas vēsturi un atpazīt pārsteidzošus senās pagātnes lieciniekus, sākot no majestātiskiem sarkano klinšu atsegumiem līdz trilobītu, tetrapodu un Devona laikmeta zivju fosilijām.

- ✓ ekskursijas, kurās tiek pētīti dabas procesi, ģeoloģiskie veidojumi, ainavas un fosilijas
- ✓ atļauts aiztikt tikai tās fosilijas, kas atrodas uz zemes, nedrīkst tās iegūt no iežu atsegumiem
- ✓ drošība: dalībnieki ir informēti par ikvienu iespējamo apdraudējumu
- ✓ vada pieredzējuši dabas pētnieki, ģeologi vai jomas eksperti, kas var sniegt detalizētu informāciju angļu valodā par sastopamajiem dabas procesiem, ģeoloģiskajiem veidojumiem, ainavām un fosilijām
- ✓ atbildība pret vidi: tūrisma prakse, kas aizsargā un saglabā dabisko vidi, tai skaitā gādā par to, lai samazinātu atkritumu daudzumu
- ✓ pielāgots sezonai: iepļānots, lai ekskursija atbilstu optimālajiem laikiem konkrētu dabas procesu, ģeoloģisko veidojumu vai fosiliju atklājumu novērošanai
- ✓ pēc izvēles: aprīkojums un rīki, lai uzlabotu izpēti pieredzi, piemēram, palielināmie stikli



DABAS NORIŠU FIKSĒŠANA

Pazīstamas kā vienas no zaļākajām valstīm Eiropā, Baltijas valstis ir ideāls galamērķis dabas norišu fiksēšanas tūrismam. Lai gan mūsu ainavas nevar saukt par grandiozām, to klusinātais skaistums, kas mainās katrā no četriem gadalaikiem, ir iedvesmojošs. Lielā savvaļas dzīvnieku un augu valsts daudzveidība piešķir papildu vērtību foto, video un mākslas sesijām dabā.



DABAS FOTO UN VIDEO

Dabas un savvaļas dzīvnieku fotografēšana un filmēšana gida pavadībā.

Četri gadalaiki paver dažādas iespējas dabas fotografēšanai un filmēšanai, katrs gadalaiks ienes dažādas krāsas, gaismu un noskaņu. Ainava - meži, purvi, pļavas, smilšakmens atsegumi, upes un jūras piekraste - veido daudzveidīgu vidi foto un video sesijām. Savvaļas daba ir bagāta ar putniem, dzīvniekiem, tajā ir liela augu un koku daudzveidība. Mākoņainas debesis virs jūras, migla agrā rītā, mirdzoša sarma vai pat Ziemeļblāzma var sniegt patiesi lielisku dabas foto un filmēšanas pieredzi.



- ✓ *dabas un savvaļas dzīvnieku fotografēšana un video uzņemšana gida pavadībā*
- ✓ *vada gidi, kuri labi pārzina apvidu, pazīst savvaļas dzīvniekus, zina to paradumus, kuriem ir pieredze dabas fotogrāfiju un video uzņemšanā un kuri labi prot angļu valodu*
- ✓ *ekskursijas ir rūpīgi plānotas, lai tās sakristu ar labākajiem gadalaikiem dabas fotografēšanai vai video uzņemšanai*
- ✓ *drošība: ir sniegtas instrukcijas, lai izvairītos no potenciālajiem riskiem, kas saistīti ar savvaļas dzīvniekiem*
- ✓ *ētiskā prakse: ievērot distanci no dzīvniekiem un neveikt darbības, kas var tiem radīt stresu vai ievainot*
- ✓ *atbildība pret vidi: tūrisma prakse, kas aizsargā un saglabā dabisko vidi, tai skaitā gādā par to, lai samazinātu atkritumu daudzumu*

ZĪMĒŠANA UN GLEZNOŠANA DABĀ

Dabas un savvaļas dzīvnieku zīmēšana un gleznošana.

Dabas daudzveidība, savvaļas dzīvnieku klātbūtne, gadalaiku maiņa, ūdeņu daudzveidība, augu valsts pārpilnība un iedvesmojošas ainavas ļauj pilnībā iegremdēties apkārtējās vides skaistumā un radīt lieliskus mākslas darbus, kas atspoguļo cilvēka saikni ar dabu.

- ✓ *dabas un savvaļas dzīvnieku zīmēšanas un gleznošanas ekskursijas*
- ✓ *vada zinoši angļiski runājoši gidi, kuri pārzina apkārtni un kuriem ir arī praktiska pieredze dabas zīmēšanā un gleznošanā*
- ✓ *tiek nodrošināti materiāli zīmēšanai un gleznošanai*
- ✓ *ētiskā prakse: zīmējot vai gleznojot savvaļas dzīvniekus, ievērot distanci no dzīvniekiem un neveikt darbības, kas var tiem radīt stresu vai ievainot*
- ✓ *drošība: tiek sniegti norādījumi, lai izvairītos no iespējamiem ar savvaļas dzīvniekiem saistītiem riskiem*



EKSTRĒMĀ ATPŪTA DABĀ

Ekstrēmo sporta veidu un dabas izdzīvošanas tūrisms var sniegt unikālu un aizraujošu pieredzi, kā izbaudīt Igaunijas un Latvijas dabas skaistumu. Visas aktivitātes ir sagatavotas, ievērojot drošību.



EKSTRĒMAIS TŪRISMS

Lidojumi gaisa balonā, gumijlēcšana, Zērglis, izpletņlēcšana, vindsērfings un citi ekstrēmie aktīvās atpūtas veidi gidu un instruktoru pavadībā.

Ekstrēmie aktīvās atpūtas veidi piedāvā izjust saikni ar dabu aizraujošā un satraucošā veidā. Profesionālu instruktoru vadībā dabas skaistums atklājas no neparastas un piedzīvojumiem bagātas perspektīvas. Pateicoties rūpīgajiem drošības pasākumiem, vairākas ekstrēmās izklaides ir piemērotas arī bērniem un cilvēkiem bez iepriekšējas pieredzes.



- ✓ lidojumi ar gaisa baloniem, gumijlēcšana (bungee jumping), brauciens ar "zipline", lidojums ar paraplānu, izpletņlēcšana, vindsērfings, notiek gidu un instruktoru vadībā
- ✓ angļu valodu zinoši gidu vai instruktoru ar specializētu apmācību ekstrēmos sporta veidos nodrošina drošu piedzīvojumu, sniedzot zināšanas, atbilstošu informāciju un atbalstu katrai aktivitātei
- ✓ stingra katras aktivitātes drošības protokolu un noteikumu ievērošana; regulāra aprīkojuma apkope, lai nodrošinātu dalībnieku drošību
- ✓ gatavība mainīgiem laikapstākļiem ar saziņu par atcelšanu vai pārcelšanu
- ✓ skaidri norādījumi par aprīkojuma lietošanu, drošību un rīcību ārkārtas gadījumos; dalībniekiem tiek precīzi izskaidrots, ko aktivitātes laikā drīkst un ko nedrīkst darīt
- ✓ dalībniekiem tiek nodrošināts labi uzturēts aprīkojums
- ✓ piekļuve telpām, piemēram, instruktažas zonām, tualetēm, ģērbtuvēm un aprīkojuma nomai
- ✓ informācija par transportu uz un no aktivitātes vietas. Skaidri norādījumi par tikšanās vietām, grafikiem un iespējām nogādāt vai atbraukt pakaļ

IZDŽĪVOŠANAS PRASMJU TRENIŅŠ DABĀ

Izdzīvošanas prasmju trenēšana apvidū kopā ar pieredzējušiem instruktoriem.

Izdzīvošanas prasmes tiek pārbaudītas un uzlabotas dabas apstākļos. Pieredzējuši instruktori palīdz tiem, kas vēlas pārkāpt savas robežas, sagatavoties piedzīvojumam brīvā dabā un pārvarēt izaicinājumus. Dabas izdzīvošanas prasmju treniņa pārgājieni notiek sarežģītā, taču skaistā apvidū, neatkarīgi no laikapstākļiem, gan dienā, gan naktī. Vakariņu gatavošana uz atklātas uguns un nakts patvēruma ierīkošana savvaļā liek just vienotību ar dabu un pašāpziņu uz saviem spēkiem.

- ✓ izdzīvošanas prasmju apmācības pasākumi dabā pieredzējušu instruktoru vadībā
- ✓ vada instruktori ar būtiskām prasmēm un zināšanām par izdzīvošanu dabā, orientēšanos savvaļas apstākļos, un labām zināšanām par vietējo reljefu, floru un faunu
- ✓ apmācība pielāgota sezonālībai, ņemot vērā laikapstākļu, augu dzīves un dzīvnieku uzvedības atšķirības; fokuss uz konkrētiem izdzīvošanas izaicinājumiem dažādos gadalaikos
- ✓ drošība: ir sniegtas drošības instrukcijas, kā arī ieteikumi par pārvietošanos dažādos apvidos, netraucējot dabiskās ekosistēmas
- ✓ stingra ētiskās prakses ievērošana, nodrošinot, ka apmācības laikā netiek nodarīts kaitējums videi vai dzīvniekiem
- ✓ apmācība ietver nepieciešamā izdzīvošanas aprīkojuma nodrošināšanu
- ✓ atbildība pret vidi: tūrisma prakse, kas aizsargā un saglabā dabisko vidi, tai skaitā gādā par to, lai samazinātu atkritumu daudzumu



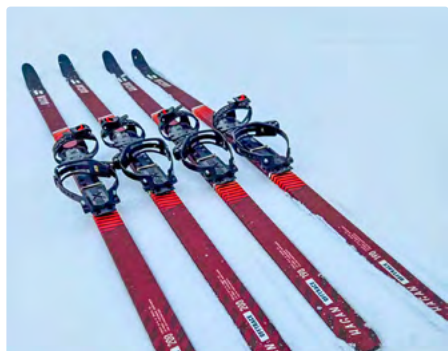
PAKALPOJUMU ASPEKTI

TŪRISMA PAKALPOJUMI

Inventāra noma

ziemas aktivitātēm

- slēpes, slēpju zābaki, slēpju nūjas, distanču slēpes, distanču slēpju zābaki, meža slēpes, snovborda dēļi, snovborda zābaki, stiprinājumi, slidas, ragavas (kick-sledge), drošības ķiveres u.c.
- nomas cenas katrai precei ir skaidri norādītas; depozīta prasības un apmaksas politika ir skaidri izklāstīta; ir norādītas visas papildu maksas, piemēram, nokavētas atgriešanas maksa u.c.
- aprīkojums tiek regulāri pārbaudīts un uzturēts tā, lai tas būtu darba kārtībā un droši lietojams, tīrs; izsniedzot inventāru, klienti tiek skaidri informēti par iznomāto priekšmetu stāvokli
- tiek sniegti īsi demonstrējumi par pareizu un drošu aprīkojuma lietošanu un regulēšanu; tiek piedāvāta palīdzība aprīkojuma montāžā un regulēšanā
- aprīkojumam tiek veiktas regulāras tīrīšanas un dezinfekcijas procedūras



velobraukšanai

- velosipēdi, ķiveres, ceļgalu sargi, elkoņu sargi, velosipēdu slēdzenes, gaismas, remonta komplekti, bērnu sēdekļi u.c.
- nomas cenas katrai precei ir skaidri norādītas; depozīta prasības un apmaksas politika ir skaidri izklāstīta; ir norādītas visas papildu maksas, piemēram, nokavētas atgriešanas maksa u.c.
- riteņbraukšanas aprīkojumam tiek regulāri veiktas drošības un tehniskās pārbaudes un apkope

- tiek sniegti īsi demonstrējumi par pareizu un drošu riteņbraukšanas aprīkojuma lietošanu un regulēšanu
- tiek piedāvāta palīdzība velo ekipējuma pielāgošanā un regulēšanā
- viss riteņbraukšanas aprīkojums tiek regulāri tīrīts
- ķiveres un citas personīgās lietas tiek rūpīgi iztīrītas starp nomas reizēm
- tiek sniegta informācija par dabas vērtībām un to saudzīgu izmantošanu, kā arī satiksmes noteikumi klienta izvēlētajā maršrutā



ūdens aktivitātēm

- kanoe, kajaki un citas laivas un plosti, SUP, airi, snorkelēšanas inventārs, glābšanas vestes, ūdensnecaurļaidīgi mantu maiši utt.
- nomas cenas katrai precei ir skaidri norādītas; depozīta prasības un apmaksas politika ir skaidri izklāstīta; ir norādītas visas papildu maksas, piemēram, nokavētas atgriešanas maksa u.c.
- skaidras instrukcijas par tikšanās vietām (GPS koordinātām) un laiku, ja aprīkojums tiek nogādāts konkrētā vietā, piemēram, pie upes vai citas ūdenstilpnes
- aprīkojums tiek regulāri pārbaudīts un uzturēts tā, lai tas būtu darba kārtībā un droši lietojams, tīrs un sauss; izsniedzot inventāru, klienti tiek skaidri informēti par iznomāto priekšmetu stāvokli

- tiek sniegti īsi demonstrējumi par pareizu un drošu ūdens aktivitāšu aprīkojuma lietošanu
- pirms ūdens aktivitātes uzsākšanas tiek sniegtas drošības instrukcijas
- tiek sniegta informācija par dabas vērtībām un to saudzīgu izmantošanu klienta izvēlētajā maršrutā



dažādām aktivitātēm dabā

- teltis, guļammaisi, paklājiņi, mugursomas, ūdensdrošie maiši, tūrisma degļi, trauki, termosī, pārgājienu nūjas, purva kurpes u.c.
- nomas cenas katrai precei ir skaidri norādītas; depozīta prasības un apmaksas politika ir skaidri izklāstīta; ir norādītas visas papildu maksas, piemēram, nokavētas atgriešanas maksa u.c.
- tiek sniegtas instrukcijas, kā pareizi un droši lietot aprīkojumu
- aprīkojums tiek regulāri pārbaudīts un uzturēts tā, lai tas būtu darba kārtībā un droši lietojams; izsniedzot inventāru, klienti tiek skaidri informēti par iznomāto priekšmetu stāvokli
- aprīkojumam tiek veikti regulāri tīrīšanas un dezinfekcijas pasākumi



dabas norišu fotografēšanai un filmēšanai

- *kameras, objektīvi, statīvi, monopodi, fotoaparātu somas, kameru aksesuāri, droni, gaismas, lietus aizsargi kamerām u.c.*
- *nomas cenas katrai precei ir skaidri norādītas; depozīta prasības un apmaksas politika ir skaidri izklāstīta; ir norādītas visas papildu maksas, piemēram, nokavētas atgriešanas maksa u.c.*
- *tiek sniegtas instrukcijas, kā pareizi un droši lietot aprīkojumu*
- *aprikojums tiek regulāri pārbaudīts un uzturēts tā, lai tas būtu darba kārtībā un droši lietojams; izsniedzot inventāru, klienti tiek skaidri informēti par iznomāto priekšmetu stāvokli*
- *aprikojumam tiek veikti regulāri tīrīšanas un dezinfekcijas pasākumi*



dabas un dzīvnieku vērošanai

- *tālskati, palielināmie stikli, teleskopi, maskēšanās inventārs, slēpņi u.c.*
- *nomas cenas katrai precei ir skaidri norādītas; depozīta prasības un apmaksas politika ir skaidri izklāstīta; ir norādītas visas papildu maksas, piemēram, nokavētas atgriešanas maksa u.c.*
- *tiek sniegtas instrukcijas, kā pareizi un droši lietot aprīkojumu*
- *aprikojums tiek regulāri pārbaudīts un uzturēts tā, lai tas būtu darba kārtībā un droši lietojams; izsniedzot inventāru, klienti tiek skaidri informēti par iznomāto priekšmetu stāvokli*



Gida pakalpojumi

- *dabas gidi ir labi apmācīti un prot angļu valodu*
- *gidi ir apguvuši pirmās palīdzības un drošības pamatprincipus, lai risinātu ārkārtas situācijas, esot dabā*
- *ir jāveicina un jāievēro ilgtspējīga tūrisma prakse, samazinot ietekmi uz vidi un saudzējot dabas vērtības*
- *gidiem un tūristiem ir jāciens vietējās paražas, tradīcijas un kopienas*
- *tikšanās vietas (GPS koordinātas), lai-ki un visas īpašās prasības klientiem ir skaidri jāpaziņo jau laikus*
- *lai nodrošinātu kvalitatīvu pieredzi un drošību, ir jānosaka noteikumiem atbilstoši ierobežojumi grupu lielumam*
- *ieteicams: izveidot sistēmu, kas ļauj tūristiem sniegt atgriezenisko saiti par savu pieredzi*

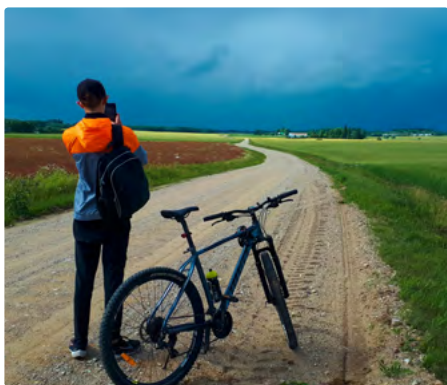


KLIENTU MĒRĶGRUPAS

Klientu piesaiste

Projekts "Baltijas dabas tūrisms – Apvienotās Karalistes mērķa tirgus apgūšana" (NAT-TOUR-EXPO) klientu piesaistē iezīmē trīs galvenos darba virzienus ar šādām mērķauditorijām:

- *individuālie ceļotāji,*
- *specializētas interešu grupas,*
- *tūroperātori, kuri specializējas Baltijas valstu dabas tūrisma piedāvājumā.*



Klientu vajadzības

Baltijas dabas tūrisma piedāvājumam, kas orientēts Apvienotās Karalistes tirgum, jābūt atbilstošam klientu vajadzībām. Saskaņā ar tirgus izpētes aptaujām Lielbritānijā, mērķauditorijas (Apvienotās Karalistes tūristu) vajadzības, pavadot brīvdienas laukos, ir:

- *relaksācija, atpūta, stresa mazināšana,*
- *laika pavadīšana ārpus telpām,*
- *jaunu vietu atklāšana,*
- *saikne ar ģimeni vai draugiem,*
- *radīt paliekošas atmiņas,*
- *piedzīvot dabas pozitīvo ietekmi,*
- *iesaistīties āra aktivitātēs,*
- *digitālā detoksikācija un laiks bez tehnoloģijām un sociālajiem medijiem.*



Klientu grupas

Balstoties klientu vajadzībās un interesēs, Apvienotās Karalistes tūristus var iedalīt vairākās grupās:

- dabas mīlotāji: tie, kas grib nesteidzīgi baudīt neskartu dabu, būt prom no pilsētām
- piedzīvojumu entuziasti: ceļotāji, kam patīk aktivitātes brīvā dabā un arī nebijušas, ekstrēmas sajūtas
- labsajūtas meklētāji: cilvēki, kuras interesējas par dvēselisku baudījumu un dabas terapiju
- kulinārijas izzinātāji: tūristi, kas vēlas meklēt savvaļas pārtiku un izzināt vietējās ēdienu tradīcijas
- dabas izzinātāji: ceļotāji, kurus interesē izglītojošas dabas tūres un darbnīcas
- radošie: ceļotāji, kuriem patīk radoši izpausties, piemēram, fotografēt, zīmēt gleznot u.c.

Baltijas dabas tūrisma produkti ir paredzēti daudzveidīgai auditorijai: dažāda vecuma cilvēkiem, ģimenēm ar bērniem un personām ar īpašām vajadzībām. Tāpēc ir svarīgi nodrošināt, lai mūsu tūrisma produkti būtu iekļaujoši un piemēroti dažādu cilvēku grupām.



Papildus avoti:

Dabas tūrista ētikas kodekss:
<https://celotajs.my.canva.site/dabas-turista-etikas-kodekss>

“Neatstāj pēdas” principi:
<https://lnt.org/why/7-principles/>

Interreg



Co-funded by
the European Union

Central Baltic Programme

NAT-TOUR-EXPO

Aktivitāte tiek īstenota projektā “Baltijas dabas tūrisms – Apvienotās Karalistes mērķa tirgus apgūšana (CB0100030)”, kas tiek īstenots ar Eiropas Savienības un Eiropas Reģionālās attīstības fonda atbalstu “Interreg Centrālās Baltijas jūras reģiona programmas 2021.-2027.gadam” ietvaros.