

**Міністерство освіти і науки України
Одеський національний технологічний університет
Кафедра туристичного бізнесу та рекреації**



КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА БАКАЛАВРА

на тему: «Розробка та просування спортивного туру в Фінляндію»

Здобувачки Лілії КОВТУН

4 курсу, групи Т-44

Керівник: Олена МЕЛІХ

Кваліфікаційна робота допускається до захисту

Рішення кафедри від 01.06.2023р., протокол №10

Завідувачка кафедри ТБ та Р _____ Наталя ДОБРЯНСЬКА
(підпис)

Одеса – 2023 рік

Бланк завдання на КРБ

ОДЕСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ ТЕХНОЛОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

Факультет	Технології вина та туристичного бізнесу
Кафедра	Туристичного бізнесу та рекреації
Ступінь вищої освіти	Бакалавр
Спеціальність	242 Туризм
Освітня програма	Міжнародний туризм

ЗАТВЕРДЖУЮ

Зав.кафедри ТБ та Р
Наталя ДОБРЯНСЬКА

« ____ » _____ р.

ЗАВДАННЯ НА КВАЛІФІКАЦІЙНУ РОБОТУ ЗДОБУВАЧА

Ковтун Лілії Петрівні
ПІБ

1. Тема роботи: « Розробка та просування спортивного туру в Фінляндію»

Затверджена наказом ОНТУ від 31.08.2022 р. наказ № 506-03

2. Термін здачі здобувачем закінченої роботи «23» червня 2023 р.

3. Вихідні дані роботи: монографії, підручники, навчальні посібники, законодавчі та нормативні акти, первинні документи, звіти туристичних підприємств, статистична звітність.

4. Перелік питань, які потрібно розробити

РОЗДІЛ 1. Теоретичні засади спортивного туризму

РОЗДІЛ 2 Характеристика міжнародних видів спортивного туризму у Фінляндії

РОЗДІЛ 3 Розробка та просування спортивного туру в Фінляндію

Перелік графічного матеріалу: Презентація до кваліфікаційної роботи бакалавра (14 слайдів).

6. Консультанти по роботі із зазначенням розділів роботи(для кваліфікаційної роботи бакалавра):

Розділ	Консультант	Підпис, дата	
		Завдання видав	Завдання прийняв
Розділ 3			

7. Дата видачі завдання – «15» лютого 2023 р.

Керівник _____ Олена МЕЛІХ
(підпис)

Завдання прийняв до виконання _____ Лілія КОВТУН
(підпис)

КАЛЕНДАРНИЙ ПЛАН

№ п/п	Назва етапів кваліфікаційної роботи бакалавра	Термін виконання етапів роботи
1.	Пошук об'єкту дослідження, обґрунтовувати теми кваліфікаційної роботи бакалавра та погодження керівником	25.02.2023-28.02.2023
2.	Складання бібліографії та вивчення літературних джерел	01.03.2023-05.03.2023
3.	Виконання першого розділу	08.03.2023-31.03.2023
4.	Виконання другого розділу	01.04.2023-14.04.2023
5.	Виконання третього розділу	16.04.2023-07.05.2023
6.	Написання висновків	08.05.2023-09.05.2023
7.	Оформлення кваліфікаційної роботи бакалавра	14.05.2023-21.05.2023
8.	Одержання рецензії	10.06.2023
9.	Захист кваліфікаційної роботи бакалавра	26.06.2023

Здобувач (ка) _____ Лілія КОВТУН
підпис

Керівник роботи _____ Олена МЕЛІХ
підпис

Несу відповідальність за ідентичність електронного та друкованого варіантів кваліфікаційної роботи, даю згоду на обробку персональних даних та не заперечую проти розміщення кваліфікаційної роботи на офіційних web-ресурсах ОНТУ.

Підтверджую, що в кваліфікаційній роботі відсутні порушення норм академічної доброчесності.

Здобувач-дипломник _____ Лілія КОВТУН
підпис

АНОТАЦІЯ

докваліфікаційної роботи бакалавра

Робота містить 72 сторінок, 1 таблиця, 10 рисунків, список літератури з 32 найменувань, 3 додатків.

Метою виконання роботи є систематизація інформації про туристичний потенціал Фінляндії, аналіз актуальності організації спортивних турів, аналіз різновидів спортивного туризму, організація спортивного туру до Фінляндії.

Об'єктом дослідження виступають туристичні ресурси Фінляндії.

Предметом дослідження виступає спортивний туризм.

Завданням роботи передбачено дослідити країну Фінляндію як туристичну країну, проаналізувати стан та перспективи розвитку туристичного бізнесу в країні, виявити основні види спорту для організації спортивного туризму, розробити спортивний тур.

За результатами виконаної роботи сформульовані висновки, в яких наведена інформація про розроблений спортивний тур до Фінляндії, представлені схеми маршрутів, програма туру, розрахована вартість, надані пропозиції по просуванню туру.

Одержані результати можуть бути використані туристичними компаніями для розширення пропозицій туристам.

Рік захисту роботи 2023

ABSTRACT

bachelor's qualification work

The work contains 72 pages, 1 table, 10 figures, a bibliography of 32 items, 3 applications.

The purpose of the work is the systematization of information about the tourism potential of Finland, the analysis of the relevance of the organization of sports tours, the analysis of the types of sports tourism, the organization of a sports tour to Finland.

The object of the research is tourism resources of Finland.

The subject of the research is sports tourism.

The task of the work is to study the country of Finland as a tourist country, to analyze the state and prospects for the development of tourism business in the country, to identify the main types of sports for the organization of sports tourism, to develop a sports tour.

Based on the results of the work, conclusions were formulated, which included information about the developed sports tour to Finland, presented route schemes, tour program, calculated cost, and suggestions for promoting the tour. The obtained results can be used by travel companies to expand their offers to tourists.

The year of job protection is 2023

ВСТУП.....	7
РОЗДІЛ 1	
Теоретичні засади спортивного туризму.....	9
1.1 Поняття та види спортивного туризму.....	9
1.2 Характеристика туристичного бізнесу Фінляндії.....	11
1.3 Історичні передумови розвитку туризму у Фінляндії.....	17
1.4 Фактори розвитку туризму країни на сучасному етапі.....	19
Висновки до 1 розділу.....	22
РОЗДІЛ 2	
Характеристика міжнародних видів спортивного туризму у Фінляндії.....	23
2.1. Основні види міжнародного туризму, які отримали розвиток у Фінляндії.....	23
2.2. Основні туристичні ареали Фінляндії.....	25
2.3. Місце туризму в сучасній економіці країни.....	29
2.4. Незвичайні види спорту у Фінляндії.....	34
2.5 Стан фізкультури та спорту у Фінляндії	35
Висновки до 2 розділу.....	49
РОЗДІЛ 3	
Розробка та просування спортивного туру в Фінляндію.....	50
3.1. Маршрут туру.....	50
3.2. Програма туру.....	56
3.3.Розрахунок вартості туру	65
3.4. Пропозиції по просуванню спортивного туру до Фінляндії.....	66
Висновки до 3 розділу.....	68
ВИСНОВКИ	69
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	70
ДОДАТКИ	

ВСТУП

Спортивний туризм є невідомою складовою загальнодержавної системи фізичної культури і спорту і спрямований на зміцнення здоров'я, розвиток фізичних, морально-вольових та інтелектуальних здібностей людини шляхом її залучення до участі у спортивних походах різної складності та змаганнях з техніки спортивного туризму. Спортивний туризм є важливим засобом сприяння підвищенню соціальної і трудової активності людей, задоволення їх моральних, естетичних та творчих запитів, життєво важливої потреби взаємного спілкування, розвитку дружніх стосунків між народами і зміцнення миру.

Головна особливість спортивного туризму полягає у тому, що він, на відміну від більшості інших видів спорту, не потребує відносно великих матеріальних видатків, так як, по-перше, розвивається в існуючому навколишньому природному середовищі і не вимагає значних капіталовкладень для підготовки та проведення туристсько-спортивних масових заходів та зведення спеціальних споруд для їх проведення, по-друге, матеріально-технічне та організаційне забезпечення зазначених заходів в значній мірі здійснюється силами та засобами самих туристів, по-третє, вже склалася і діє громадська система підготовки та підвищення кадрів, яка з мінімальними видатками з боку держави може і надалі ефективно функціонувати.

Актуальність даної роботи визначена тим, що спортивний туризм був і продовжує бути невідомою частиною життя більшої частини населення всього світу, роблячи позитивний вплив на організм людини, підтримуючи здоров'я і хорошу фізичну форму. Спортивний туризм в Україні є національним видом спорту, які мають багатовікові історичні традиції. Він включає в себе не тільки спортивну складову, а й особливу духовну сферу, і спосіб життя самих любителів мандрівок. Спортивний туризм належить до

соціального виду спорту, ним займаються верстви населення, які не мають великих доходів - молодь, студентство, інтелігенція, вчителі, лікарі

Головна особливість спортивного туризму полягає в тому, що він, на відміну від більшості інших видів спорту, не вимагає відносно великих матеріальних витрат, так як, по-перше, розвивається в існуючому навколишньому середовищі і не вимагає значних капіталовкладень для підготовки та проведення туристсько-спортивних масових заходів і зведення спеціальних споруд для їх проведення, по-друге, матеріально-технічне та організаційне забезпечення зазначених заходів в значній мірі здійснюється силами і засобами самих туристів, по-третє, вже склалася і діє громадська система підготовки та підвищення кадрів, яка з мінімальними витратами з боку держави може і надалі ефективно функціонувати.

Метою роботи є систематизація інформації про туристичний потенціал Фінляндії, аналіз актуальності організації спортивних турів, організація спортивного туру до Фінляндії.

Об'єктом дослідження виступають туристичні ресурси Фінляндії.

Предметом дослідження виступає спортивний туризм.

Розділ 1

Теоретичні засади спортивного туризму

1.1 Поняття та види спортивного туризму

Спортивний туризм - це складова сучасного туризму, найбільш активна і динамічна частина туристської діяльності, що базується на громадських засадах. Спортивний туризм - це також вид спорту, який включає різноманітні активні туристичні заходи, спортивні походи усіх категорій складності, чемпіонати, першості за усіма видами спортивного туризму (пішохідний, лижний, гірський, водний, велосипедний, мотоциклетний, автомобільний, спелеологічний, вітрильний), комплексні заходи, експедиції.

За видами спортивний туризм поділяється на:

- пішохідний туризм - пересування на маршруті проводиться в основному пішки;
- лижний туризм - пересування на маршруті здійснюється в основному на лижах;
- гірський туризм - піші походи в умовах високогір'я;
- водний туризм - сплав по річках залежно від категорії, річки, як правило, гірські;
- спелеотуризм - подорожі по підземних порожнинах;
- вітрильний туризм - подорожі на суднах під вітрилом по морю або акваторіями великих озер;
- на засобах пересування - розділ, що включає в себе велосипедні, кінні та авто- та мотоподорожі;
- комбінований туризм - подорожі, що поєднують в собі елементи різних видів туризму.

За організаційними формами спортивний туризм поділяється на: спортивні походи, змагання зі спортивного туризму, експедиції, екскурсії.

Вид спорту «Спортивний туризм» був включений в Єдину спортивну класифікацію в 1949 р., має певні розрядні вимоги для отримання спортивних

звань і розрядів. У 1970 вперше були проведені змагання на кращий туристський похід.

У 1949 включений в Єдину всесоюзну спортивну класифікацію (ЄВСК), визнаний видом спорту. У 1963 році створена Центральна рада з туризму ВЦРПС: розпочато створення туристичних секцій, клубів туристів при колективах фізкультури і спортивних клубах, а при регіональних радах по туризму - туристичних клубів. У 1965 році розпочато присвоєння розрядів і звань аж до звання Майстер спорту за вчинення спортивних походів 5 категорії складності. У 1970 вперше організовані змагання на кращий туристський похід.

З 1976 року по всій країні організовуються федерації спортивного туризму, які об'єднують представників різних видів туризму, найбільш кваліфікованих туристів. У 1994 році розпочато присудження звання Майстер спорту міжнародного класу за походи 6 категорії складності.

В цілому позитивна дія спортивно-оздоровчого туризму як самостійного і соціально-орієнтованого виду діяльності і способу життя значного прошарку суспільства пояснюється тим, що він являється:

1. формою «народної дипломатії», яка заснована на реальному знайомстві з життям, історією, культурою, звичаями народів;
2. ефективним засобом духовного і фізичного розвитку особистості, виховання дбайливого відношення до природи, взаєморозуміння і взаємоповаги між народами і націями;
3. найбільш демократичним видом відпочинку, який характеризується специфічною формою народної творчості, вільним вибором форми власної активності усіх соціально-демографічних груп населення, починаючи з дітей дошкільного віку і закінчуючи пенсіонерами.

Особливо відмітимо, що спортивно-оздоровчий туризм займає важливе місце у професійній підготовці фахівців з фізичної культури і спорту. У

практичній діяльності вказаних фахівців потрібні теоретичні знання і практичні уміння організації туристської роботи з основними віковими групами населення, проведення учбово-тренувальних, спортивних, краєзнавчих і інших походів в різних кліматичних і географічних районах, розробки і проведення комбінованих походів.

Завдяки відносній доступності спортивно-оздоровчим туризмом займаються діти та учнівська молодь, а також всі верстви населення незалежно від соціального стану і достатку. Спортивний туризм є одним з поширених видів спорту. З точки зору соціології виділяють соціальні підрозділи в спортивному туризмі: команда (туристська група), секція (клуб туристів), федерація спортивного туризму.

Туристсько-спортивне змагання - це пересування людини поодиноці або у складі групи в природному середовищі на будь-яких технічних засобах і без таких. Проводиться на наступних класах дистанцій:

- I - Клас довгих дистанцій - «спортивні походи і тури».
- II - Клас коротких дистанцій - «укорочені спортивні походи і тури».
- III - Клас нестандартних дистанцій - «подорожі і тури».
- IV - «Аварійно-рятувальні і екстремальні дистанції і тури».
- V - Клас технічних дистанцій - «туристське багатоборство».
- VI - Клас технічних дистанцій на штучному рельєфі (перешкодах) [1,2].

1.2 Характеристика туристичного бізнесу Фінляндії

Офіційна назва - Республіка Фінляндія. Столиця Гельсінкі (551 тис. осіб). Площа 338 тис. км². Населення 5,2 млн. осіб. Час рівний київському. Державні мови: фінська, шведська. Етнічний склад: фіни (93,4 %), шведи (5,7), естонці (0,2). Головні міста (тис. осіб): Гельсінкі, Еспо - 225, Тампере - 200, Вантаа - 186, Турку - 176. Релігійна приналежність: протестанти-лютерани (84 %), православні. Грошова одиниця - євро.

Географічне положення:

Розміщена в Північній Європі між 60 і 70 паралеллю. Межує на заході зі Швецією (586 км), з Норвегією на півночі (729), на півдні і південному заході має вихід до Балтійського моря (1100). Більша частина країни вкрита лісами з невисокими пагорбами, має 187 тис. озер і 179 тис. островів. Південне і південно-західне узбережжя досить сильно порізане.

Аландський архіпелаг простягається майже до берегів Швеції. Північна третина території знаходиться за Полярним колом. На крайньому північному-заході знаходиться східний край Скандинавських гір висотою до 1365 м (г. Галтіатунтури). Клімат помірний, перехідний від морського до континентального, на північному сході континентальний.

Річки короткі, багатоводні і порожисті. Взимку в Центральній і Північній Фінляндії створюються ідеальні умови для аматорів зимових видів спорту. У середині літа в Лапландії туристів цікавить полярний день і, відповідно, взимку - полярна ніч.

Державний устрій:

За формою правління - президентська республіка, форма устрою - унітарна держава. Законодавча влада здійснюється парламентом спільно з президентом. Однопалатний парламент складається з 200 депутатів, що обираються прямими виборами на 4 роки. Верховна виконавча влада зосереджене в руках президента, що обирається терміном на 6 років. Адміністративно поділяється на 5 губерній (ляни), ляні поділяються на комуни (киптя). Аландські острови з травня 1991 р. мають статус самоврядування.

Історичні факти:

Сім століть, починаючи з XII ст. і до 1809 р., Фінляндія була частиною Швеції. Постійні війни і часті голодомори завдавали Фінляндії значного збитку. У 1696-1697 рр. голод знищив третину населення.

В другій половині XIX ст. Фінляндії було надано автономію, з назвою Велике князівство Фінляндське.

В Другій світовій війні разом із німецькими збройними силами чинила опір у Лапландії до весни 1945 р. Член ООН з 1955 р., у 1995 - приєдналася до ЄС.

За останні роки значного розвитку в країні набула індустрія санаторно-курортного лікування, туризму та відпочинку. Лікуватися на курортах Фінляндії стало не тільки популярним, а й престижним. Тут діє 25 курортних центрів, багато з них - у мальовничих куточках країни, де створено умови для лікування і відпочинку. В цих центрах можна отримати всі види оздоровчого масажу, фізіотерапевтичних процедур, косметологічне лікування.

До складу фінляндських курортних центрів входять сучасні готельні комплекси з лікувальними установами, що здійснюють лікувальні спеціалізовані й терапевтичні процедури. Серед готелів-курортів, тропічним теплом і послугами яких можна насолоджуватися цілий рік, найвідомішими є: аквапарк "Серена" (м. Еспоо), два однойменні готелі-курорти "Еден" (м. Нокіа, м. Оулу), готелі-курорти "Лапінніємі" (м. Тампере), "Тропікландія" (м. Вааса), парк "Сані-Фапі" (м. Калайокі), профілакторій "Іматра" (м. Іматра) та ін.

У країні діє приблизно 200 туристичних баз і понад 10 тис. будиночків-дач для відпочинку, 5 тис. з яких здаються туристам, майже 350 кемпінгів. Відпочити можна і на фінляндській фермі: приблизно 250 фермерських будинків готові прийняти відпочиваючих з повним чи частковим пансіоном.

Більшість об'єктів розташовані у фінляндському центральному озерному краї. Названі об'єкти туризму мають все необхідне для забезпечення нормального побуту (меблі, постіль, кухонний посуд, опалення) відпочиваючих. Окремі турбази пропонують найрізноманітніші послуги: катання на човнах, водних лижах, екскурсії, прогулянки, заняття на спортивних майданчиках (гольф, теніс тощо), вечори в кафе чи ресторанах.

Гельсінкі. Місто було засновано за вказівкою короля Швеції Густава в 1550 р. як торгове місто на противагу Таллінну в боротьбі за володіння торгівлею на Балтиці.

Майже 25 % площі міста складають парки, Центральний парк пролягає через усе місто. Архітектурний та історичний центр міста - Сенатська площа з величними будинками Кафедрального собору, Університету, палацу Держради, пам'ятником Олександрові II у центрі площі. У літню пору площа використовується для численних заходів, навколо розміщені кафе, ресторани, бутіки і художні галереї.

На узбережжі знаходиться Торгова площа - найяскравіше і людне місце. Тут можна купити все: від фруктів і риби до різноманітних виробів фінляндських майстрів. Від Торгової площі починається парк Еспланади з вуличним освітленням і безліччю бутіків - центр життя літнього Гельсінкі. Екскурсію з центра міста можна продовжити парковою зоною берега затоки Теєленлахті. Тут розташовані палац Фінляндія (концертно-конгресний комплекс) і Національна опера Фінляндії.

З морських визначних пам'яток варто оглянути острівну фортецю Суоменлінну (XVIII ст.) і музей під відкритим небом на острові Сеурсаарі. Побудована на Гельсинському рейді морська фортеця Суоменлінна (Свеа-борг) є перлиною міста і внесена в список пам'ятників світової спадщини ЮНЕСКО. Музей під відкритим небом серед зелені острова Сеурсаарі знайомить із традиційною фінляндською дерев'яною архітектурою. У літню пору на території музею проводяться народні гуляння, а також традиційне святкування з багаттями.

До головних туристичних об'єктів зараховують також музеї: міста Гельсінкі, Маннергейма (будинок, у якому жив видатний маршал Фінляндії Г. Маннергейм), Військовий (колекція зброї, обмундирування, предмети мистецтва), Національний музей Фінляндії, Морський музей Фінляндії, Музей пошти (великі колекції поштових марок і мультимедійні

демонстрації), Природно-науковий музей; виставкові центри та спортивні споруди.

Турку - одне з найстаріших міст, колишня столиця. У 1640 р. тут відкрився перший у країні університет. На даний час у місті є два університети - фінляндський і шведський. До головних визначних пам'яток зараховують фортецю (найстаріша її частина збудована в XIII ст.) і відомий Кафедральний собор, на хорах якого улаштований музей із унікальною колекцією дерев'яної скульптури, церковного начиння і тканин. Турку є одним з найважливіших портів країни, з міста стартує пором "Сілья Лайн", який доставляє пасажирів до берегів Стокгольму.

За 50 км від Гельсінкі знаходиться ще одне стародавнє містечко Порвоо, центральна частина міста збережена без істотних змін із XVII-XVIII ст., у головному соборі Порвоо 1809 р. фіни присягали на вірність Олександрові I.

Лапландія. Сніг у Лапландії лежить із жовтня по травень, полярна ніч триває півтора місяця. Повітряними воротами Лапландії є Рованіємі, за 9 км від аеропорту побудована "офіційна резиденція" Санта-Клауса, іменованого в себе на батьківщині Йолло Пуккі.

Аналіз активного туризму Фінляндії

Найбільш популярна Фінляндія серед класичних лижників. Вже на початку листопада на півночі країни випадає перший сніг і починається лижний сезон.

На гірськолижному курорті Леві (м. Кіттіля) в Західній Лапландії можна зупинитися в готелях чи зручних котеджах та будиночках. Усі вони розташовані на відстані пішохідної прогулянки до витяга. У центрі міста розміщені сувенірні магазини, численні ресторани, СПА-центри, басейни, супермаркети, спортивні магазини, перукарні, дитячий центр Ба8тептаа з цікавими програмами - пошуками скарбів, сніговою олімпіадою та випіканням млинців на вогнищі. Новинки курорту - шестимісний крісельний

витяг та восьмимісна гондола, сервісна гірськолижна база та конгрес-центр, а також нова сімейна екскурсія "У пошуках Снігової Королеви". Прокладено 44 траси (9 синіх, 22 червоні, 3 чорні, 10 дитячих), найдовша траса 2,5 км. Функціонує 27 витягів.

На гірськолижному курорті Центральної Фінляндії Вуокатті, побудований унікальний тунель довжиною 1,5 км, у якому підтримується постійна температура - 5 градусів, і де лижники можуть тренуватися цілий рік. Обладнано 120 км лижних трас, з них 12 км освітлених, 13 гірськолижних схилів, 6 з них освітлені, перепад висот - 170 м, найдовша траса - 1100 м. Гірськолижні траси обслуговують 8 витягів, пропускна здатність - 104 тис. осіб за рік.

У Фінляндії існує понад 120 гірськолижних курортів, обладнаних витягами, штучним освітленням, спеціальним устаткуванням для обробки схилів. За допомогою снігових гармат гірськолижні траси підтримують у відповідному стані до весни, а в окремих випадках аж до травня. Найбільший перепад висот на трасах пагорбів Центральної Фінляндії - Хімос, Ювяскюля (перепад висот до 200 м, довжина схилів близько 1 км).

Найбільша довжина схилів - на курортах Лапландії (до 5 км). Найвідоміші з них - Рованіємі, Юллас-Коларі, Леві.

У фінських лижних школах можна пройти курс навчання і менш розповсюдженим варіантам зимового відпочинку: телемарку (стиль, що припускає катання на устаткуванні із шарнірним кріпленням), сноуборду, катанню нагору по схилі, фрістайлу (лижної акробатики) чи льодовому серфінгу. Окремі туристичні фірми розробляють і організовують спеціальні рибальські тури, що зумовлене наявністю значної кількості видів риб: салака, лосось, судак, сиги, лящ, окунь та ін. Найвідоміша риболовля на ріці Тено - протягом сезону на її берегах з'являється до 50 тисяч рибалок. До рибалок у Фінляндії ставляться з розумінням, у деяких ресторанах, що розташовані поблизу водойм, ваш вилов може будь-якого вигляду - закоптять, засолять чи приготують на грилі [3].

Європа залишається в даний час найпопулярнішим місцем відпочинку. Більшість туристів їдуть саме сюди. Фінляндія - країна, розташована на самій півночі Європи на межі з Норвегією та Швецією. Її арктичні пейзажі і краса незайманої дикої природи справляють незабутнє враження на тих, що приїжджають.

Фінляндія - “країна тисячі озер” (наслідок льодовикового минулого), не має багатих природних ресурсів, за винятком лісових і водних.

Значна частина країни - Лапландія розташована за Полярним колом. Береги Фінської і Ботнічної заток порізані мілководими бухтами з розташованими там островами - шхерами.

Не дивлячись на північне місцезоположення, клімат тут помірно-континентальний завдяки теплій течії Гольфстрім і безлічі внутрішніх водойм. Особливістю природи Фінляндії є камос - полярна ніч.

1.3 Історичні передумови розвитку туризму у Фінляндії

У середині XVII ст. фіни заселили всю Лапландію. Про славетне минуле фінів розповідають історичні пісні - руни, які передавалися з покоління у покоління. Фінський фольклорист Еліас Льонрот, який об'їздив усю країну, записуючи руни, у 1835 р. склав з них карело-фінський національний епос під назвою “Калевала”. Пізніше він був перекладений багатьма мовами.

Фінляндія сусідила зі шведами, яким зовсім не хотілося мати під боком незалежну країну. Тому вони знайшли привід для вторгнення: впровадження християнства. Поступово шведи почали контролювати всю територію держави, яку вони називали “Фінляндія” - країна фінів. Швеція володіла країною близько шести сторіч.

Після революції 1917 р. Фінляндія оголосила себе незалежною.

Зараз Фінляндія - добре розвинена країна, яка за рівнем життя та якістю освіти займає одне з перших місць у світі.

Фіни називають свою батьківщину Суомі, що у перекладі означає “країна боліт”, які займають майже третину території. На фінських болотах росте журавлина та морошка. З цих ягід виробляють знамениті фінські лікери. Місця зростання журавлини поділені каналами на окремі “квартали”. Коли настає час збирати урожай, спеціальні механізми сильними струменями води відривають ягоди від стеблинок. Потім вода несе журавлину до спеціального цеху, де її, вже вимиту, величезні сітки піднімають нагору і відправляють до цеху.

Болотисті місцевості - тільки один з багатьох ландшафтів Фінляндії. Центральні та північні райони країни вкриті тайгою. Величезні дерева дають притулок звірам, яких у більшості країн Європи зустріти вже майже не можливо. Тут мешкають ведмеді, вовки, росомахи, рисі.

Все це свідчить про те, що у фінських лісах вистачає куточків, куди не заходять люди. Ліси - це гордість Фінляндії. Здавна країна постачала світові першокласну деревину та вироби з неї, випускала найкращий у світі папір. Але якими б не були великими фінські ліси, вони виростають за сторіччя, а вирубають дерева набагато швидше. Фінляндія дуже швидко залишилася б без своєї зеленої “шуби”, коли б не відновлювала лісові насадження. На місцях вирубок насаджують маленькі пухнасті сосни, удобрюють ґрунт, пильно стежать за тим, щоб шкідники не завдавали шкоди молодим деревам. А через три-чотири десятиріччя виросте новий, молодий ліс [3, с. 89].

Центральна частина Фінляндії - Озерне плато. Великі й малі озера часто з'єднані між собою протоками, отже, можна подорожувати країною, практично не виймаючи човна на берег. Річки здавна використовувалися як торговельні шляхи. У XIX ст. від озера Сайма до Фінської затоки був проритий канал, який і досі використовують обидві країни.

1.4. Фактори розвитку туризму країни на сучасному етапі

Фінляндія знаходиться на півночі Європи, це країна Санта-Клауса, принаймні так стверджують самі фіни. На північному заході знаходяться Скандинавські гори (найвища точка - гора Халтіа, 1328 м).

Можна виділити такі основні фактори розвитку туризму у Фінляндії на сучасному етапі:

- природно-географічні;
- культурно-історичні;
- соціально-економічні.

Серед природно-географічних факторів найбільш визначальним є клімат країни. Незважаючи на “північне” розташування, клімат у Фінляндії не дуже суворий. Зими доволі м'які та сніжні, літо тепле. На морських мілинах та в озерах вода швидко прогрівається до +20. Отже, туристи потім довго розповідають друзям про те, що купались майже поруч з моржами та білими ведмедями.

Більшу частину території Фінляндії посідає рівнинна місцевість, приблизно третина її території розташована нижче за 100 м над рівнем моря. Приблизно 9 тис. років тому територія країни звільнилась від льодовиків і тепер увесь час піднімається, що забезпечує постійне збільшення її площі. Клімат, як зазначалось, помірно-континентальний. Він значно тепліший від клімату інших територій на тих самих широтах, що пояснюється впливом теплих і вологих повітряних мас Атлантики.

Зима на півдні Фінляндії м'яка, із частинами відлиги, літо тепле, тоді як на півночі зима сніжна, затяжна, а літо прохолодне. На далекій півночі, за полярним колом, сонце не заходить 73 дні на рік, а взимку настає довга полярна ніч, що триває 51 день.

Річки Фінляндії - багатоводні й порожисті, найбільшими є Торніо, Кемі, Оулу. У країні налічуються 187888 озер, більшість із яких мають льодовикове походження. Вони займають близько 10% площі. Найбільші -

Інарі, Велика Сайма, Пієлінен та інші. Близько 69 % території країни займають ліси, в основному хвойні. Біля північного кордону ліси поступово заступають рідколісся, а на схилах Скандинавського нагір'я переходять у лісотундру й тундру. Крім озер і лісів, на території Фінляндії розміщена велика кількість боліт, які займають до 1/3 країни.

Тваринний світ Фінляндії є досить бідним. Великі лісові звірі майже не зустрічаються. Тільки в Лапландії водяться північні олені, ведмеді, вовки, полярні лиси. У водоймах країни багато риби, а у водах Ботнічної затоки водиться релікт льодовикового періоду - сайменський кільчастий тюлень.

Чергування ділянок суходолу й води - відмінна риса Фінляндії. Південно-західне узбережжя країни дуже порізане, воно поступово переходить у шхери - унікальний архіпелаг, що складається з величезної кількості скелястих островів.

За даними ЮНЕСКО Фінляндія займає перше місце в світі за якістю ґрунтових вод. Природні джерела тут настільки чисті, що водопровідну воду можна пити, не фільтруючи і не піддаючи кип'яченню. Останніми роками спостерігається активізація експорту фінської питної води.

Озера Фінляндії та море разом є дають відмінний урожай найрізноманітнішої риби - лосось, форель, сиг, щука, окунь, салака, ряпушка. Лосось - це перше, що впадає в очі на прилавку фінського ринку. Це і є щонайперша фінська риба. Її запропонують в різних варіантах. Тут же сиру рибу для вас можуть пересипати крупною сіллю, прокласти кропом, за бажанням додати трохи перцю, загорнути в спеціальний щільний папір з тонкою фольгою зсередини, і через добу перебування у вашому холодильнику у вас буде ніжний і недорогий продукт "швидкого приготування", причому дуже корисний для здоров'я.

Зазвичай у Фінляндії готують рибу з додаванням молочних продуктів. З молоком, для ситості і ніжності, готують, наприклад, і деякі рибні супи, які можна спробувати в багатьох ринкових кафе і "забігайлівках". У молоці інколи замочують оселедця, гасять морську рибу. Нежирну сметану

використовують для соусу під лосось же, але вже гарячого копчення, до якого, як правило, подаються жменя брусничних ягід. Риба - часта начинка для пирогів і пиріжків.

Зимові туристичні центри Фінляндії пропонують велику різноманітність варіантів розміщення в комфортабельних готелях і затишних, добре обладнаних котеджах.

Курортні готелі - це цілий комплекс обслуговування, де ви зможете не лише відмінно відпочити, але і покуштувати блюда національної і європейської кухні в ресторанах або поговорити із знайомими в пани за чашкою кави. У холі готелів ви завжди знайдете інформацію, що цікавить вас, про схили і спортивні заходи, а також про всілякі програми і екскурсії.

Котеджі розташовуються зазвичай недалеко від готелів, на території, прилеглої до схилів. Стандартні будиночки розраховані на 4-6 чоловік, самі місткі - на 10-12. Багато котеджів, особливо на півночі країни, - це зроблені з колод зруби, без обробки стенів зовні або зсередини, але з повним комплектом благ цивілізації: спальні, вітальня з кухнею, туалет, душ, сауна, камін, комплект посуду, мікрохвильова піч, телевізор, радіо, телефон, розетка для прогрівання машини.

Орендувати котедж можна також через інтернет, на сторіночці відповідного курорту. Будиночок на 4-6 чоловік в сезон обійдеться в середньому 160 євро в добу. Максимальна ціна - 500 євро в добу за котедж на 12 чоловік. У вартість оренди інколи входить трансфер з аеропорту і назад. За невелику доплату можна замовити доставку продуктів з магазину.

Віза є дозволом для в'їзду в країну. Безвізовий в'їзд до Фінляндії дозволений тільки для громадян північних країн (Данія, Ісландія, Швеція, Норвегія), а також для громадян Європейського Союзу.

Висновки до розділу 1

Дослідження поняття “спортивного туризму”, обґрунтованого різними вченими, дає змогу охарактеризувати явище спортивного туризму. Зокрема, поняття “спортивного туризму” відображає взаємозв’язок інтересів туризму і спорту, специфічне об’єднання яких відображає властивості (характеристики) “спортивного туризму”. Крім цього, спортивний туризм охоплює подорожі, пов’язані з різними видами спорту, які виражаються у формі спортивних заходів, включає активну чи пасивну участь, виступає у ролі одного з провідних напрямів розвитку національної економіки.

В даному розділі охарактеризовано країну Фієляндію, історичні передумови розвитку туризму в країні, розглянуто можливості розвитку спортивних турів.

Розділ 2

Характеристика міжнародних видів спортивного туризму у Фінляндії

2.1. Основні види міжнародного туризму, які отримали розвиток у Фінляндії

Фінляндія сьогодні стала одним з найпопулярніших місць для зимового відпочинку. Не дивлячись на відсутність високих гірських хребтів, на фінських сопках досить трас різної міри складності, у тому числі для швидкісного спуску. А головне - сніг тут лежить з жовтня по квітень.

На всій території Фінляндії - від півдня до півночі - відкриваються унікальні можливості для відпочинку. Серед найпоширеніших видів туризму, які розвиваються у Фінляндії є:

- гірсько-лижний туризм
- “телемарк” і сноубординг;
- сафарі на мотосанях, на оленячих і собачих упряжках;
- підлідна рибалка;
- купання в ополонці;
- катання на ковзанах;
- піші прогулянки.

Похід на лижах - це, мабуть, найкращий спосіб побачити красу зимової природи цієї Скандинавської країни. Лижні маршрути у Фінляндії проходять по живописних лісах і схилах. У будь-якому куточку країни вас чекають прекрасно обладнані освітлені лижні траси - довгі і звивисті або ж короткі і легкі [4,5].

Гірськолижні курорти - гордість фіннів. Їх в країні налічується близько 150. В основному вони знаходяться в центральній частині країни і на півночі. Фінни люблять проводити зимову відпустку (зазвичай в лютому або березні) в одному з лижних центрів. Останнім часом стали модними корпоративні збори на зимових курортах, із запрошенням гостей і співробітників компанії з-за кордону.

Багато лижних центрів Фінляндії дуже популярні серед українців, наприклад Levi (“Льові”), Tahko (“Тахко”), Ruka (“Рука”), Yllas (“Юллас”), Vuokatti (“Вуокатті”), Nimos (“Хімос”). Йдеться не лише про високі гори і круті спуски, але і про бездоганно організований, комфортабельний і безпечний відпочинок. Фінські сопки хороші для відробітку техніки, відновлення спортивної форми, а також для навчання дітей і родинного відпочинку.

Висота спусків на більшості гір Південної Фінляндії - від 50 до 80 метрів при довжині від 400 до 600 метрів. У Центральній Фінляндії схили вищі і довші: перепад висот від 140 метрів в Nimos до 230 метрів в Koli при довжині спусків від 950 (Nimos) до 1500 метрів (Koli). Найпривабливіші для гірськолижників сопки розташовані на півночі країни: перепад висот тут вагається від 170 метрів в Vuokatti до 325 метрів в Levi при довжині спусків від 1000 до 2500 метрів [6].

Більшість схилів добре освітлені, мають декілька підйомників, забезпечені перилами на дитячих спусках. У декількох центрах на схилах розташувалися парки розваг: сюди добре приїжджати всією сім'єю. На великих курортах відкрита лижна школа для навчання і інструктажу.

У лижному центрі можна узяти напрокат все необхідне: лижі або повний лижний комплект, екіпіровку для “телемарка”, фристайлу або сноубординга. Для сноубордистів майже на всіх курортах обладнані спеціальні “хаф-пайпи” (half-pipe), а на багатьох є ще і “сноуборд-стріти”. “Хаф-пайпи” і парки розваг поблизу від місць катання - необхідний елемент майже будь-якого курорту.

На початку XX століття традиційні фінські санки були одним з найпоширеніших способів пересування по засніжених просторах країни. Тепер вони знов повертаються - і з великим успіхом. Це цікаве пристосування спочатку було розраховане на того, що одного штовхає і одного пасажера, але в даний час є і такі конструкції, на яких зможуть пересуватися відразу декілька чоловік. На фінських санках поодиноці або в

компанії можна відправитися на прогулянку, на сафарі або просто за покупками в магазин [7, с. 232].

Ще один різновид сафарі, пропонований місцевими організаторами відпочинку, - сафарі на мотосанях. Швидка їзда на таких “санках” не лише захоплива, але і на подив проста. З безлічі всіляких варіантів ви можете вибрати відповідний вашому рівню підготовки - від коротких прогулянок для новачків до дальших експедицій для асів.

Зимова рибалка стала у Фінляндії вже виглядом спорту і користується цікавістю серед туристів. Тим більше що для підлідного лову як виняток із загального правила не вимагається спеціального дозволу. Для одних лов через просвердлену в льоду лунку - розвага, для інших - корисне проведення часу і азартне змагання. Справжня фінська “родзинка” - прогулянка на криголамі і купання серед льодів [8].

Любителям екзотики варто провести свій відпочинок у “сніговому селі”, де все, навіть туалет, що окремо стоїть, зроблено з снігу. Увечері вечеря в ресторані, теж побудованому з снігу і прикрашеному крижаними скульптурами, а потім ночівля в голку (будиночку), теж з снігу. Температура усередині голку мінус 3 – 8 °С, але оленяче хутро, овечі пледи і полярні спальні мішки відмінно зберігають тепло і гарантують комфортний нічліг. Після такої ночі особливо приємно попаритися в сауні, потім поснідати в теплому ресторані. “Будуй спочатку сауну, а вже потім будинок» - відома фінська приказка. Сауна - невід'ємна частина фінського способу життя.

2.2. Основні туристичні ареали Фінляндії

Внаслідок поєднання природних та історико-економічних особливостей у Фінляндії можна виділити наступні туристичні райони: Південну Фінляндію з центром в місті Хельсінкі; Західну Фінляндію з центром в стародавній столиці країни - Туркові; Центральну Фінляндію з крупними центрами Тампере і столицею зимового спорту Лахті. На території

Східної Фінляндії розташований найбільший порт країни - Котка. Північ Фінляндії займає Лапландія з центром в місті Рованіємі, а також Аландські острови - держава в державі, жителі островів завжди славилися хорошими мореплавцями і рибачками.

У Хельсінкі туристам зазвичай пропонується ряд екскурсій: мости і канали Хельсінкі, морська прогулянка з вечерею, екскурсія в Коткові. Екскурсія містом зазвичай починається з Сенатської площі, де знаходяться Кафедральний собор, Державна рада і Університет. Неподалік від цього комплексу розташовані Президентський палац, міська ратуша, парк "Еспа" та символ столиці - фонтан із бронзовою фігурою "Хавіс Аманда". На морському узбережжі розкинувся парк Сібеліуса. Трохи далі - Олімпійський стадіон, будинок культури Хельсінки та парк розваг Ліннанмякі. У 2002 р. був відкритий перший у Скандинавії морський центр з 28 великими акваріумами. Зоопарк столиці вважається одним з найкращих у Європі. В Хельсінкі, також, проводиться лососевий ярмарок і змагання по Лову лосося на блешню [9, с. 85].

У Котку організовується парусна регата Котка - Верді (Естонія) і інші змагання парусників. Туристам пропонуються також морські прогулянки. Одній з відомих визначних пам'яток Туркові, стародавньої столиці Фінляндії, є Кафедральний собор - головний храм лютеранської віри і національна святиня Фінляндії. Він вважається цінним архітектурним пам'ятником країни. Собор - не тільки музей, це місце богослужіння прихожан, зокрема шведськомовного населення міста. Собору вже більше 700 років. Його почали будувати в XIII в., коли Туркові став найважливішим торговим центром країни. Будівництво собору було завершено до 1300 р. . Одним з красивих місць країни вважається Центральна Фінляндія. Це озерний край. Так, в місті Куопіо, розташованому на березі озера Каллаветі, туристам пропонується величезний вибір водних прогулянок. Щодня з порту відправляються невеликі судна і водні автобуси [10].

У грудні в Лапландії настає полярна ніч. І хоча поблизу всіх туристських центрів обладнані освітлювані лижні траси і маршрути для прогулянок, все ж полярна ніч якось відразу збиває ритм активних розваг і як би нагадує, що скоро Новий рік і Різдво.

Але не лише із-за Діда Морозу варто зустрічати Різдво в Лапландії. Треба лише пам'ятати, що Різдво у Фінляндії наголошується, як і по всій Європі, 24-26 грудня. Проте в туристських центрах, куди з'їжджаються вітчизняні туристи, святкування різдвяних канікул триває до 10 січня. На відміну від Різдва зустріч Нового року у Фінляндії проходить весело і шумно, як і скрізь, а морозна погода і полярна ніч лише додають веселості.

Лапландська кухня відрізняється різноманітністю блюд при незначності вихідних продуктів. З лосося і оленини готуються десятки делікатесів. Але найсмачніші робляться на відкритій жаровні. Фінни люблять рибу і їдять її у великій кількості: веселкову форель, тріску, шуку, оселедця, окуня і, звичайно, лосося. А ось м'ясні блюда відображають вплив європейської, в основному французької кухні, так що гурмани не виявляться в скрутному положенні. Десерти готуються з північних ягід і фруктів, а традиційним напоєм впродовж століть залишається легке домашнє пиво, хоча у Фінляндії і виробляються всесвітньо відомі сорти.

Саами, народ, що населяє Лапландію, володіють дивним талантом ремісників. Туристи відвезли їх вироби в різні куточки світу. Чого коштують знамениті фінські ножі - фінки, оспівані в нашому табірному фольклорі аж з дореволюційних часів. У столиці Лапландії - Рованіємі тричі в рік влаштовуються ярмарки товарів місцевого виробництва. Все, що зроблене з металу і оленячої шкіри, відрізняється високою якістю.

У регіоні Куусамо розташований курорт Рука, який вважається одним з кращих місць для любителів ходьби на лижах по пересіченій місцевості. Тут більше 450 кілометрів всіляких по складності доглянутих трас, багато хто з яких личить для пересування коньковим ходом. Сопка Рука, що дала назву курорту, теж по-своєму унікальна. Тут 28 спусків різної складності з

перепадом висот в 200 метрів і протяжністю понад 1300 метрів, 18 канатних доріг (4 з них - з кріслами). А для початківців славна дорога гірськолижника на курорті вже більше 40 років діє школа гірськолижного спорту.

Один з найпопулярніших центрів зимового спорту Льові розташований в Західній Лапландії і вже тричі ставав фінським “курортом року”. По кількості підйомників і швидкісних трас Льові вважається найбільшим по величині центром гірськолижного спорту Фінляндії. Тут побудована єдина доки в країні канатна дорога “Levi Gondola 2000”.

Юлляс розташований недалеко від кордону з Швецією. І його рекламний девіз - “Курорт номер 1”. Ще в середині 80-х на місці Юлляса була тихе непримітне село, а сьогодні тут спостерігається справжній туристичний бум. Викликаний він наявністю в цьому віддаленому від цивілізації містечку щонайдовших гірськолижних спусків у всій Фінляндії, максимальна протяжність яких досягає 3000 метрів, а перепад висот - 463 метри! Широкий набір всіляких кафе і багаточисельні місця привалів на лижних трасах перетворюють лижні прогулянки на Юллясе в справжнє задоволення.

Центр зимових видів спорту Тахко (розташований в 55 км. від симпатичного і досить крупного міста Куопіо) порадує гірськолижників різними по складності спусками (всього їх - 16, підйомників - 9), а любителів рівнинного бігу - прекрасними (протяжність - 65 км.) лижними трасами. А тим, хто мріє поніжитися серед зими в теплих водах тропічного аквапарку, можна порекомендувати водно-оздоровчий центр “Фонтанелла” - з гігантською 90-метровою водною горою, десятьма різними басейнами і сектором для найменших мандрівників [11].

Хімос, один з найбільш популярних гірськолижних курортів Центральної Фінляндії. Він має 17 схилів (протяжність щонайдовшої траси - 950 метрів, перепад висот - 140 метрів), 11 підйомників, два “хаф-пайпа”, “стрит” для сноубордистів, прекрасні освітлені траси для катання на

рівнинних лижах. Ще один “плюс” тутешнього відпочинку - прекрасно обладнані котеджі (з сауною і каміном), розташовані прямо в підніжжя.

2.3 Місце туризму в сучасній економіці країни

В структурі економіки Фінляндії домінує сфера послуг, де зайнято 60 % населення країни. Найбільший прибуток приносять банківська діяльність, торгівля, а на третьому місці стоїть туризм.

Частка туризму у ВВП Фінляндії є невеликою і становить близько 1 %, але значення цієї галузі для країни важко переоцінити, оскільки туризм не тільки сприяє розвитку легкої, харчової промисловості, але й допомагає збереженню народних традицій та ремесел, надає 60 тис. постійних робочих місць [12, с. 92].

Фінський уряд дуже зацікавлений у розвитку туристичної індустрії і вживає всіх заходів з її нарощування. Основною проблемою розвитку туризму в Фінляндії на сучасному етапі є невеликий потік іноземних туристів до країни, хоча внутрішній туризм є досить поширеним.

Можна визначити декілька причин такої низької відвідуваності Фінляндії:

- досить високі ціна на тури до цієї країни, що обмежує коло споживачів;
- зміна модних тенденцій - більшою популярністю стали користуватися екзотичні країни;
- одноманітність туристичних послуг, які надає країна (суто гірськолижний туризм);
- близькість до країн, в яких розвиваються такі самі види міжнародного туризму, що посилює конкуренцію серед країн та боротьбу за туристів (Швеція, Норвегія);
- вплив світової економічної кризи на купівельну спроможність громадян, які в свою чергу змушені шукати дешевші місця для проведення свого відпочинку.

Перспективним напрямком розвитку туризму у Фінляндії може стати екологічний та культурний туризм, що привабить іноземних туристів. Також країні слід подумати про інформаційне забезпечення для кращого просування свого туристичного товару на міжнародний ринок [13,14].

Жителі цієї північної держави мають славу спортивної нації і дуже пишаються нею, до того ж Фінляндія визнана одним із лідерів за кількістю заходів, пов'язаних із спортом. Це не дивно, адже фізкультура стала найважливішою частиною повсякденного життя фінів. Одні знаходять себе активними вболівальниками, інші — безпосередніми учасниками спортивних подій. Фізична культура країни багато в чому ґрунтується на діяльності різних товариств спорту та активного способу життя. Такими суспільствами часто керують добровольці та відіграють у них ключову роль. Близько 25% мешканців перебувають у спортивних клубах, яких за кількістю трохи менше ніж сім тисяч. Також розвиток фінського спортивного руху активно підтримується владою. Багато фінів люблять футбол.

Серед різних видів відпочинку спорт — мабуть, найулюбленіший і найпопулярніший у фінів, адже він чудовий помічник у збереженні, зміцненні здоров'я, фізичної форми, робочої активності та життєвих сил. Доросле населення (близько 60%) не менше двох разів на тиждень займається фізичною культурою і впевнене в тому, що спорт — природна та суттєва частина їхнього побуту, життя. Багато фін, 30% чоловіків і близько половини жінок, пересуваються на роботу на велосипедах або зовсім пішою ходою, школярі та студенти також люблять розтинати на двоколісних видах транспорту. Широкого поширення набули плавання, велосипед, ходьба, біг, гімнастика як види спорту, якими займатися нескладно та найдоступніше. У Фінляндії воліють заняття фізичною культурою люди різних поколінь, і найбільше в природних умовах, на відкритому повітрі (за опитуваннями — близько 3 з 5 млн. жителів) незалежно від погоди та сезону. Наприклад, у різні пори року на вулицях Фінляндії часто можна зустріти любителів скандинавської ходьби, яку винайшли колись саме тут. Фіни із задоволенням

практикують туристичні походи, вилазки до лісу за ягодами та грибами, екскурсійні програми, прогулянки на лижах, усілякі подорожі під час відпустки – це частина їхнього національного способу життя, культури. На щастя, у Фінляндії не бракує спеціально пристосованих, обладнаних зон, куди можна вирушити в похід або на неспішну прогулянку. Більше того, у цій державі громадянин має юридичне право гуляти лісом, плавати у водоймах, які є приватним володінням. Головне, ставитися до таких місць максимально дбайливо і не завдавати шкоди місцевості [15-22].

Фінляндія – світовий лідер з розвитку спорту.

За дослідженнями Європейської комісії, що проводяться в 2010 році, Фінляндія займає одне з провідних місць у Європі з розвитку фізкультури та спорту у своїй країні. Для жителів Фінляндії активний спосіб життя сприяє їхньому благополуччю.

Спорту приділяється пильна увага у житті фінів. П'ятдесят відсотків дорослого населення країни активно займаються фізичною культурою щонайменше чотири дні на тиждень. Багато хто для посилення ефекту використовують спортивне харчування, за посиланням ви також можете ознайомитися його асортиментом. Для дітей організуються різні спортивні клуби з футболу, хокею на льоду та багатьом іншим.

На даний час у країні діють понад дев'ять тисяч спортивних клубів на громадських засадах.

Головним спонсором розвитку спорту у Фінляндії є національна лотерея "Вейккаус". Двадцять п'ять відсотків від прибутку «Вейккаус» вкладає на підтримку спорту в країні, і через муніципалітети у вигляді грантів йде на підтримку різних клубів та утримання різних об'єктів та майданчиків для занять спортом. Дедалі популярнішим стає відвідування корпоративних спорткомплексів. Спортивними клубами керують добровольці на громадських засадах. Вони також є тренерами для членів клубу. З 1949 року у Фінляндії відбувається естафета Юкола. Найбільша подія у країні, а й у світі зі спортивного орієнтування. Щорічно у ній бере

участь близько 15 тисяч спортсменів із усіх куточків земної кулі. Містобудівники приділяють велику увагу прокладенню велосипедних та пішохідних доріжок. У більшості муніципалітетів є криті ковзанки, стадіони, басейни та корти. Національна спортивна політика Фінляндії. У Фінляндії тринадцять інститутів, що спеціалізуються на будь-яких видах спорту. Там навчаються не лише професіонали, а й любителі. У них працюють провідні фахівці, які проводять різні тестування з сучасних технологій. Влітку та восени чи не кожного тижня проводяться забіги та марафони у різних частинах країни. Взимку та навесні стартують лижні перегони.

У Фінляндії організується велика кількість спортивних змагань як місцевого, а й міжнародного рівня. Організовані міжнародні турніри проводяться з урахуванням багатьох екологічних чинників із застосуванням новітніх розробок та технологій. Для зменшення впливу на навколишнє середовище було розроблено та успішно впроваджено екологічну програму ЕКОmass. Учасники таких заходів у захваті від прекрасних умов заходів, що організуються.

Держава щільно працює з фінськими комерційними фірмами, які займаються розробкою та просуванням не тільки у своїй країні, а й на міжнародну арену спортивного дизайну, послуг та аксесуарів для розвитку спорту в країні.

Зимовий спорт у Фінляндії

Ні для кого не секрет, що одним із найулюбленіших місць відпочинку для будь-якого туриста взимку є Фінляндія та її природа. Особливої уваги заслуговує ця країна тим, що взимку можна покататися на сноубордах, лижах та багато іншого. І навіть не дивлячись на те, що тут немає високих гір, проте на фінських сопках достатньо трас різної категорії складності. Саме тому для будь-якого спортсмена новачка чи профі тут знайдуться траси до вподоби. А найголовніше це те, що сніг лежить тут із жовтня до квітня. Для любителів самотійного туризму слід пам'ятати, що усі великі зимові центри мають свої сайти, де можна знайти будь-яку інформацію англійською мовою. А якщо ви

не знаєте англійської, то вам допоможе зробити переклад улюблений китайський телефон із завантаженим перекладачем.

Абсолютно по всій території Фінляндії для туриста відкриваються унікальні можливості для відпочинку. І це не лише катання на рівнинних та гірських лижах, сноубординг та «телемарк», а й справжнє сафарі на спеціалізованих мотосанях. Можна покататися на оленячих та собачих упряжках, зайнятися рибалкою, викупатися в ополонці та багато іншого. Не варто забувати про те, що є суто фінські види спорту. Наприклад, вибравши прогулянку на лижах, ви зможете побачити всю красу природи, насолодитися найчистішим прохолодним повітрям, поринути у справжню зиму. Маршрути на лижах проходять через мальовничі ліси та схили.

Куди б ви не поїхали країною, на вас скрізь і завжди чекають прекрасні умови для туризму, а також добрі люди. Для людей, які не звикли відпочивати спокійно, а люблять екстремальний туризм, обладнано спеціалізовані «хаф-пайпи» - рай для сноубордистів. Якщо ж ви ще екстремальніша людина, то можна спробувати свої сили в льодовому серфінгу або катанні вгору по схилу, при цьому озброївшись китайським телефоном і знімаючи це все на чудову камеру у Full HD форматі. Особливу популярність заробляє такий вид спорту, як «походу на снігоступах». Це такі собі своєрідні прогулянки, при цьому обов'язково потрібно засвоїти нехитру техніку ходьби, після чого прогулянки лісами вам принесуть незабутнє задоволення. А чому? Тому що саме похід на цих снігоступах є найбільш природним способом пересування по пересіченій місцевості у Фінляндії.

Насамкінець пам'ятайте, якщо ви вирішили провести зимові канікули на спортивних курортах Фінляндії, то ви не тільки оздоровитеся, навчитеся кататися на численних спортивних снарядах, але ще й отримаєте незабутні враження на все життя [23].

2.4. Незвичайні види спорту у Фінляндії

Сучасні люди вже давно зрозуміли, що технічний прогрес хоч і дозволяє позбавити їх важкої праці, але фізичні навантаження все-таки необхідні підтримки тонусу людини. Для цього будуються стадіони, велодоріжки, басейни та інші спортивні споруди. Для цього виробляється спортивний одяг та спортивне харчування, читайте на сайті детальніше про нього.

Прикладом цього є Фінляндія. Багато десятиліть спортсмени із цієї країни займають призові місця на зимових Олімпіадах. Подібний потяг до спорту закономірний – адже окрім бажання фінів займатися спортом, держава суттєво підтримує це прагнення. Найбільше фіни захоплюються, звичайно ж, хокею. Він стоїть на першому місці. Далі за популярністю та масовістю йдуть стрибки з трампліну, хоча на світових змаганнях фіни не займають лідируючих позицій. Потім йдуть лижні перегони (включаючи біатлон). Потім йде фігурне катання. Замикає п'ятірку улюблених видів спорту – ралі. Перегони залучають фінів, швидше за все завдяки успіхам їхніх пілотів у «Формулі-1».

Як видно, це все поширені та звичні у всьому світі види спорту. Необхідно сказати, що у Фінляндії люблять змагатися і в дуже незвичайних змаганнях, які не є офіційними, але стали дуже популярними. Наприклад, перенесення дружин. На такі змагання збираються тисячі глядачів та туристів з усіх куточків світу. Ще до незвичайних видів відноситься метання мобільного телефону, плювання вишневої кісточки, біг на ходулях, метання зубної щітки. Деякі змагання розглянемо докладніше. Фінська лапта зародилася у країні межі минулого століття. Правила практично ідентичні до правил бейсболу, але з деяким спрощенням. Кількість «баз» може бути меншою, ніж у стандартній грі. Саме поле також може бути меншим, як і кількість членів команди. Скандинавська ходьба завоювала популярність вже у всьому світі, але найбільше такий вид спорту практикується у Фінляндії. Це ходьба з лижними ціпками, тобто ще задіяні м'язи рук. У багатьох парках

можна зустріти влітку таких шанувальників скандинавської ходьби. Перенесення дружин – одне з найцікавіших та захоплюючих змагань.

Воно полягає в бігу по пересіченій місцевості з різними перешкодами - рови, ями з водою, стіни, колоди, ряди шин і т.п. - з дружинами на руках. У багатьох спортивних пар вже є свої секрети, як краще триматися, як подолати ту чи іншу перешкоду. Призер отримує стільки пива, скільки важить його подруга.

У Фінляндії є багато чистих озер і річок, тому не дивно, що там широко розвинена спортивна рибалка. Умови змагань можуть бути різними: хто найбільше зловить риби за вагою, за кількістю, за певним видом. Крім азарту та відпочинку, переможець може отримати як приз навіть легковий автомобіль [24].

2.5 Стан фізкультури та спорту у Фінляндії

Фінську націю можна слушно назвати спортивним народом. Більшість представників цієї країни вважають спорт невід'ємною частиною свого життя – 25% населення є учасниками різних спортивних клубів, яких у країні налічується близько 7000 осіб. Починаючи з 90-х років, масовим стало захоплення здоровим способом життя, спорт та фізичні навантаження стали не лише способом підтримки гарного стану та працездатності, а й основним видом відпочинку.

Близько 60% населення старше 18 років займаються спортом не менше 2 разів на тиждень. Також фіни стежать за харчуванням, спортивне харчування, таке як тут для деяких видів спорту просто необхідно. Крім збереження свого здоров'я, фіни опосередковано піклуються і про навколишню природу: половина жіночої частини населення та 30% чоловічого ходять на роботу пішки або їдуть велосипедом. У «буденній» фізкультурі переваги віддаються таким видам спорту, як плавання, лижі, аеробні навантаження, велосипед. Фіни люблять природу та спорт на свіжому повітрі: прогулянки у численних парках, туристичні походи та

вхідні до фінського способу життя «традиційні корисні походи» - лісові прогулянки з метою збирання ягід, грибів, цілющих трав. Молоде покоління не відстає від старших – 80% неповнолітнього населення віддають перевагу спорту іншим видам хобі, займаючись понад 4 рази на тиждень, а іноді й не одним видом спорту.

Хлопчики воліють футбол, хокей і скейтбординг, дівчата частіше вибирають танці, ковзани і гімнастику. Незважаючи на скромність досягнень фінських спортсменів на міжнародних аренах, фіни - затяті вболівальники: близько половини населення хоча б раз на рік відвідують різні змагання, чверть країни регулярно дивляться спортивні передачі з ТВ та читають новини в газетах.

Крім традиційного спорту, розвинений і паролімпійський. Союз спортсменів з обмеженими можливостями здоров'я було засновано у 1965 році. Союз проводить роботу з інвалідами у 20 видах спорту, серед яких легка атлетика, лижі, плавання, волейбол та баскетбол на візках, гольф та інші. Фінські паролімпійці мають безліч нагород зі світових ігор. Фінська влада веде широку пропаганду спорту та здорового способу життя не тільки у ЗМІ, але й намагається створювати умови, що залучають все більшу кількість населення до заняття спортом: будуються нові стадіони та спортивні комплекси, у парках обладнують бігові доріжки та місця для занять йогою та медитацій, все більше водойм та парків стає доступним для відвідування та заняття активним відпочинком.

У молоді бажання займатися спортом часто виникає після появи кумирів серед спортивних чемпіонів, які стають прикладом для наслідування. Великий спорт тут стає сферою професійної діяльності та частиною розважальної індустрії [25].

Що являє собою фінська ходьба

Фінська ходьба або її ще називають скандинавською – це ходьба з ціпками. Вона є досить популярною серед населення фінів. Про таку ходьбу

останнім часом чули багато людей. Фінська ходьба є однією із 100 інновацій країни. Варто зауважити, що дана ходьба є доступною серед населення, простою та головне – нетравматичною. А також фінська ходьба має оздоровчий ефект на людський організм. До 1988 року ніхто навіть і не думав, що ходьба з такими ціпками стане в майбутньому поширеною серед фінів. Зокрема, в січні 1988 року не було на вулиці снігу в Гельсінкі, і лижники захотіли все-таки зробити так званий лижний марш. Вони всі зняли свої лижі та пішли звичайним широким кроком. А через 10 років фінський народ став на ціпки.

Саме з цього моменту почали говорити про зовсім новий вид фізичного навантаження та активності. Тоді це було своєрідним бумом. Варто звернути увагу, що ходьба здійснюється за допомогою палиць, які досить схожі з лижними ціпками. Єдина відмінність – це їхня довжина. Безумовно, лижники звикли кататися з лижними ціпками. Проте влітку ходити з ними незручно, тому що такі ціпки призначені для відштовхування, підйому нагору, а також маневрування.

А ось з простими палицями є можливість ходити цілий рік. На одному кінці такої палиці є наконечник, який забезпечує ходьбу ґрунтовою, сніговою дорогою, а також піщаною поверхнею. Якщо ви хочете пройтися містом, тоді вам слід взутися у гумові чоботи. Варто звернути увагу, що фінська ходьба з палицями на даний момент не є і, швидше за все, навряд чи буде вважатися видом спорту. Звісно, існують такі змагання серед любителів такої ходьби. Однак не слід забувати, що смислове навантаження фінської ходьби не в цьому. Насамперед, це ходьба, завдяки якій людина отримує оздоровчий ефект. Фінські вчені дійшли висновку, що більшість людей у сучасному світі багато часу просиджують на одному місці, а це погано позначається на їхньому здоров'ї, а саме викривлення хребта, поганий тонус м'язів та інше. Завдяки фінській ходьбі прекрасним містом, красивим парком покращується самопочуття людини, її емоційний стан. Дана ходьба допомагає підтримувати хорошу форму, завжди бути активним і бадьорим

[26].

Особливості національного спорту у Фінляндії.

Гаряча фінська молодь серйозно захоплюється спортом, ефектно доповненим традиційним колоритом. Так, наприклад, іноземний турист, який потрапляє до Фінляндії, неодмінно має взяти участь у будь-якому турнірі та спортивному змаганні. У цій державі є одне дуже кумедне змагання – перетягування дружин. Цікаво, що в цьому чемпіонаті може брати участь не тільки власна дружина, але й абсолютно незнайома жінка. Єдина умова, яка має бути неухильно дотримана – панночка повинна важити не менше 50 кг. За щасливою випадковістю чи за іронією долі, але на фестиваль найчастіше приїжджають дами, вага яких починається від позначки 100 кг. Безпосередньо самим чоловікам необхідно пронести жінку на собі 253 метри і далеко не рівною трасою – на шляху зустрічаються вибоїни та ямки, канави з водою і навіть колоди. Переможцю, крім чемпіонського титулу, дістається на додачу 120 літрів пива.

У Фінляндії є ще один незвичайний вид змагань – сидіння у гарячій сауні на якийсь час. Варто відзначити відразу – цей вид спорту потребує певної підготовки, а тренують майбутніх спортсменів буквально з дитинства. Ці змагання проходять за 140 км від столиці Фінляндії – у місті Хейнола. Приміщення для змагань – самі сауни – споруджуються із жаростійкого скла, завдяки чому глядачі можуть спостерігати за процесом «потіння» учасників. Умови конкурсу диктують навіть позу, в якій мають бути учасники – строго вертикально, а лікті повинні бути на колінах. Логічно, що приз дістається найстійкішому парникові, який самостійно може вийти із сауни після закінчення змагань. Не дивно, що найчастіше титул чемпіона одержують безпосередньо корінні жителі цієї країни. Міжнародний чемпіонат з метання мобільних телефонів – це ще одне дивне змагання, яке вперше відбулося у Савонліні 15 років тому. Є кілька номінацій: найдовший політ і найхімірніший.

Організатори можуть видавати учасникам підтримані апарати, якщо власний телефон шкода викидати. Варто зазначити, що в ході змагань часто мобільні пристрої продовжують приймати дзвінки під час польоту і навіть після нього. На чемпіонаті присутні представники Книги рекордів Гіннеса. І ось уже є перші лідери: найбільша відстань польоту – майже 83 метри. Тому не варто викидати старі телефони – краще разом із ними вирушити до Фінляндії та взяти участь у міжнародному фестивалі.

Безумовно, всі перераховані вище заходи проводяться з метою розваг та підтримки спортивного духу нації.

Лижний спорт в Фінляндії

В останні роки у Фінляндії гірськолижний спорт стає дедалі популярнішим. Хоча сопки цієї країни не дуже високі, а отже немає надто крутих схилів. Але для початку занять гірськими лижами це чудовий варіант, а тих, хто має досвід у цій справі, катання на лижах у Фінляндії завжди приваблювало. Ця невелика північна країна є чудовим місцем для тих, хто любить зимові види спорту та гірськолижний відпочинок. Велику популярність гори у Фінляндії, звичайно ж, мають серед класичних лижників, а лижні перегони – це улюблений вид спорту мешканців цієї країни. На початку листопада північ Фінляндії покривається першим снігом, і відкривається лижний сезон. Фінляндія має обладнані та відмінно підготовлені лижні траси для катання в різних стилях, при цьому багато трас мають додаткове освітлення, що дає можливість використовувати їх і у вечірній час. Наприклад, курорт Леві, розташований на заході Лапландії, має 235 обладнаних км. лижних трас, 23 км із яких обладнані штучним освітленням. А курорт Вуокатті, розташований у центральній частині країни, має тунель, довжина якого становить 1,5 км, у ньому підтримують постійний температурний рівень – 5 градусів, а кататися там можна протягом усього року. До Фінляндії багато хто приїжджає з дітьми, на багатьох курортах є спеціально обладнані схили для дітей, там гірськолижники-початківці можуть пробувати стати на лижі і вдосконалювати свою майстерність. У

Фінляндії розташовано понад 120 гірськолижних курортів, всі вони мають обладнані підйомники, штучне освітлення та спеціальне обладнання, що дозволяє обробляти схили. Також використовуються снігові гармати, які підтримують належний вид гірськолижних трас до весни, наприклад, у Лапландії, можна займатися лижним спортом до мая.2-ligi.2 Траси з найсильнішим перепадом висот на фінських горах у центрі Ювяскюля, Химос (перепад висот до 200 м, а довжина схилів приблизно 1 км). Найбільшу протяжність мають схили, що знаходяться на курортах Лапландії – аж до 5 км.

Найбільш відомі з них – Юллас-Коларі, Рованіємі, Леві. У лижних школах Фінляндії можна записатися на навчальний курс катання на лижах і менш поширений вид зимового спорту - стиль телемарку (що означає катання на устаткуванні, що має шарнірне кріплення), також ви можете освоїти сноуборд, навчитися кататися вгору схилом. Для тих, кому до вподоби екстрим пропонується навчання основам фристайлу (лижна акробатика), також вони можуть освоїти льодовий серфінг. Останнім часом багато престижні курорти відкрили парки розваг. Ви також зможете взяти участь у сафарі на собачих чи оленячих упряжках, покататися на мотосанях або здійснити прогулянку на снігоступі. Популярністю також користуються аквапарки, є багато новорічних розважальних вистав. Тому відпочинок у Фінляндії має такий величезний попит [27].

Біг у шкарпетках у Фінляндії



Рис. 2.1. - Біг у шкарпетках у Фінляндії

З недавнього часу біг у Фінляндії стає дедалі популярнішим. Також зростає кількість охочих, які практикують різні техніки бігу. Однією з таких технік є біг босоніж. Ті, хто вибирають цю техніку, віддають перевагу природному бігу, без взуття. Вони одягають кросівки лише тоді, коли температурний показник опускається до виникнення загрози обмороження. Але є ті, хто віддає перевагу вовняним шкарпеткам, які сприяють збереженню відчуття босоногості. Нещодавно жителі Європи відкрили для себе новий різновид проведення відпочинку — біг у шкарпетках. Цей вид вибирають любителі бігу босоніж. На їхню думку, пробіжку необхідно здійснювати лише босоніж. Якщо температура повітря має низький показник або при сніговому покриві, слід одягати вовняні шкарпетки замість кросівок. Це допоможе уберегти стопи від відмороження.

Ті, хто віддає перевагу бігу в шкарпетках, вважають, що краще займатися бігом у період сильних морозів, оскільки на структуру шкарпеток не впливатимуть, а сніг не налипатиме на шкарпетки. Спортсмен може сам вибирати товщину шкарпеток. Є категорія бігунів, які вибирають досить теплі щільні шкарпетки, які можуть нагадувати валянки. Інші вибирають варіанти тонше, оскільки вважають, що відчуття повинні наближатися до бігу без шкарпеток. Починати біг необхідно з малих дистанцій. Для цього спорту дійсні правила, які діють при бігу босоніж. Слід правильно та плавно входити у тренувальний процес, оскільки тривале тренування та інтенсивне

навантаження можуть вплинути на виникнення травм, особливо для людей, які раніше не займалися спортом. Біг у носках задіює роботу м'язів ікри, особливо це стосується роботи ахіллесового сухожилля. При бігу головне правильно зафіксувати носок на нозі. Шкарпетка не повинна перекручуватися або сповзати. Для цього можна використовувати гумку для волосся чи скотч. Як варіант, можна одягнути звичайні шкарпетки, а вгору вовняні, потім їх підвернути, щоб зверху закріпити вовняну шкарпетку.

Ковзани: і транспорт, і спорт у Фінляндії

Катання на ковзанах - чудове проведення часу для любителів активного відпочинку. Озеро Сайма, що у Фінляндії, здавна є місцем катання для фінів та мешканців інших країн. Завдяки значним розмірам, озеро Сайма має безліч цікавих маршрутів для ковзанярів.

Тут можна знайти потрібну трасу для любителів як довгих, так і коротких дистанцій. Щороку озеро Сайма радує новими маршрутами. Необхідне для катання спорядження можна взяти напрокат. Чи варто говорити, що здоров'я у фінів чудове? Катаємося, займаємося спортом – і нехворіємо!

Вартість послуг з використання маршруту та спорядження порівняно невисока. Дітям до 12 років спорядження видається безкоштовно, а при оплаті маршрутів дітям надається знижка, що становить 50% вартості. На тривалих дистанціях можна зробити перепочинок у невеликому затишному кафе. Вибір одягу має відповідати цьому заходу. Одяг повинен бути зручним і вільним. Краще, якщо це буде не продуваний комплект. У магазинах є величезний вибір ковзанів та додаткових аксесуарів, необхідних для катання. Мальовниче озеро Сайма в зимовий період одягається в біле вбрання, а погляду відкривається незабутній краєвид. Гірське зимове повітря дає заряд бадьорості кожному [28].



Рис. 2.2 – Катання на ковзанах у Фінляндії

Центральна Фінляндія для любителів гірськолижного спорту

Центральна Фінляндія славиться не меншою кількістю гірськолижних курортів. Тут розташовано 23 спуски, де найдовший досягає 1200 метрів, з перепадом висот 200 метрів. Дані спуски довші і крутіші за ті, що розташовані в Хімос і підходять більше для професійних лижників та сноубордистів. Ціни тут вигідніші ніж у Хімосі, вибір котеджів набагато багатший. Розташуватися на нічліг можна в самому центрі, єдиним мінусом цього курорту є низька кількість освітлених спусків, потім кататися до пізньої ночі не вдасться. Зате на околицях Тахко можна виявити понад 600 км трас для катання на мотосанях. Цей курорт схожий на італійський курорт під назвою курорт Мадонна ді Кампільйо, такі ж прекрасні різноманітні траси і спуски, безліч можливостей розважитися у вільний час і насолодитися повноцінним відпочинком для душі і тіла.

Відпочинок у Лапландії є одним із найкращих у всій Центральній Фінляндії. Неповторна арктична природа залишає незабутні враження, кожен відвідувач неодмінно отримає величезну насолоду від відпочинку. Північні саява, багатометрові кучугури, а також незворушні олені, що розгулюють по всій місцевості – все це можна зустріти тут. Для любителів бігових лиж тут відкриваються чудові можливості.



Рис. 2.3 – відпочинок у Лапландії

Спорт взимку у Фінляндії

У наш час одним із найвідоміших місць для відпочинку взимку стала Фінляндія. Незважаючи на відсутність гірських хребтів достатньої висоти, на фінських сопках вистачає трас різного рівня складності, включаючи швидкісний спуск. А головне – сніг у цьому місці лежить із середини осені до весни. На більшості території Фінляндії перед вами відкриються рідкісні можливості для чудового відпочинку. Це і катання на гірських лижах, і сноубординг, і сафарі на санях, і на оленячих та собачих упряжках, зимова рибалка, плавання в ополонці, ковзани, прогулянки пішки, їзда на конях та дещо інше.

У Суомі є виключно фінські види спорту. Населення Фінляндії виявляє постійний інтерес до лижного спорту. Похід на рівнинних лижах – це, мабуть, найкращий спосіб дізнатися про чарівність зимової природи. Лижні траси у Фінляндії проходять серед колоритних лісів та схилів. У кожному куточку країни на вас чекають чудово оснащені лижні траси – довгі та зміїсті або короткі та легкі. По них можна кататися на лижах допізна. Сопки Фінляндії. Курорти гірськолижників - гордість фінів. У країні існує близько ста п'ятдесяти таких курортів. Головним чином вони розташовані у центральній частині Фінляндії та на півночі. Фіни люблять проводити відпустку (зазвичай взимку) в одному з таких центрів. Сьогодні стали популярними корпоративні збори на курортах, із приїздом гостей та

співробітників компаній з-за кордону. Снігові сафари Пронесіться на саних, запряжених собаками! Під час такої хвилюючої події доведеться правити упряжкою із трьох – шести собак. Число тварин прямо залежить від ваги погонича і завантаженого на сани обладнання, а також від тривалості подорожі. Зимова рибалка. Підлідний лов став у Фінляндії видом спорту. Для підлідного лову не потрібно спеціального дозволу. Одні проводять час, розважаючись, інші змагаються. Все, що потрібно зимовому рибалці - це тепле вбрання, відповідне спорядження, простий бур, зимова вудка з котушкою і табуретка. Зимове плавання.

У Суомі близько 120 тисяч любителів купання в ополонці, та їх кількість регулярно зростає. Лунки для купання можна побачити скрізь. Ніхто з шанувальників холодної води не скаржиться на своє здоров'я і виглядає набагато краще за своїх однолітків. Такі сміливці, які наважаться поринути в ополонку вперше, отримають незабутні відчуття. Зрозуміло, такий вид розслаблення не для кожного. А якщо такий відпочинок поєднати з сауною, то можна бути впевненим: гарячо-холодна вода буде виключно на користь [29].



Рис. 2.4 – лижний спорт у Фінляндії

Популярні курорти для лижного спорту

Ця північна країна відома на весь світ своїми зимовими видами спорту і насамперед лижним краєвидом, тому тут чудово розвинені гірськолижні курорти, куди щороку приїжджають мільйони туристів. Тут створені всі

необхідні умови не тільки для гірськолижного спорту, гостям можуть запропонувати цікаві екскурсійні та розважальні програми на тлі суворої, але гарної фінської природи.

Знаменитий фінський курорт Вуокатті, який часто називають «Ельдорадо», користується великою популярністю у любителів зимового відпочинку протягом багатьох років. Розташування курорту сприяє розвитку зимового спорту, де крім лиж та сноуборду також можна покататися на мотосанях або снігоходах, покататися в оленячих та собачих упряжках і просто чудово відпочити всією родиною. До послуг туристів надано різноманітність туристичного сервісу, широкий вибір котеджів та готелів, які близько розташовані до лижних трас. У Вуокатті проводяться змагання з фрістайлу, тут навіть обладнаний спеціальний тунель довжиною 100 метрів і шириною 20 метрів для спортсменів, який підтримує необхідну температуру, що дає змогу кататися досить довгий час після розпалу сезону.

І гірськолижні курорти Андорра можуть запропонувати таку послугу для своїх лижників. На думку експертів, цей курорт чудово підходить не тільки для професіоналів гірськолижного спорту, але і для любителів, оскільки він поєднує в собі глибокий сніг з першокласними лижними трасами і пропонується 13 трас з різним рівнем складності з кресел до 11 000 туристів за годину часу. Найдовша траса складає більше 1 км і більшість трас освітлені, тому призначені для катання у темний час доби. У вільний час від катання можна відвідати аквапарк "Катінкулта", поряд знаходиться село справжнього Діда Мороза. Найкращим часом для відвідування любителями курорту вважається березень-травень місяць, оскільки морози не такі сильні, а снігу ще багато. Курорт Тахко у центральній частині Фінляндії виділяється серед інших фінських курортів своїм найвищим рівнем підготовки трас. Тому тут часто проводяться чемпіонати серед гірськолижників північних країн, а також чемпіонати Європи серед сноубордистів. Для катання понад 20 обладнаних схилів із найдовшим із них 1200 метрів.

Для бігових лиж загальна довжина трас 84 км, на трасах працюють

підйомники, освітлення, багато трас мають підвищену складність, але також є багато трас, розрахованих як на професіоналів, так і на новачків. Тут можна не лише кататися на лижах, а й на ковзанах, пограти у гольф чи порибалити. До послуг туристів нові готелі, а поряд у Сіплінярві можна відвідати басейн з водоспадами та гротами, садом, все це виконано у стилі тропіків. Сезон на гірськолижному курорті триває до середини квітня [30].

2.6 Аналіз гірсько-лижних курортів Фінляндії

Гірськолижний курорт Леві у затишному та казковому містечку Сіррка у Фінській Лапландії розташувався ближче до північного сяйву, залізши аж на 170 км над полярним колом. Це відмінне місце, щоб відпочити від міської метушні та насолодитися тишею та красою первозданної природи. Деякі можуть подумати, що через свою компактність і віддаленість цей місто відрізаний від цивілізації, але поспішаємо Вам повідомити, що інфраструктура в Леві розвинена дуже добре.

У центрі міста без проблем можна знайти товари спільного вжитку, гірськолижну екіпіровку та сувеніри. Всі магазини в Леві розташовані в центрі і знаходяться в пішій доступності, навіть якщо Ви проживаєте на околиці містечка. Серед них Ви знайдете супермаркети, алкомаркет, кілька сувенірних крамниць, магазини звичайного та спортивного одягу, а також професійного спортивного спорядження та інші.

У місті є два цілком великі супермаркети K-SuperMarket і S-Market. Перший знаходиться недалеко від центрального кільця й біля пункту прокату снігоходів Perhesafarit. У цьому супермаркеті трохи більший вибір і деякі товари трохи дорожчі, ніж в іншому супермаркеті. S-Market знаходиться в 7 хвилинах ходьби від кільця, недалеко від готелю Hullu Poro. Ціни на продукти в супермаркетах варіюються: наприклад, вівсянка коштує стільки ж, як і в Україні, молоко та риба дешевше, м'ясо та овочі дорожчі.

У крихітному містечку Леві, здавалося б, могло поміститися всього

декілька закладів громадського харчування, але це місце дивує своєю різноманітністю ресторанів та кухнею на будь-який смак. Серед закладів Ви знайдете як й цікаву традиційну кухню, так й просту їжу по типу фаст-фуду. По обіді ми рекомендуємо звертати увагу на вивіски з меню, адже там часто можна знайти досить привабливі за ціною пропозиції. В Леві знаходяться близько 50 кафе і ресторанів, й нижче Nordic Travel пропонує Вашій увазі декілька варіантів закладів.

На курорті Леві є два медичних заклади: мед. центр Dextra і клініка Bene Finlandia. Багато українських страхових полюсів приймає клініка Bene Finlandia. Щоб звернутися за медичною допомогою, перш за все необхідно активувати Ваш страховий поліс, зателефонувавши за вказаним номером у полісі, та слідувати їх докладним інструкціям. Потім потрібно зв'язатися з клінікою за телефоном +358 400 808 804 і записатися на прийом до лікаря, або ж прийти туди без запису за адресою Leviraitti 6. З собою потрібно обов'язково мати паспорт та страховий поліс. Клініка приймає цілодобово і без вихідних.

Також в екстрених випадках можна викликати невідкладну швидку допомогу за телефоном 112. При першій можливості, активуйте страхової полюс і далі збережіть всі чеки та медичні висновки, щоб після повернення додому страхова компанія компенсувала Вам витрачені кошти.

Медикаменти ж, проживаючи в Леві, можна знайти в наступних аптеках: 1. Levin Apteekki - Leviraitti 1, Sirkka (знаходиться поруч з K-SuperMarket), +358207738871, пн-пт 10:00 - 17:00; 2. Kittilän Apteekki - Valtatie 26, пн-пт 9:00 - 17:00, сб 10:00 - 14:00.

Малоймовірно, що в Фінляндії Вам вдасться зловити таксі на вулиці, адже тут це не прийнято. Щоб скористатися послугами таксі, необхідно викликати його по телефону або знайти одну зі спеціальних зупинок з відповідним написом «Taxi», на якій Ви зможете побачити вільні машини.

Знайти одну із зупинок Вам можуть допомогти в будь-якому ресторані або готелі.

В Леві таку зупинку Ви побачите біля центрального входу в готель Levi Hotel SPA (Levitunturi). Якщо у Вас виникнуть будь-які питання на курорті Леві, Nordic Travel дбайливо надасть своїм туристам необхідну інформацію та допомогу [31].

Висновки до розділу 2

Отже, Фінляндія - країна з багатими природними ресурсами та сприятливими природними умовами для розвитку такої сфери економіки як туризм. Серед найбільш важливих факторів можна виділити кліматичні особливості та культурні особливості фінської нації.

Завдяки ресурсам, які можна використати для розвитку міжнародного туризму у Фінляндії розвиваються гірсько-лижний туризм, “телемарк” і сноубординг, сафарі на мотосанях, на оленячих і собачих упряжках, підлідна рибалка, купання в ополонці, катання на ковзанах.

Внаслідок поєднання ресурсів та розвитку інфраструктури в країні сформувалися туристичні ареали, найбільшими з яких є: насамперед столиця країни - Хельсінки, а, також, Котку, Туркові, Куопіо, Лапландія.

Найвідомішими міжнародними туристичними центрами, які спеціалізуються на розвитку гірсько-лижного виду спорту є: Рука, Льові, Юллас, Тахко, Хімос.

Хоча на сучасному етапі туризм не відіграє провідної ролі в економіці країни, однак країна є досить перспективною в цьому плані, оскільки Фінляндія має значні резерви для нарощування свого потенціалу в сфері туризму.

Розділ 3

Розробка та просування спортивного туру в Фінляндію

3.1. Маршрут туру

Для організації маршруту туру з м. Одеса заплановано виліт з аеропорта м. Кишинів у Молові.

Було підібрано авіа білети на 1 особу з аеропорта м. Кишинів турецькими авіалініями Turkish airlines одною пересадкою у місті Стамбул до аеропорта у м. Гельсінкі.

Орієнтовна тривалість польоту становить близько 6 годин.

Для зворотнього маршруту підібрано оптимальний маршру з вильотом з аеропорту в м. Гельсінкі до аеропорту м. Кишинів з одною пересадкою в аеропорту м. Варшава, тривалість польоту становить 6 годин 30 хвилин.

Квитки на авіарейси представлено у додатку А.

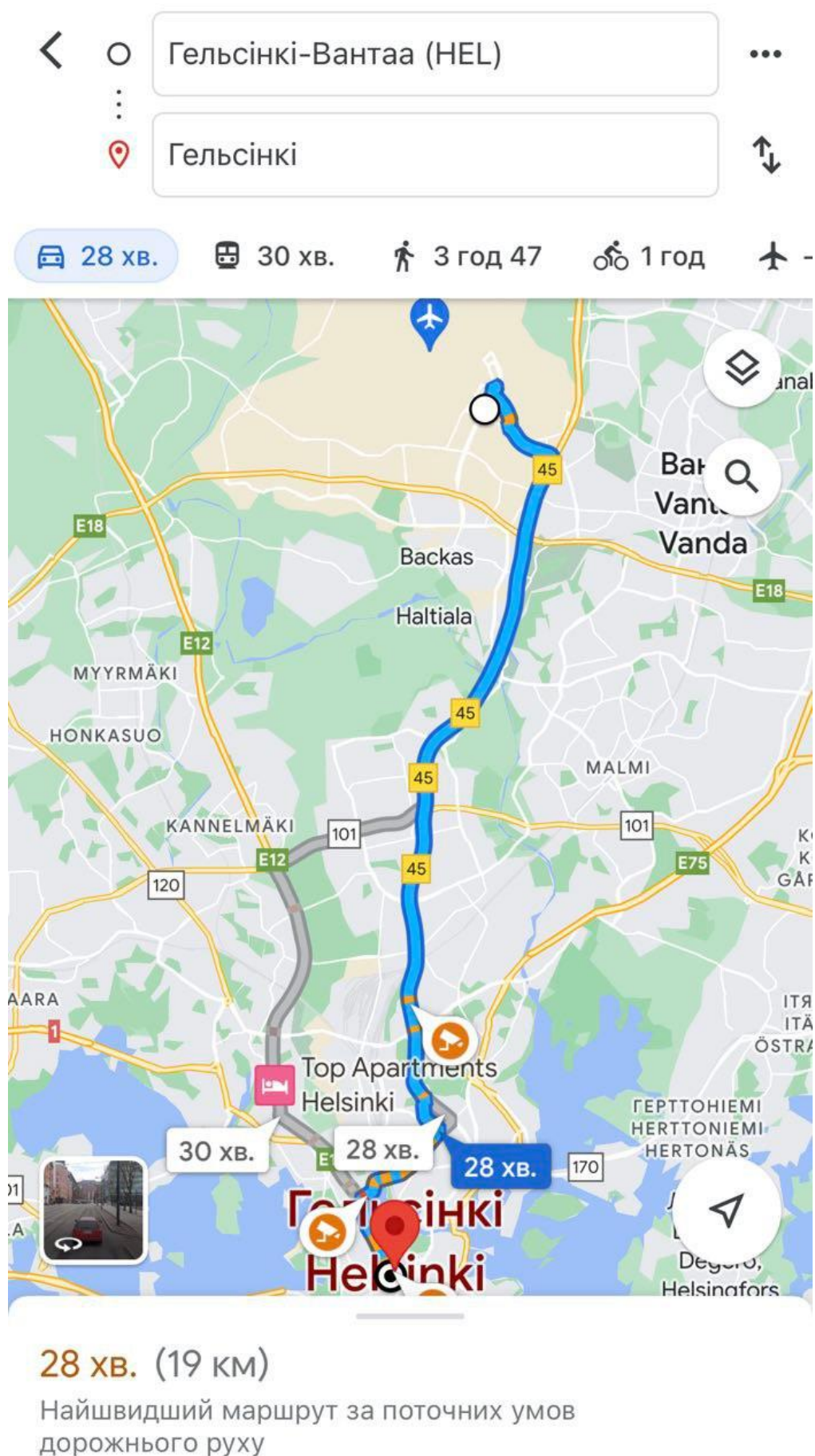


Рис. 3.1 - Трансфер з аеропорта до м. Гельсінкі

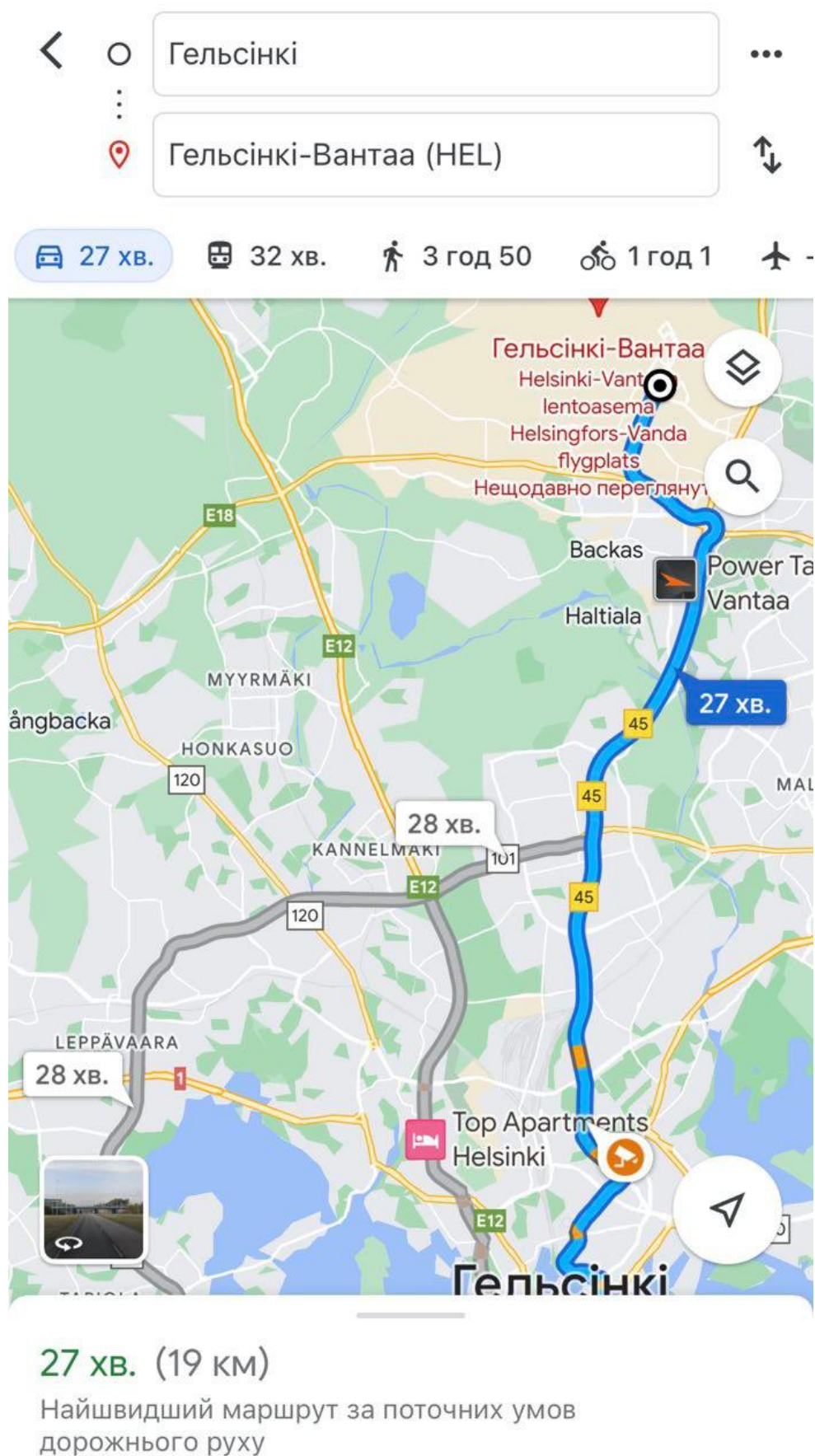
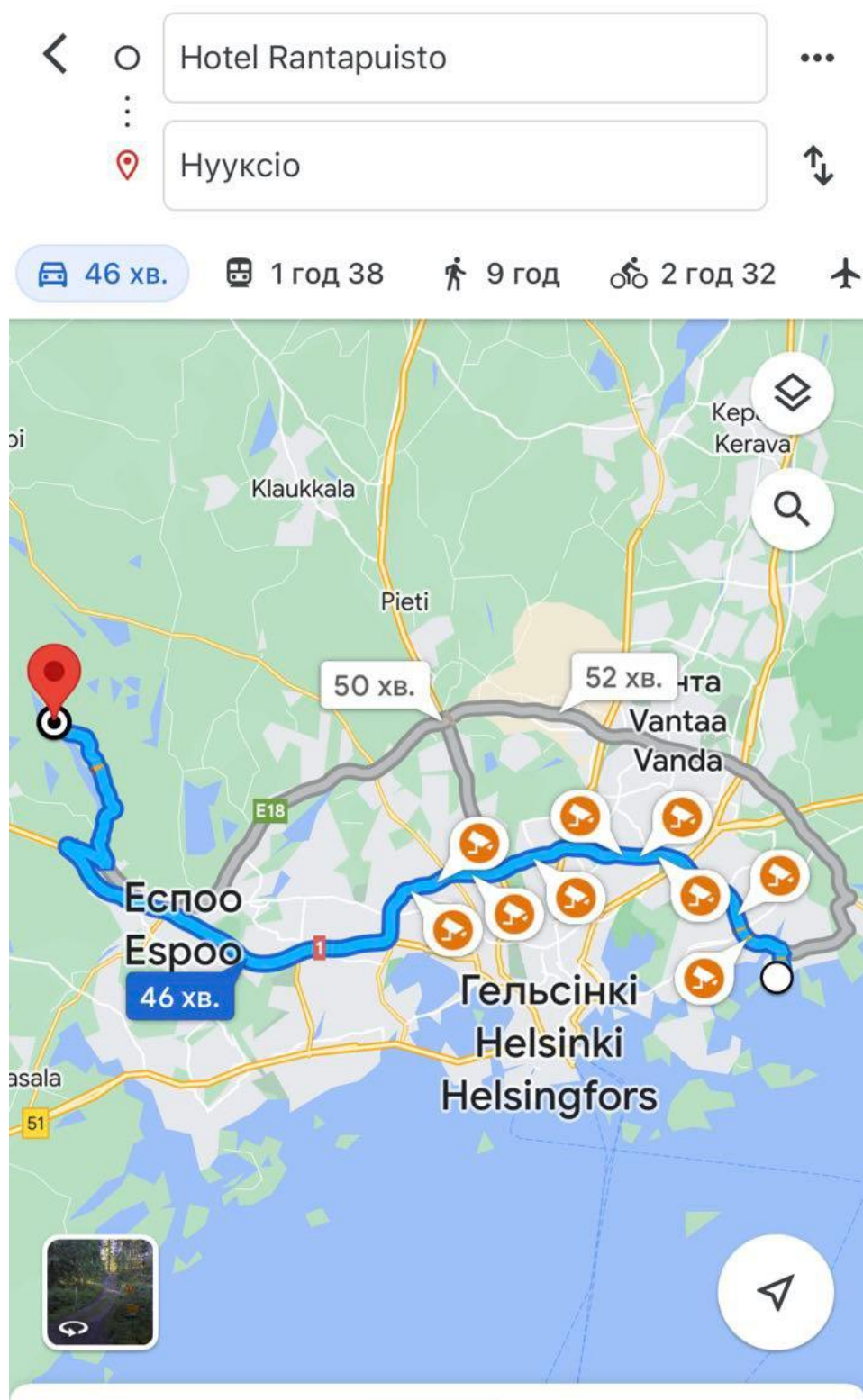


Рис. 3.2. – Трансфер з м. гельсінки до аеропорту Гельсінкі



46 хв. (48 км)

Найшвидший маршрут за поточних умов
дорожнього руху

Рис. 3.3 – Схема маршруту з м. Гельсінкі до Нуксіо

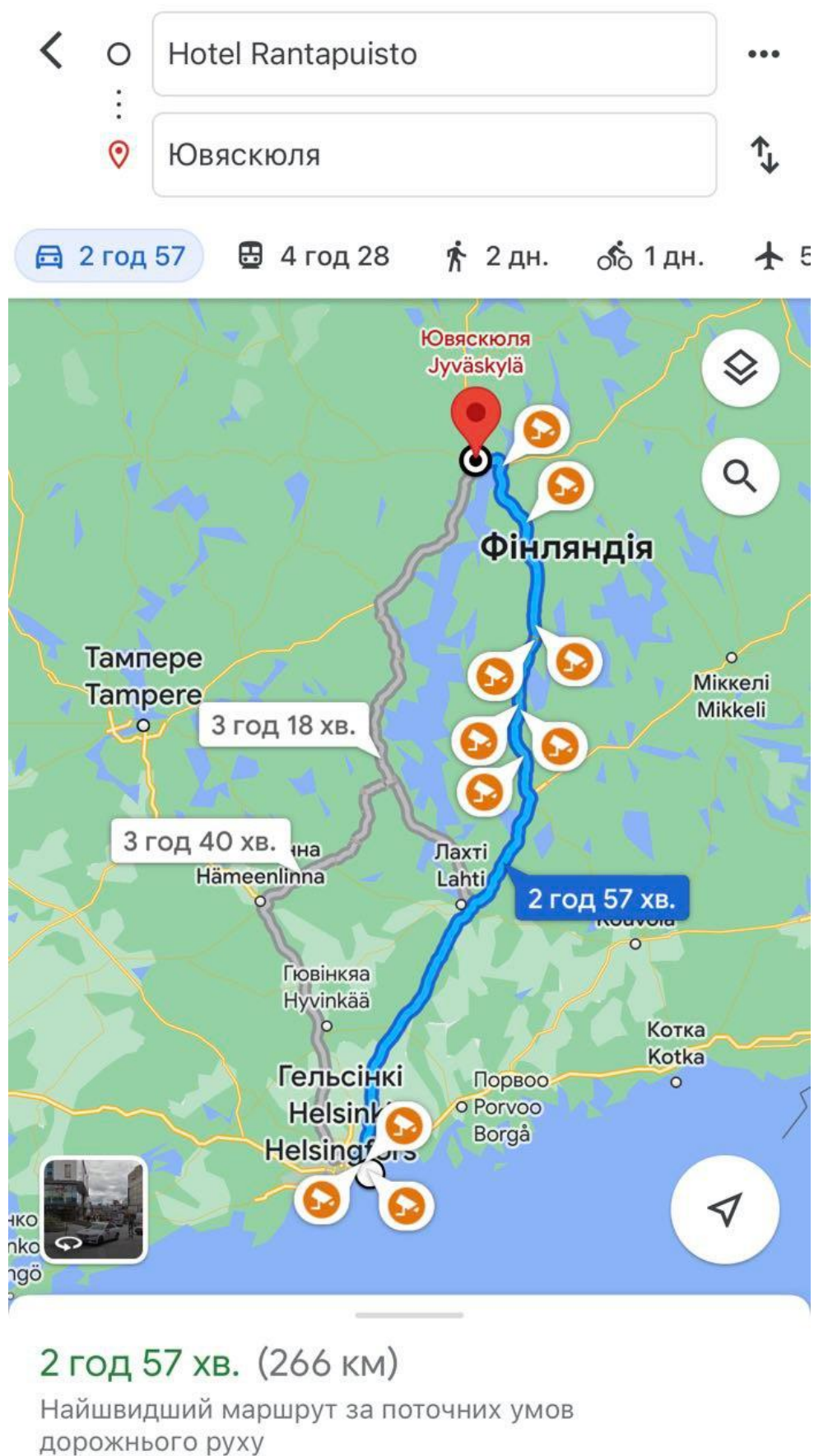
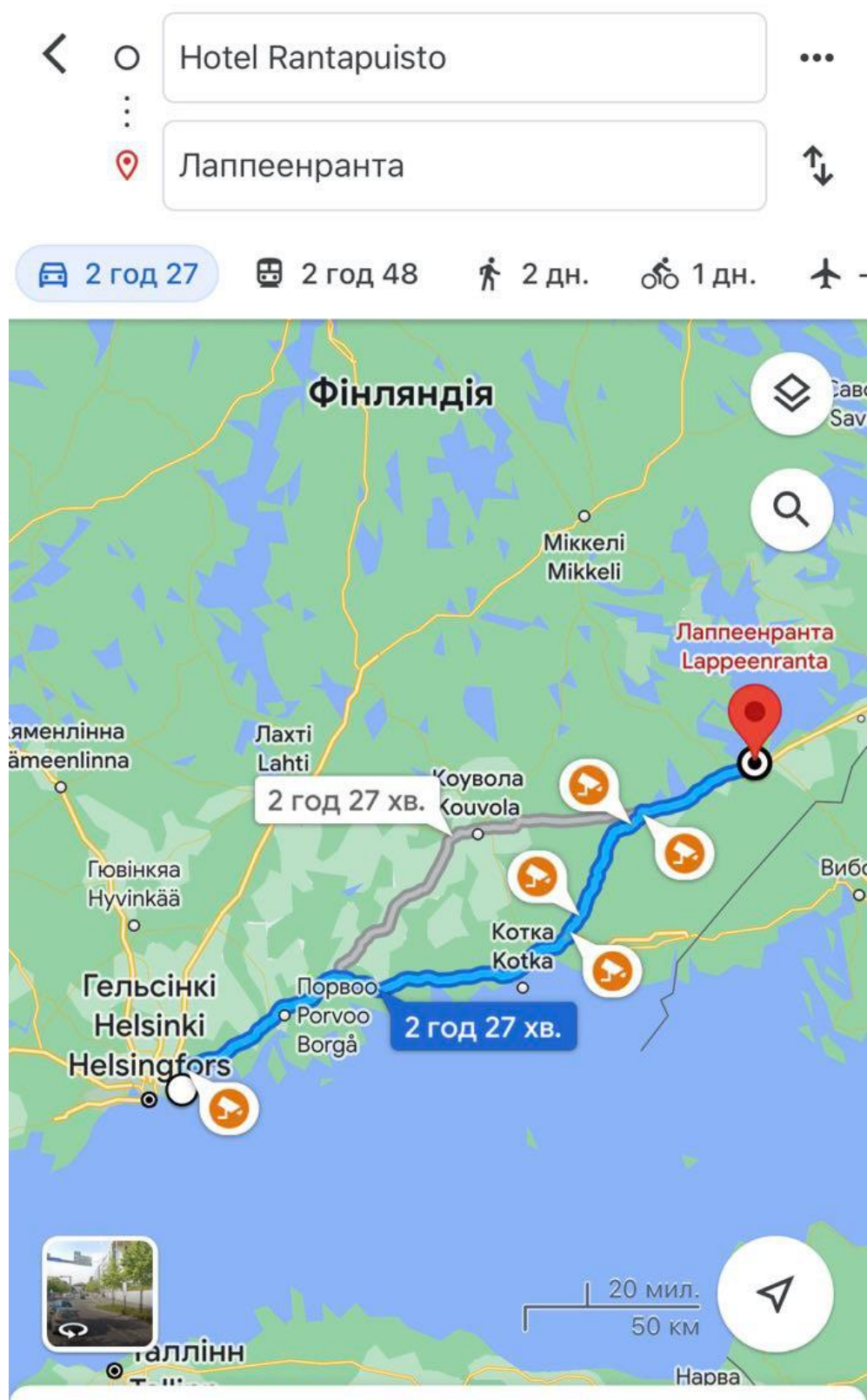


Рис. 3.4 – Схема маршруту з м. Гельсінкі до Ювяскуля



2 год 27 хв. (224 км)

Найшвидший маршрут за поточних умов
дорожнього руху

Рис. 3.5 – Схема маршруту з м. Гелсінкі до Лаппеенранта

3.2 Програма туру

День 1

20.00 Прибуття до м. Гельсінкі

20.15 Трансфер до спортивного центру Natura Viva, розміщення в Best Western Hotel Rantapuisto (Рантапуисто) ***, Гельсинки

20.30 Велосипедна прогулянка по місцевості

21.30 Вечеря

День 2

07.00 Відвідування фітнес-центру, ранкове тренування

08.00 Сніданок

09.00 Велосипедна прогулянка по місту Гельсінкі по визначним місцям.

10.30 Екскурсія до національного парку Нуксіо (південне узбережжя Фінляндії, катання на гірськолижних трасах, піші походи та катання на снігоходах за вибором).

Обід факультативно

22.00 Повернення в готель, вечеря

День 3

07.00 Відвідування фітнес-центру, ранкове тренування

08.00 Сніданок

10.00 Каякінг чи веслування по Фінській затоці на вибір, насолодження пейзажами та чистими водами (можлива аренда каяків, весел)

Обід факультативно

20.00 Вечірня сауна

21.00 Вечеря

22.00 Вільний час

День 4

07.00 Відвідування фітнес-центру, ранкове тренування

08.00 Сніданок

09.00 Переїзд до Ювяскюля - місто, оточене природою і водними шляхами. Тут можна організувати каякінг та веслування по озерах та річкам. Чудовий спосіб отримати фізичні навантаження.

Обід факультативно

21.00 повернення в готель, вечеря

День 5

07.00 Відвідування фітнес-центру, ранкове тренування

08.00 сніданок

11.00 Гірськолижний вихід до Лаппеенранта

Обід факультативно

21.00 Повернення в готель, вечеря

22.00 Вільний час

День 6

07.00 Відвідування фітнес-центру, ранкове тренування

08.00 сніданок

9.00 Відновлення сил, відвідування спа центру та сауни

Обід факультативно

15.00 Скандинавська хода по місцевості

19.00 Вечеря

20.00 Вільний час

День 7

04.30 Виселення з готелю

05.00 Трансфер в аеропорт Гельсінкі

Повернення в Україну

Додаткова інформація до першого дня туру:

Спортивний центр Natura Viva знаходиться в центрі гребного спорту "Буосаарі" за 15 км від центру Гельсінкі та аеропорту Гельсінкі-Вантаа.

Тут можна орендувати байдарку, каное чи каяк. Natura Viva також організовує групові тури на байдарках – від короткої двогодинної поїздки до

більш тривалих екскурсій. Також тут можуть надати намети, плити та інше обладнання. Взимку можна взяти в оренду снігоступи.

Готель Best Western Hotel Rantapuisto (Рантапуїсто)*** є ідеальним місцем для знайомства з Гельсінкі. Готель знаходиться на березі Балтійського моря в сосновому лісі біля чистого піщаного пляжу в східному районі Гельсінкі Vuosaari.



Рис. 3.6 - Готель Best Western Hotel Rantapuisto (Рантапуїсто)***

Готель Best Western Hotel Rantapuisto (Рантапуїсто)*** Гельсінкі ідеально підійде тим, хто хотів би поєднати тихий, спокійний відпочинок на природі у Фінляндії на березі моря, прогулянки парком і набережними, піщані пляжі, і при цьому залишатися в межах міста. всією інфраструктурою

Гельсінкі: поряд з визначними пам'ятками, цікавими місцями Гельсінкі, магазинами, кафе та ресторанами.

Готель зручно розташований поруч із метро та зупинкою автобуса, тому мандрівники без машини не зазнаватимуть жодних незручностей [32].

Додаткова інформація до 2-го дня туру:

У Фінляндії природа завжди знаходиться поруч із людиною, навіть у столичному регіоні. І добрий тому приклад – національний парк «Нуксіо» - шматочок незайманої дикої природи всього за півгодини їзди від центру Гельсінкі. Територія парку підходить для коротких прогулянок після робочого дня, так і для сімейних походів на вихідні. Мальовничі долини, круті яри, скелі, болота та озера парку «Нуксіо» забезпечать вам ідеальні умови для подорожі. А на шляху до парку неодмінно загляньте в природний центр «Халтіа», де можна подивитися цікаві виставки про природу Фінляндії та придбати карту території.

Познайомтеся із перлиною столичного регіону. На кого розрахований: на всіх, від малого до великого – вік та фізична форма не мають значення. Naukkalampi, Kattila та центр «Халтіа» доступні для відвідувачів у інвалідних візках.

Додаткова інформація до 4-го дня

Ювяскюля (Jyväskylä) - фінське місто, розташоване в центральній частині країни недалеко від озер Пяйянне (Paijanne Lake) та Кейтеле (Keitele Lake). Столиця країни, Гельсінкі (Helsinki), віддалена на 270 км. Великий населений пункт Тампере знаходиться за 147 км від Ювяскюля.

Мальовнича природа курорту приваблює шанувальників активного відпочинку та водних розваг. На берегах другого за розміром озера Фінляндії (Finland), Пяйянні, збудовані туристичні бази, працюють пункти прокату човнів та катамаранів. Мандрівники зможуть вирушити до круїзу, зайнятися рибалкою, веслуванням на каное або байдарках, вітрильним спортом та

рафтингом. Великою популярністю у відпочиваючих користуються тури на поромі із сауною. Подібний захід організують у Lake Päijänne Cruises. Для гостей Ювяскюля працює аквапарк Aalto Alvari Aquatic Center та розважальний центр Viherlandia.

Для любителів заміського дозвілля розроблено маршрути піших походів, прокладено доріжки для велосипедних та кінних прогулянок. Мандрівників у відпустці чекає трекінг та хайкінг, тури на позашляховиках, пікніки та полювання. На острові Лехтісаарі (Lehtisaari island) працює дитячий табір.

Для фанатів зимового дозвілля відкриті гірськолижні центри LaajisOy та Himoskiresort.

На околицях міста знаходиться спа-курорт SpaHotelPeurunka, в якому сподобається шанувальникам оздоровчого туризму. У готелі функціонує фінська сауна, масажний та спа-кабінет, є можливість покататися на ковзанах або моторних санях.

Поціновувачам архітектурних пам'яток рекомендуємо вирушити в поїздку навколишніми селищами Ювяскюля. У населеному пункті Петаяйвесі (Petajavesi) знаходиться стара церква (Old Church of Petajavesi), яка входить до списку спадщини ЮНЕСКО та є шедевром скандинавської дерев'яної архітектури.

Урізноманітнити перебування в місті можна грою в теніс, керлінг або гольф, а також відвідуванням кімнат для ескейп-квестів. Отримати заряд адреналіну відпускникам запропонують на картинг-трасі в Jyväskylä KartingCenter

Для шопінгу підійдуть великі торгові центри Forum та Torikeskus.

Прихильникам гастрономії та їхнім попутникам радимо заглянути до ресторану скандинавської кухні Viikinkiravintola Harald, у якому подають чудове фрикасі з макрелі.

Влітку на місце зимових розваг та туристичних маршрутів поблизу Ювяскюля приходять анітрохи не менш захоплюючі. Ось лише деякі з них.

У Ювяскюлі працюють одразу кілька дитячих парків розваг. Наприклад, Ноккавіки або мініатюрний автодром у Вітанієміємі, що є цілим містом в мініатюрі зі знаками, світлофорами та іншими атрибутами справжнього дорожнього руху. Для лихачів передбачено спеціальний майданчик, на якому можна поганяти без жодних обмежень.

Озеро Пяйянне - тут можна і купатися, і здійснювати круїзи на поромах, і навіть паритися в сауні. Найбільше та найдовше озеро країни — до ваших послуг.

Аквапарк Aalto Alvari. Не дуже великий, але щоб зайняти дитину на 3–4 години, цілком підійде. Тут є 7 великих та 3 маленькі гірки, кілька басейнів, з десяток атракціонів та безпечна зона для найменших.

Подорож озерами на каное та байдарках. На любителя, але точно не залишить байдужим.

Гірськолижні курорти у Фінляндії

Крім відвідування гірськолижних курортів Лааявуорі та Рійхівуорі рекомендуємо обов'язково потрапити ще у кілька місць.

Відкритий спортивний центр Hutunki. Велика кількість не тільки фітнес-залів, басейнів та спа, а й ігровий центр для дітей.

Дитячий картинг-центр. Справжній автодром для мініатюрних гоночних машин із трасою, довжина якої становить 280 м. Взимку сюди перебираються з відкритого полігону, оскільки великі вікна дарують ще й чудову панораму засніженого міста. До речі, тут можна кататися з батьками: для цього орендуйте duo-car.

Гірськолижні курорти ще не все, що приготувало місто для своїх гостей. Лижні прогулянки можна здійснювати спеціальними маршрутами та

прилеглими рівнинами — а ще є можливість покататися на мотосанях або випробувати справжні снігоступи. Для міцних духом є цілі денні програми з походами, підлідною рибалкою та купанням у ополонці з наступною спекотною сауною.

Сімейний відпочинок у Фінляндії

Багато місць у Ювяскюлі працюють всесезонно — що цілком зрозуміло: робити ставку лише на зиму для місцевого туризму не дуже вигідно. Тому сміливо включайте у свій маршрут такі широко відомі у Фінляндії місця.

Парк пригод Пеуккула. Тут є все, що потрібно для дітей віком від 3 до 10 років: ростові ляльки, конкурси, атракціони, море смакоти та анімація від казкових персонажів.

Планетарій Калліо. Крім цікавих інтерактивних програм, мультфільмів і приголомшливих панорам зоряного неба планетарій відомий своїм розташуванням - він облаштований просто в скельній печері! Атмосфера невимовна, побувати варто обов'язково.

Обов'язково прогуляйтеся центральною частиною міста (по вулиці Каупаката) у темний час доби — Ювяскюля не дарма носить неформальну назву «Місто Світла». Ілюмінація тут просто приголомшлива, так що обов'язково візьміть із собою фотоапарат.

Парк скейтинг. Влітку — просто неба, взимку — під дахом: у який би сезон ви сюди не прийшли, обов'язково знайдете собі заняття. Тут і рампи, і труби, і фрістайл-фігури є і паркур-секція, яку можна долати як на скейті, так і на своїх двох.

Не оминайте й інших музеїв Ювяскюля — їх тут близько десятка. Серед найцікавіших: музей авіації, сучасного мистецтва та навіть музей лазні. З діючою парною, зрозуміло.

Цукеркова лавка Panda. Одна з найстаріших кондитерських фабрик виготовляє цукерки та інші солодощі з 1920 року. Тут величезна кількість смачних сувенірів, а ваші діти зможуть на власні очі поспостерігати за процесом виготовлення шоколаду.

<https://www.gid.travel/finland/jyvaskyla/info/yuvyaskyulya>

Додаткова інформація до 5-го дня:

Лаппеенранта це друге за відвідуваністю місто Фінляндії, розташоване на південному березі озера. Це місто з багатою культурною історією, з численними музеями та найстарішою православною церквою Фінляндії, розташованої у фортеці Лаппеенранти. У місті також знаходяться найбільший замок з піску у Фінляндії та чудові гірськолижні курорти, розташовані в Myllymäki.

Сучасна Лаппеенранта - це жваве міжнародне університетське місто, розташоване серед приголомшливих пейзажів на півдні четвертого за величиною озера Європи, Сайми. Яскраві події та історичні пам'ятки Лаппеенранти разом з пишнотою природи регіону подарують незабутні враження гостям, у яку б пору року вони не відвідали місто. Лаппеенранта це також досить популярне місце у Фінляндії та центр прибережного туризму.

Після періоду, відомого як «Великого лихоліття» в 1721 році, шведи почали зміцнення міста, але без особливого успіху — фортеця впала в битві при Лаппеенранті в 1741 всього за п'ять годин! У 1811 році «стара Фінляндія» та решта країни були возз'єднані, і Лаппеенранта з центру бойових дій перетворилася на мирний район на березі озера.

Сучасна Лаппеенранта це процвітаюче місто, яке також стало адміністративним, культурним і туристичним центром Південної Карелії. Розташоване на південному березі найбільшої озерної системи Фінляндії, озера Сайма, це друге за відвідуваністю місто в країні. Добродушні карели - одні з найдружніших народів у всій Фінляндії, які також дуже люблять музику, яку ви почуєте практично скрізь, куди б ви не пішли.

Велична фортеця міста з її музеями, магазинами, кафе та літнім театром запрошує вас поринути у сучасне карельське мистецтво. Міський театр розташований у самому центрі торгового центру IsoKristiina, неподалік ресторанів, магазинів та готелів. Щороку в Лаппеенранті проводяться сотні різноманітних заходів, фестивалів, концертів, спортивних змагань, що проходять від центру міста до берегів озера Сайма.

У місті знаходиться безліч музеїв, які варто відвідати, у тому числі Художній музей Лаппеенранти, Музей кавалерії в найстарішій будівлі міста, Будинок-музей Волкова і Музей Південної Карелії.

Більшість з них розташовані у фортеці міста та поблизу неї, однією з найбільш відвідуваних визначних пам'яток Фінляндії. Цей історичний район є першим поселенням у регіоні, яке починалося як середньовічний центр торгівлі під час шведського правління в 1649 році. Тут також знаходиться найстаріша православна церква Фінляндії, збудована у 1785 році. З таким багатим поєднанням історичних пам'яток з чудовими краєвидами, та чудовими ремісничими магазинами та майстернями, а також музеями, ставати ясно, як фортеця Лаппеенранта стала одним із найвідвідуваніших та найпопулярніших місць у всій Фінляндії.

Місто також відоме своїм замком з піску, найбільшим у Фінляндії та чудовою знахідкою для сімей з дітьми. Щоліта художники збираються на північному краю гавані, щоб побудувати замок, що постійно збільшується, з

піску (використовуючи понад 2 мільйони кілограмів піску), щороку на нову тематику. Чарівна гавань та парк відпочинку Myllysaari пропонують численні заходи для всієї родини. Гості можуть викупатися на пляжі Мюллюсаарі або провести час і відпочити в Halkosaari у центрі гавані. Влітку на ринку гості також зможуть скуштувати фірмові м'ясні пироги місцевої кухні «Atomi» та «Vety», послухати живу музику та помилуватися краєвидами озера Сайма. Більшість визначних пам'яток та послуг Лаппеенранти безкоштовні та розташовані близько один до одного. Вуличний поїзд пропонує зручний та захоплюючий спосіб подорожувати з одного пункту призначення до іншого. З Піщаного замку ви можете відправитися в поїздку містом поїздом, взяти напрокат каное, байдарки, дошки для SUP-серфінгу або велосипеди і почати знайомство з регіоном озера Сайма. З порту Лаппеенранта ви можете вирушити на архіпелаг та історичний Сайменський канал.

Взимку ви можете прогулятися, покататися на лижах або ковзанах по замерзлому озеру та відвідати один з об'єктів геопарку Сайми, внесений до списку Світової спадщини ЮНЕСКО, — острів Кархусаарі поряд із гаванню.

Лаппеенранта пропонує своїм відвідувачам широкий вибір розваг, незалежно від того, чи воліють вони пригоди на природі чи відпочивати на березі озера, насолоджуючись тишею та спокоєм.

3.3 Розрахунок вартості туру

Розрахунок вартості туру проводився на 1 особу, результати представлені в таблиці 3.1.

Таблиця 3.1

Розрахунок вартості туру

№	Вид витрат	Вартість на одну особу, грн.
1	Переліт з Кишиніва до Гельсінкі	14800
2	Переліт з Гельсінкі до Кишиніва	14400
3	Проживання в готелі 6 діб	19200
4	Екскурсійні трансфери протягом перебування	7400
5	Страховання	350
Всього:		56150

В розрахунку не враховані витрати на аренду спортивного споряддя, візії в спа центри, сауну та лижні скіпаси, катання на каяках, рафтінг та ін..

3.4. Пропозиції по просування спортивного туру до Фінляндії

Просування туру - це важливий аспект успішного туристичного бізнесу.

Для успішного просування туру перш за все фахівці рекомендують створити привабливу веб-сторінку.

Необхідно розробити інформаційний та естетично привабливий веб сайт, який буде містити всю необхідну інформацію про місце, в яке планує

відправитись турист, слід звернути увагу на якісні фотографії, детальний опис маршруту включити відгуки попередніх туристів і контактні данні.

Слід оптимізувати веб сайт для пошукової системи, додати відповідні ключові слова та фрази, щоб сайт був більш видимим у пошукових системах.

Рекомендуємо розміщувати інформацію про тур на різних платформах, таких як форуми, блоги, соціальні мережі.

Онлайн-маркетинг: варто створити професійний веб-сайт для вашого спортивного туру, де можна розмістити детальну інформацію про програму, маршрути, види спорту та активності, вартість туру та контактну інформацію, оптимізувати його для пошукових систем, щоб люди могли легко знайти вашу пропозицію під час пошуку в Інтернеті.

Необхідно використовувати соціальні медіа для просування вашого туру. Створіть сторінку або профіль в соціальних медіа, таких як Facebook, Instagram, Twitter і LinkedIn, та регулярно публікуйте привабливі фото та відео з попередніх турів, поділіться історіями успіху учасників та надайте корисну інформацію про спорт та подорожі.

Варто створити відеоогляди спортивного туру, де можна показувати активності та види спорту, які будуть доступні учасникам. Використовуйте ці відео на веб-сайті, в соціальних медіа та на YouTube, щоб привернути увагу потенційних клієнтів.

Рекомендовано почати блог на веб сайті де можна опубліковувати цікаві статті, підбірки про спорт, фітнес, активний відпочинок та подорожі.

Дієвим буде залучення авторитетних гостей для написання гостьових постів та співпраця зі спортивними блогерами та інфлюенсерами для спільного створення контенту.

SEO оптимізація є також успішним інструментом, можна ввести дослідження ключових слів, пов'язаних зі спортом, подорожами та Фінляндією.

Висновки до розділу 3

В даному розділі було розроблено спортивний тур до Фінляндії, базуючись на попередніх дослідженнях, представлених у 1 та 2 розділах щодо потенціалу Фінляндії, як туристичної країни, видів спорту, які активно просуваються в країні, рівень туристичних послуг, які надаються в країні. Підібрано авіарейси щоб дістатись у м. Гельсінки, оскільки тур, що розробляється було орієнтовано на українського туриста, заплановано виліт з аеропорту м. Кишинів.

У розділі представлено розроблену програму туру, який розрахований на 7 днів і включає різні види спортивних активностей та ознайомлення з культурно-історичною складовою країни.

В розділі розраховано вартість туру на 1 особу яка становить 56150 грн.

ВИСНОВКИ

В результаті аналітичних досліджень було виявлено, що:

1. Фінляндія - країна з багатими природними ресурсами та сприятливими природними умовами для розвитку такої сфери економіки як туризм.
2. Серед найбільш важливих факторів можна виділити кліматичні особливості та культурні особливості фінської нації.
3. Завдяки ресурсам, які можна використати для розвитку міжнародного туризму у Фінляндії розвиваються гірсько-лижний туризм, “телемарк” і сноубординг, сафарі на мотосанях, на оленячих і собачих упряжках, підлідна рибалка, купання в ополонці, катання на ковзанах.
4. Встановлено, що внаслідок поєднання ресурсів та розвитку інфраструктури в країні сформувалися туристичні ареали, найбільшими з яких є: насамперед столиця країни - Хельсінки, а, також, Котку, Туркові, Куопіо, Лапландія.
5. Досліджено, що найвідомішими міжнародними туристичними центрами, які спеціалізуються на розвитку гірсько-лижного виду спорту є: Рука, Льові, Юллас, Тахко, Хімос.
6. В роботі Розроблено 7 денний спортивний тур до Фінляндії:
 1. Розроблено схему маршруту, підібрано авіаквитки
 2. Розроблено програму перебування туристів у спортивному турі, підібрано готель, основні курорти для відвідування, надано рекомендації для видів спорту, які запропоновано туристам
 3. Розраховано вартість туру на одну особу, яка становить 56150 грн, без урахування аренди спортивного спорядження.
 4. Надано пропозиції щодо просування запропонованого спортивного туру

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

- 1.. Давыденко И.В. Доминанты рынка событийного туризма // Перспективы развития науки в современном мире: материалы междун. научно-практич. конф. Краков, 2012. С.97-103.
- 2.. Олійник В.В., Шикіна О.В. Сучасний стан та перспективи розвитку подієвого туризму на території України // Глобальні та національні проблеми економіки. 2016. Вип.14. С.460-463.
- 3.Туризм у Фінляндії URL:<https://pidru4niki.com/15660212/turizm/finlyandiya>
4. Безуглий В. В. Регіональна економічна і соціальна географія світу / В. В. Безуглий, С. В. Козинець. - К. : “Академія”, 2007. - 688 с.
5. Довгань Г. Д. Країнознавство / Г. Д. Довгань, А. Й. Сиротенко, О. Г. Стадник. - Х. : “Ранок”, 2007. - 480 с.
- 6.Фокін С. П. Спортивний туризм: навч.-метод. посіб. [для студ. вищ. навч. закл.] / С. П. Никифоров, — К. : Вид-во Нац. авіац. ун-ту «НАУ-друк», 2009. — 140 с.
7. Дехтяр В.Д. Основи оздоровчо-спортивного туризму: Навч. посіб. - К.: Науковий світ, 2003. - 203 с.
- 8.Кифяк В.О. Організація туристичної діяльності в Україні. — Чернівці: Зелена Буковина, 2003. — 312 с.
- 9.Король О. Менеджмент туризму: навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. / Чернівецький національний ун-т ім. Юрія Федьковича. — Чернівці : Рута, 2008. — 240с.
- 10.Любіцева О.О. Ринок туристичних послуг (геопросторові аспекти). — К.: Альтерпрес, 2002. — 436 с.
- 11.Мальська М.П., Худо В.В., Цибух В.І. Основи туристичного бізнесу: Навчальний посібник. — Київ: Центр навчальної літератури, 2004. — 272 с.
- 12.Сокол Т.Г. Основи туристичної діяльності: Підручник / За заг. ред. В.Ф.Орлова. — К.: Грамота, 2006. — 264 с.

- 13.Цопа Н. Менеджмент міжнародного туризму: Дис... канд. екон. наук: 08.06.02 / Кримська академія природоохоронного і курортного будівництва. — Сімферополь, 2002. — 244арк.
- 14.Школа І.М. та ін. Менеджмент туристичної індустрії: Навчальний посібник. — Чернівці: ЧТЕІ КНЕУ, 2003. — 662 с.
- 15.Бабкин А.В. Спеціальні види туризму // [http: // tourlib.net/ bookstourism /babkin01.htm](http://tourlib.net/bookstourism/babkin01.htm)
16. Грабовський Ю.А., Скалій О.В., Скалій Т.В. Спортивний туризм: Навчальний посібник.. — Тернопіль: Навчальна книга — Богдан, 2009. — 304 с.
17. Явкін В. Проблеми географії та менеджменту туризму / Чернівецький національний ун-т ім. Юрія Федьковича. — Чернівці : Рута, 2006. — 260с.
- 18 Абрамов В. В. Спортивний туризм : Підручник. Харків: ХНАМГ, 2011. 367 с.
19. Булашев А. Я. Спортивный туризм: Учебник. Харьков: ХГАФК, 2004. 388 с.
20. Булашев А. Я. Спортивно-оздоровительный туризм. Учебное пособие. 2-е изд., испр. Харьков: ХГАФК, 2003. 192 с.
- 21.Колотуха О. В. Спортивний туризм в загальній структурі туризму: підходи до систематизації / О. В. Колотуха, А. Л. Шипко // Географія та туризм. - 2014. - Вип. 30. - С. 20-38. - Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/gt_2014_30_4
- 22.Фінляндія країна спортивних традицій. URL: <https://suomik.com/info/sport/4848-finlyandiya--strana-sportivnyx-tradiczij.html>
23. Зимовий спорт у Фінляндії URL:<https://suomik.com/info/sport/1857-zimnij-sport-v-finlyandii.html>
- 24.Незвичайні види спорту у Фінляндії URL: <https://suomik.com/info/sport/3013-neobychnye-vidy-sporta-v-finlyandii.html>
25. Фізкультура і спорт у Фінляндії URL:<https://suomik.com/info/sport/3012-fizkultura-i-sport-v-finlyandii.html>
26. Що представляє собою фінська хода URL:

<https://suomik.com/info/sport/3824-что-soboj-predstavlyaet-finskaya-xodba.html>

27. Лижний спорт у Фінляндії URL [URL:https://suomik.com/info/sport/2314-lyzhnyj-sport-v-finlyandii-.html](https://suomik.com/info/sport/2314-lyzhnyj-sport-v-finlyandii-.html)

28.: Ковзани і транспорт і спорт у Фінляндії URL: <https://suomik.com/info/sport/897-konki-i-transport-i-sport-v-finlyandii.html>

29. Спорт взимку у фінляндії URL: <https://suomik.com/info/sport/431-sport-zimoi-v-finlyandii.html>

30 Популярні курорти для лижників URL:<https://suomik.com/info/sport/1832-populyarnye-kurorty-dlya-lyzhnikov.html>

31.Гірсько-лижний курорт Леви
URL:<https://nordictravel.ua/ua/vdohnovlenie/gornolizhnie-kurorti/levi/laplandija-kurort-levi>

32. Natura Viva, спортивний центр в Гельсінкі

URL:<https://www.familywithkids.com/finland/ru/catalog/natura-viva-sportivnyy-centr-v-helsinki-arenda-baydarok-v-finlyandii>

<http://www.blog.suomi-holiday.com/15.php>

Додатки

Додаток А

Підбір квитків для перельоту у Фінляндію

09:50

30 черв, пт

Кишинів
Кишинів (KIV)



Турецькі авіалінії

1 година 35 хвилин

11:25

30 черв, пт

Стамбул
Аеропорт Стамбула (IST)

 Ручна поклажа включена

 Багаж включений

Ви зможете докупити багаж пізніше 

Інформація про рейс



Стамбул
Стикування

3ч 40мин

15:05

30 черв, пт

Стамбул
Аеропорт Стамбула (IST)



Турецькі авіалінії

3 години 45 хвилин

18:50

30 черв, пт

Гельсінкі
Гельсінкі (HEL)

 Ручна поклажа включена

 Багаж включений

Ви зможете докупити багаж пізніше 







27



Рейс TK1763



null – нульовий

Літак

✈ Airbus A321

≈ 3 років літаком

Пунктуальність



затримок до 45
хв



затримок понад
45 хв



вогонь

Крісла

СХЕМА



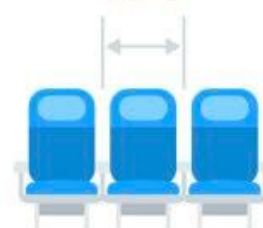
КРОК

середній



ШИРИНА

стандартна



Зручності на борту

- ✗ Wi-Fi (ні)
- ✗ Заряджання для гаджетів (ні)
- ✓ Мультимедіа (є)



Гельсінкі

07 липня, пт

всього в дорозі: 6ч 30хв

07:35

07 лип, пт

Гельсінкі
Гельсінкі (HEL)



Finnair

1 година 40 хвилин

08:15

07 лип, пт

Варшава
Варшава (WAW)



Ручна поклажа включена



Багаж включений

Ви зможете докупити багаж пізніше



Інформація про рейс



Варшава

Стикування

3ч

11:15

07 лип, пт

Варшава
Варшава (WAW)



ЛОТ

1 година 50 хвилин

14:05

07 лип, пт

Кишинів
Кишинів (KIV)



Ручна поклажа включена



Багаж включений

Рейс LO513



null – нульовий

Літак

✈ Embraer ERJ-195

≈ 6 років літаком

Пунктуальність



затримок до 45
хв



затримок понад
45 хв



вогонь

Крісла

СХЕМА



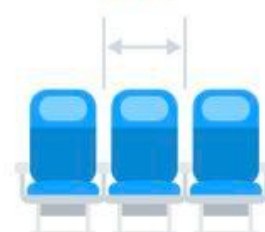
КРОК

середній



ШИРИНА

стандартна



Зручності на борту

- ✗ Wi-Fi (ні)
- ✗ Заряджання для гаджетів (ні)
- ✗ Мультимедіа (ні)
- ✗ Їжа безкоштовно (ні)

Додаток Б

Презентація

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА БАКАЛАВРА НА ТЕМУ:

«Розробка та просування спортивного туру в Фінляндію»

Виконавець роботи: Ковтун Л.
Керівник роботи: Меліх О.О.

Одеса ОНТУ 2023



Спортивний туризм є невід'ємною складовою загальнодержавної системи фізичної культури і спорту і спрямований на зміцнення здоров'я, розвиток фізичних, морально-вольових та інтелектуальних здібностей людини шляхом її залучення до участі у спортивних походах різної складності.

- **Метою роботи** є систематизація інформації про туристичний потенціал Фінляндії, аналіз актуальності організації спортивних турів, організація спортивного туру до Фінляндії.
- **Об'єкт дослідження** – туристичні ресурси Фінляндії.
- **Предмет дослідження** – спортивний туризм.



Офіційна назва - Республіка Фінляндія.
Столиця Гельсінкі (551 тис. осіб).
Площа 338 тис. км2. Населення 5,2 млн. осіб. Час рівний київському. Державні мови: фінська, шведська. Етнічний склад: фіни (93,4 %), шведи (5,7), естонці (0,2). Головні міста (тис. осіб): Гельсінкі - 650, Тампере - 200.



Офіційна назва - Республіка Фінляндія.
Столиця Гельсінкі (551 тис. осіб).

Площа 338 тис. км². Населення 5,2 млн. осіб. Час рівний київському. Державні мови: фінська, шведська. Етнічний склад: фіни (93,4 %), шведи (5,7), естонці (0,2). Головні міста (тис. осіб): Гельсінкі, Еспо - 225, Тампере - 200, Вантаа - 186, Турку - 176. Релігійна приналежність: протестанти-лютерани (84 %), православні. Грошова одиниця - євро.

Географічне положення:

Розміщена в Північній Європі між 60 і 70 паралеллю. Межує на заході зі Швецією (586 км), з Норвегією на півночі (729), на півдні і південному заході має вихід до Балтійського моря (1100). Більша частина країни вкрита лісами з невисокими пагорбами, має 187 тис. озер і 179 тис. островів.

У другому розділі проведено характеристику міжнародних видів спортивного туризму у Фінляндії.

- Основні види міжнародного туризму, які отримали розвиток у Фінляндії

- Основні туристичні ареали Фінляндії

- Місце туризму в сучасній економіці країни

- Незвичайні види спорту у Фінляндії

- Стан фізкультури та спорту у Фінляндії

Здійснено аналіз гірсько-лижних курортів Фінляндії





Внаслідок поєднання природних та історико-економічних особливостей у Фінляндії можна виділити наступні туристичні райони: Південну Фінляндію з центром в місті Хельсінкі; Західну Фінляндію з центром в стародавній столиці країни - Туркові; Центральну Фінляндію з крупними центрами Тампере і столицею зимового спорту Лахті. На території Східної Фінляндії розташований найбільший порт країни - Котка. Північ Фінляндії займає Лапландія з центром в місті Рованіємі, а також Аландські острови - держава в державі, жителі островів завжди славилися хорошими мореплавцями і рибакami.



Внаслідок поєднання ресурсів та розвитку інфраструктури в країні сформувалися туристичні ареали, найбільшими з яких є: насамперед столиця країни - Хельсінки, а також, Котку, Туркові, Куопіо, Лапландія. Найвідомішими міжнародними туристичними центрами, які спеціалізуються на розвитку гірськолижного виду спорту є: Рука, Льові, Юляс, Тахко, Хімос.

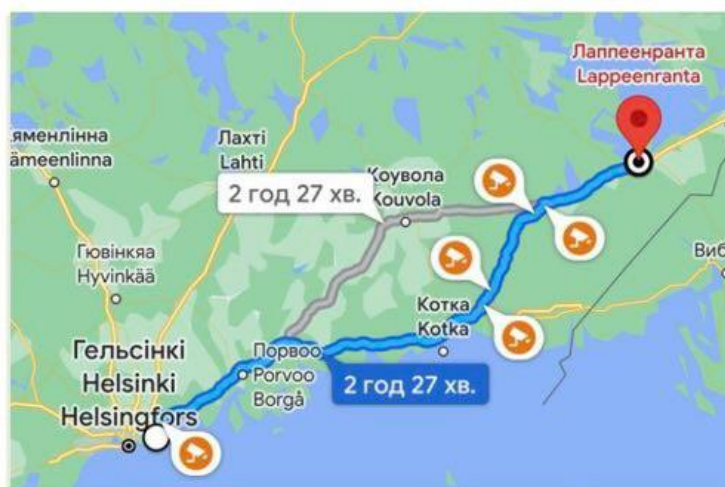
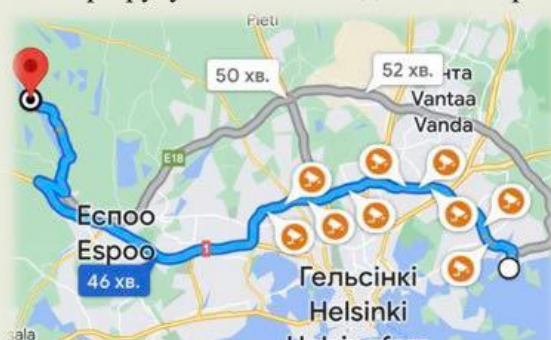
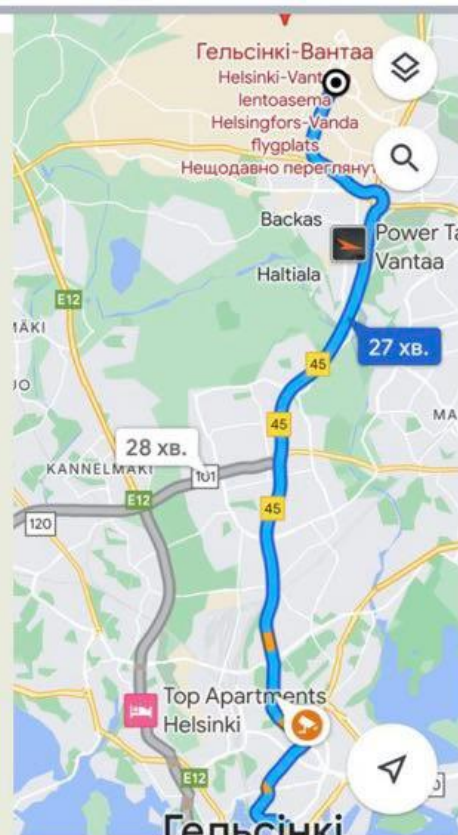


Схема маршруту з м. Гельсінкі до Лаппеенранта



Маршрут з м. Гельсінкі до Нукіо



Трансфер з м. Гельсінкі до аеропорту

Програма туру



• День 1

20.00 Прибуття до м. Гельсінкі
 20.15 Трансфер до спортивного центру Natura Viva,
 розміщення в Best Western Hotel Rantapuisto
 20.30 Велосипедна прогулянка по місцевості
 21.30 Вечеря

• День 2

07.00 Відвідування фітнес-центру, тренування
 08.00 Сніданок
 09.00 Велосипедна прогулянка по місту Гельсінкі
 по визначним місцям.
 10.30 Екскурсія до національного парку Нуксіо.
 Обід факультативно
 22.00 Повернення в готель, вечеря

• День 3

07.00 Відвідування фітнес-центру, ранкове тренування
 08.00 Сніданок
 10.00 Каякінг чи веслування по Фінській затоці на вибір, насолодження пейзажами та
 чистими водами (можлива аренда каяків, весел). Обід факультативно
 20.00 Вечірня сауна
 21.00 Вечеря. Вільний час



Програма туру



• День 4

07.00 Відвідування фітнес-центру, ранкове тренування
 08.00 Сніданок
 09.00 Переїзд до Ювяскюля. Обід факультативно
 21.00 повернення в готель, вечеря

• День 5

07.00 Відвідування фітнес-центру, ранкове тренування
 08.00 сніданок
 11.00 Гірськолижний вихід до Лаппеенранта. Обід факультативно
 21.00 Повернення в готель, вечеря. Вільний час

• День 6

07.00 Відвідування фітнес-центру
 08.00 сніданок
 09.00 Відвідування спа центру та сауни.
 Обід факультативно
 15.00 Скандинавська хода по місцевості
 19.00 Вечеря. Вільний час

• День 7

04.30 Виселення з готелю
 05.00 Тренсфер в аеропорт Гельсінкі
 Повернення в Україну



Розрахунок вартості туру



№	Вид витрат	Вартість на одну особу, грн.
1	Переліт з Кишиніва до Гельсінкі	14800
2	Переліт з Гельсінкі до Кишиніва	14400
3	Проживання в готелі 6 діб	19200
4	Екскурсійні трансфери протягом перебування	7400
5	Страховання	350
Всього:		56150

Пропозиції по просуванню спортивного туру до Фінляндії:

• Для успішного просування туру перш за все фахівці рекомендують створити привабливу веб-сторінку.

Необхідно розробити інформаційний та естетично привабливий веб сайт, який буде містити всю необхідну інформацію про місце, в яке планує відправитись турист, слід звернути увагу на якісні фотографії, детальний опис маршруту включити відгуки попередніх туристів і контактні данні.

Слід оптимізувати веб сайт для пошукової системи, додати відповідні ключові слова та фрази, щоб сайт був більш видимим у пошукових системах.

Рекомендуємо розміщувати інформацію про тур на різних платформах, таких як форуми, блоги, соціальні мережі.

- *Онлайн-маркетинг: варто створити професійний веб-сайт для вашого спортивного туру, щоб люди могли легко знайти вашу пропозицію під час пошуку в Інтернеті.*
- *Необхідно використовувати соціальні медіа для просування вашого туру. Створіть сторінку або профіль в соціальних медіа, таких як Facebook, Instagram, Twitter і LinkedIn, та регулярно публікуйте привабливі фото та відео з попередніх турів, поділіться історіями успіху учасників та надайте корисну інформацію про спорт та подорожі.*
- *Варто створити відеогляди спортивного туру, де можна показувати активності та види спорту, які будуть доступні учасникам.*
- *Рекомендовано почати блог на веб сайті де можна опубліковувати цікаві статті, підбірки про спорт, фітнес, активний відпочинок та подорожі.*
- *Дієвим буде залучення авторитетних гостей для написання гостьових постів та співпраця зі спортивними блогерами та інфлюенсерами для спільного створення контенту.*
- *SEO оптимізація є також успішним інструментом, можна ввести дослідження ключових слів, пов'язаних зі спортом, подорожами та Фінляндією.*



ВИСНОВКИ ТА РЕКОМЕНДАЦІЇ:



В результаті аналітичних досліджень було виявлено, що:

- Фінляндія - країна з багатими природними ресурсами та сприятливими природними умовами для розвитку такої сфери економіки як туризм.
- Серед найбільш важливих факторів можна виділити кліматичні особливості та культурні особливості фінської нації.
- Завдяки ресурсам, які можна використати для розвитку міжнародного туризму у Фінляндії розвиваються гірсько-лижний туризм, “телемарк” і сноубординг, сафарі на мотосанях, на оленячих і собачих упряжках, підлідна рибалка, купання в ополонці, катання на ковзанах.
- Встановлено, що внаслідок поєднання ресурсів та розвитку інфраструктури в країні сформувалися туристичні ареали, найбільшими з яких є: насамперед столиця країни - Хельсінкі, а, також, Котку, Туркові, Куопіо, Лапландія.
- Досліджено, що найвідомішими міжнародними туристичними центрами, які спеціалізуються на розвитку гірсько-лижного виду спорту є: Рука, Льові, Юллас, Тахко, Хімос.
- В роботі Розроблено 7 денний спортивний тур до Фінляндії:
- Розроблено схему маршруту, підібрано авіаквитки
- Розроблено програму перебування туристів у спортивному турі, підібрано готель, основні курорти для відвідування
- Розраховано вартість туру на одну особу, яка становить 56150 грн, без урахування аренди спортивного спорядження.

ДЯКУЮ ЗА УВАГУ!



Перевірка тексту на плагіат

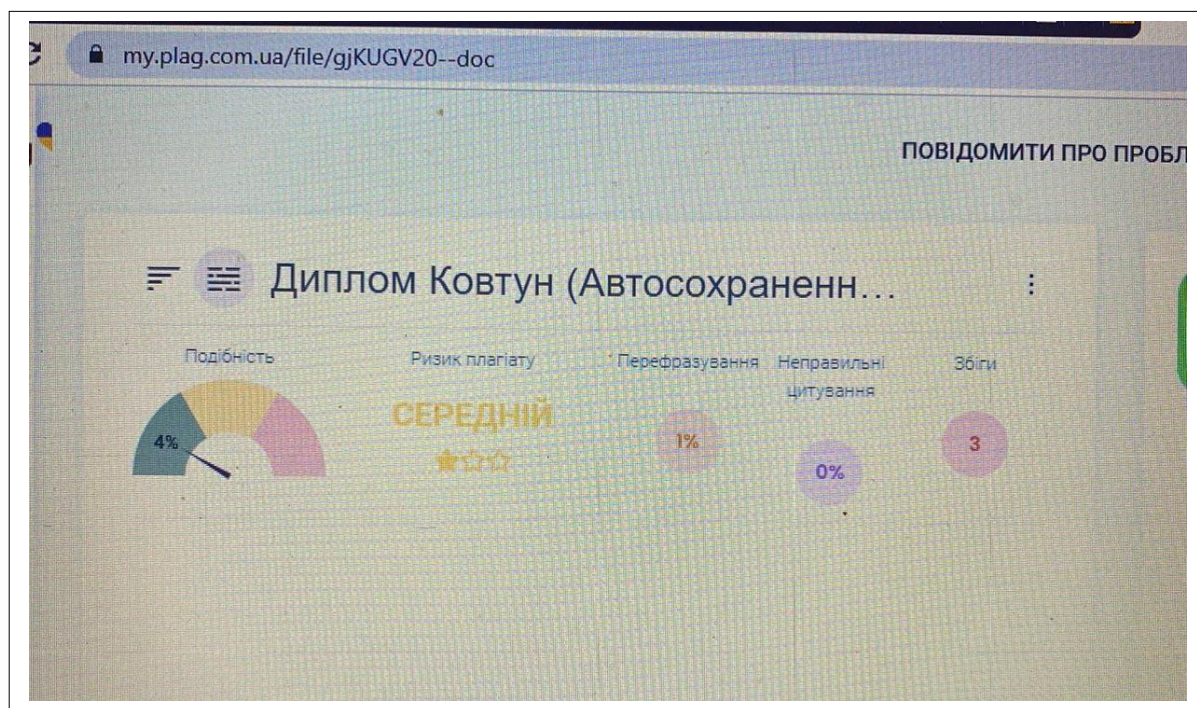
Кваліфікаційна робота бакалавра.

Тема: «Розробка та просування спортивного туру в Фінляндію»

Засіб перевірки: plag.com.ua

Унікальність по фразам > 30 %

Унікальність по словам >30 %



Керівник : _____ Олена МЕЛІХ
(підпис)

Здобувачка: _____ Лілія КОВТУН
(підпис)