**Зимние виды туризма**

Каждому человеку, независимо от возраста, нужен отдых. Пассивный или активный – дело вкуса и возможностей, как физических, так и финансовых. С разрешения доктора, большинство отдыхающих предпочитают именно активность. Как правило, высокая тенденция к выбору этого вида отдыха наблюдается у жителей мегаполисов, которые большую часть своей жизни проводят сидя, ссутулившись перед монитором компьютера. Умеренное занятие физическими нагрузками улучшают функционирование всех органов человека в целом, организм крепнет, мышцы получают должный тонус; человек наполняется положительными эмоциями, повышается настроение, бодрость и энергия, нужные каждому для активной жизнедеятельности.

Самым распространенным видом отдыха является туризм, прекрасный тем, что есть возможность кардинально изменить обстановку, сменить приевшиеся дома и лица на новые, интересные, неизведанные уголки чужих стран.

**Виды зимнего спортивного отдыха**

Наиболее популярными сегодня становятся активные зимние виды туризма:

* катание на санях,
* альпинизм,
* сноуборд,
* катание на снегоходах,
* горные лыжи
* зимний велотуризм.

Если альпинизм требует хорошей физической и технической подготовки, то сноуборд и горные лыжи доступны всем, вне зависимости от возраста и степени подготовки. К услугам желающих поучиться кататься представлена возможность приобрести уроки опытных инструкторов, помогающих освоить новичкам основы спуска в том, или ином виде спорта.

**География зимнего отдыха**

С первым снегом все турфирмы начинают активно предлагать курорты Украины, Италии, Франции, Болгарии, Швейцарии, Турции, Финляндии, Австрии. Выбор воистину велик и каждая страна по-своему гостеприимна. Для тех, кто в первый раз хочет попробовать освоить зимние виды туризма, стоит обратиться к туроператору туристической фирмы и получить полную квалифицированную информацию о ценах, пике сезона, уровню обслуживания и других нюансах.

На протяжении 4-6 месяцев зимнего сезона известные горнолыжные курорты готовы принять на отдых десятки тысяч отдыхающих. Они хорошо оборудованы всем необходимым для катания: горками различной сложности, горными и канатными дорогами, сноутюбинговыми лифтами, подъемниками и различным спортинвентарем. Профессионалы, как правило, едут в основном со своим снаряжением, а новички могут взять на лыжной базе все необходимое оборудование напрокат. Также, курорты имеют широкий выбор отелей, ресторанов, баров и культурно-развлекательных программ. Кроме активного отдыха туристы могут посетить различные экскурсии с обозрением необыкновенно прекрасных мест и достопримечательностей чужой страны, окунуться в другую культуру, приобрести памятные вещи.

**Популярность**

Сегодня катание на лыжах уже не считается элитным отдыхом, зимние виды туризма все больше увлекают как детей, так и взрослых, потому что имеют множество позитивных сторон. Укрепляется здоровье, улучшается настроение, так как человек дышит кристально чистым горным воздухом, активно движется. Расположение горных курортов в экологически чистых местах, среди хвойных лесов положительно влияет на самочувствие человека и общее состояние его организма, улучшая работу сердечно - сосудистой, дыхательной, нервной систем, укрепляя иммунитет. Особой популярностью зимние виды туризма пользуются у молодежи. Сегодня уже невозможно подсчитать точное количество влюбленных пар, которые впервые встретились на вершине заснеженной горы зимнего курорта.