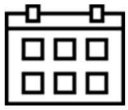
Школа альпинизма: начальный уровень

Общая информация со списоком одежды и личного снаряжения

— Крым — 20 000 руб  — 7 дней

Крым — один из самых доступных и разнообразных скальных районов с множеством интересных маршрутов как для скалолазания, так и для альпинизма. Явным плюсом полуострова является его расположение, сезон лазания здесь может начаться уже в марте и длиться до поздней осени. Помимо прочего многие скальные массивы находятся непосредственно на побережье Черного моря, что позволяет совмещать активный отдых с пляжным.

Наша обучающая программа начального уровня рассчитана на людей, которые только знакомятся с понятием «альпинизм». Поэтому этот курс отлично подойдет в качестве первого опыта в малых горах. Также занятия будут полезны тем, кто уже имел опыт снежно-ледовых восхождений, например, на Эльбрус или Казбек, но еще не так хорошо знаком с техническими аспектами альпинизма.

Классический альпинизм в современном понимании можно условно разделить на несколько видов: скальный альпинизм, высотный альпинизм (выше 6500 м), технический альпинизм (скально-ледовый, комбинированный рельефы) и big wall (маршрут по вертикальной стене большой протяженности). На наших занятиях участники освоят азы скального альпинизма и приобретут некоторые навыки скалолазания. Программа школы включает в себя: разбор альпинистского индивидуального и группового снаряжения, изучение базовых альпинистских узлов, работу со страховочным устройством и жумаром, лазание с верхней и нижней страховкой, подъем и спуск по закрепленной веревке, организацию простейших станций на шлямбурах и многое другое.

APEX
MOUNTAIN

197110, **Санкт-Петербург,**
ул. Глухая Зеленина 6А
с 10:00 до 21:00
8 (981) 788-16-15

День 1. Встреча участников школы
Встреча участников программы и инструктора на автовокзале города Судак. Участники могут выбрать любое удобное время прилета рейса в аэропорт города Симферополь, откуда на рейсовом автобусе или такси можно за 2 часа добраться до Судака. Вечером по желанию общий сбор всей группы, знакомство участников, прогулка и совместный ужин.

День 2. Вводная лекция и занятия на скалах
Утренний сбор всех участников на базе КСС, выход к скалам. Вводная лекция: основы безопасности в горах, разбор индивидуального и группового альпинистского снаряжения и принципы его работы, базовые узлы, постановка простейшей техники лазания по скалам, работа со страховочным устройством и веревкой, принципы организации верхней страховки, лазание с верхней страховкой. Перерыв на обед. Во второй половине дня — теоретическая часть о принципах организации и лазания с нижней страховкой, практические занятия на скалах, отработка узлов.

День 3. Отработка техники альпинистских скальных восхождений
В первой половине дня — теоретические и практические занятия: самостраховка, альпинистская техника подъема и спуска по веревке, приемы страховки, организация точек страховки, коммуникация участников связки на маршруте и т.п. Обед. Во второй половине дня — имитация скального восхождения, отработка алгоритма действий группы, отработка узлов. Отдых перед завтрашним восхождением.

День 4. Восхождение по маршруту 1Б-2А категории сложности
Ранний сбор группы на базе КСС, переход под гору Сокол. Восхождение по одному из маршрутов 1Б или 2А категории сложности по выбору инструктора. Спуск в город, обед, отдых. Во второй половине дня — разбор ошибок, устранение недочетов в технике, обсуждение прохождения завтрашнего маршрута.

День 5. Восхождение по маршруту 2А-2Б категории сложности
Ранний сбор группы на базе КСС, переход под гору Сокол. Восхождение по маршруту 2А или 2Б категории сложности. Спуск в город, обед, разбор ошибок. Вечером — праздничный совместный ужин, отдых.

День 6. Программа лазания по выбору группы
Скалолазание с верхней и нижней страховкой, прохождение мультипитча (многоверевочный скалолазный маршрут) или еще одно восхождение на гору Сокол по маршруту 2Б категории сложности. Вечерний разбор ошибок, отдых.

День 7. День отъезда
День отъезда участников школы. По желанию группы есть возможность продления программы обучения.

Даты школы:

11.04.2021 - 17.04.2021 01.05.2021 - 07.05.2021
09.05.2021 - 15.05.2021 23.05.2021 - 29.05.2021

В стоимость восхождения включено:

- ✔ Услуги инструктора по альпинизму на протяжении всего мероприятия. Один инструктор работает максимум с четырьмя участниками школы;
- ✔ Групповое снаряжение: медицинская аптечка, рации, веревки, закладные элементы, текстиль, оттяжки, снаряжение для спасательных работ и прочее;
- ✔ Специальное индивидуальное снаряжение для восхождений: страховочная система, карабины, усы самостраховки, жумар, спусковое устройство, каска (при наличии собственного снаряжения Вы получаете скидку 5%);
- ✔ Регистрация группы в Контрольно-спасательной службе Крыма;
- ✔ Помощь в поиске дешевых авиабилетов;
- ✔ Авторская футболка команды APEX-mountain;
- ✔ Клубная дисконтная карта для участия в последующих мероприятиях;
- ✔ Консультации по выбору индивидуального снаряжения и одежды для мероприятия.

В стоимость восхождения не включено:

- — Переезд/перелёт до Симферополя и обратно;
- — Трансфер до Судака и обратно;
- — Питание и проживание на протяжении всего мероприятия;
- — Страховка от несчастного случая.

APEX
MOUNTAIN

197110, **Санкт-Петербург,**
ул. Глухая Зеленина 6А
с 10:00 до 21:00
8 (981) 788-16-15

Школа альпинизма в Крыму проходит на берегу Черного моря в городе Судак. Наиболее удобным способом добраться до места проведения будет самолет до Симферополя и рейсовый регулярный транспорт до Судака. Прямые рейсы из крупных городов России в международный аэропорт Симферополя совершаются ежедневно. Также до Симферополя можно добраться на поезде из Москвы, Санкт-Петербурга, Ростова. Из аэропорта и от центрального вокзала Симферополя до автовокзала Судака ежечасно с 6 утра до 19 вечера курсируют автобусы, расстояние маршрута около 100 км, время в пути — около 2 часов. Советуем выбирать для прилета/приезда утреннее и обеденное время. Также можно воспользоваться услугами такси.

Встреча участников школы и инструктора происходит в первый день на автовокзале города Судак. Желательно прибытие до 20:00. В аэропорту и на вокзале Симферополя есть хороший wi-fi, также можно приобрести местную симкарту («Волна мобайл»). По возможности просим участников оповестить инструктора о предполагаемом времени прибытия в Судак.

После получения вашей заявки на участие в мероприятии, мы связываемся с вами в кратчайшие сроки, чтобы ответить на все интересующие вас вопросы и помочь определиться с восхождением. Как только вы приняли положительное решение, вам необходимо внести предоплату, чтобы забронировать место в группе. Сумма предоплаты составляет 30% от полной стоимости мероприятия. Здесь вы можете ознакомиться с возможными способами внесения предоплаты. Оставшаяся часть оплачивается вашему инструктору наличными по прибытию на место проведения мероприятия.

Судак считается одним из курортных городов Крыма, поэтому имеет довольно много вариантов для размещения туристов. Учитывая разные потребности участников, мы решили не включать проживание в стоимость программы. При общем желании группы жить вместе есть возможность аренды дома недалеко от скального массива. Одним из самых бюджетных вариантов будет размещение на туристической базе КСС (контрольно-спасательной службы). Есть возможность проживания в палатках под навесом и в трейлерах. На базе имеется общая кухня, горячий душ, туалет, wi-fi, небольшой скалодром для отработки альпинистских техник. Именно на этой базе будет происходить ежедневная встреча группы для выхода на скалы. Также рекомендуем выбирать данный район (р-н «Уютное») для самостоятельного проживания, так как это ближайший к скалам жилой район города.

Участие в обучающих программах нашей школы не требует серьезной физической подготовки и подходит всем здоровым людям без каких-либо серьезных хронических заболеваний. Для некоторых технических аспектов курса, таких как подъем с помощью зажима по перилам и передвижение по скалам, наличие хорошей физической формы будет плюсом, но также не является обязательным.

197110, **Санкт-Петербург**,
ул. Глухая Зеленина 6А
с 10:00 до 21:00
8 (981) 788-16-15

Одежда и обувь

- ❑ Обычные футболки
- ❑ Футболка с длинным рукавом
- ❑ Флисовая кофта
- ❑ Штормовая куртка или ветровка
- ❑ Удобные штаны или лосины
- ❑ Шорты или бриджи
- ❑ Панама или кепка
- ❑ Бафф
- ❑ Перчатки для работы с веревкой

В зависимости от сезона восхождения и погодных условий используются различные комбинации слоёв одежды.

- ❑ Кроссовки или скальные туфли
- ❑ Тапочки или сандалии

Личное туристическое и специальное снаряжение

- ❑ Рюкзак/баул/сумка для заезда в Судак
- ❑ Рюкзак на 20 - 30 литров для восхождений
- ❑ Налобный фонарь + запасные батарейки
- ❑ Солнцезащитные очки
- ❑ Страховочная система*
- ❑ Карабины (HMS)*
- ❑ Усы самостраховки*
- ❑ Каска*
- ❑ Жумар*
- ❑ Спусковое устройство*

* Аренда специального снаряжения входит в стоимость мероприятия

Сопутствующее

- ❑ Индивидуальная аптечка
- ❑ Солнцезащитный крем от SPF 30
- ❑ Гигиеническая помада
- ❑ Деньги, паспорт, билеты, телефон
- ❑ Несессер + полотенце
- ❑ Фото и видео оборудование
- ❑ .....
- ❑ .....
- ❑ .....
- ❑ .....
- ❑ .....
- ❑ .....

APEX
MOUNTAIN

197110, **Санкт-Петербург**,
ул. Глухая Зеленина 6А
с 10:00 до 21:00
8 (981) 788-16-15