

# Бэкантри фристайл школа в Красной Поляне



## Уровень подготовки

Хорошая физическая форма, уверенное катание на лыжах по всем видам трасс, опыт фрирайда, начальная фристайл подготовка

**от 45 000 руб.**

Ближайшая дата: **15 - 19 декабря**

**5 дней / 4 ночей**

Другие даты:

**22 - 26 декабря**

**2 - 6 января 2026**

**12 - 16 января 2026**

**19 - 23 января 2026**

**26 - 30 января 2026**

**2 - 6 февраля 2026**

**9 - 13 февраля 2026**

**16 - 20 февраля 2026**

**23 - 27 февраля 2026**

**2 - 6 марта 2026**

**9 - 13 марта 2026**

**16 - 20 марта 2026**

**23 - 27 марта 2026**

## Менеджер тура



**Кукушкина Антонина**

Мобильный: +7 925 000-40-50

E-mail: [a.kukushkina@alpindustria.ru](mailto:a.kukushkina@alpindustria.ru)

Красная Поляна богата на осадки и разнообразна на рельеф, который не оставит без внимания любителей попрыгать дропы, трёхи, а может даже и бэкфлипы. Весна - прекрасное время года, чтобы дружной компанией почитать на солнышке, потренироваться в сноупарке, а потом отправиться покорять большие горы. Приглашаем на курс по бэккантри фристайлу, где вы сможете проявить себя и стать смелее в исполнении самых заветных трюков. За 5 дней вы научитесь выбирать интересную и безопасную линию спуска во фрирайде, проезжать гребни, узкие кулуары и крутые склоны.

Курс рассчитан на уверенно катающихся лыжников, которые хотят повысить свой уровень и разнообразить линию спуска интересным рельефом.

## План путешествия



### День 1

Встреча с гидом, знакомство с группой, проверка снаряжения. Обсуждение учебного плана (желания и ожидания). Тестовый спуск, определение уровня подготовки. Теоретическая часть о технике катания на сложном рельефе (узкие места, гребни, дропы, крутые склоны). Корректировка техники катания.



### День 2

Если есть сноупарк в удовлетворительном состоянии, и позволяют погодные условия, то занятие проводится в нем. Изучаем технику прыжков и трюков, корректируем ошибки. Если парка нет, то проводим занятия на естественном рельефе (кочки, борта трасс, дропы). Учебная видеосъемка.



### День 3

Второй день в сноупарке. Освоение новых трюков для продвинутых райдеров (гребы, шифти, 180, 360 и т.п.). Катание на естественном рельефе. Выбор интересной и безопасной линии спуска. Тренировка прыжков на естественном рельефе.



### День 4

Сноупарк или естественный рельеф. Корректируем ошибки, увеличиваем сложность. По желанию участников строительство бэккантри трамплина. Прыжки с трамплина. Учебная видеосъемка.



Катаем на естественном рельефе, закрепляем полученные знания.  
Подведение итогов. Закрытие школы.

## **Программа тура**

10.00 - 12.00 занятия с инструктором по программе

12.00 - 13.00 обед

13.00 - 15.00 занятия с инструктором по программе

## **Нить маршрута**

Адлер - Красная Поляна - Адлер

## **В стоимость тура входит**

Работа инструктора в течение 5 дней

Учебная видеосъемка (проводится инструктором 1-2 раза за программу)

## **В стоимость тура не входит**

Ски-пасс на подъемники

Лавинное снаряжение на все дни катания (кроме сноупарка)

Страховка по экстремальным видам спорта

## **Необходимые документы**

Паспорт, страховка ОМС, страховка от НС

[Перейти в каталог](#)

## Горные лыжи

Горные лыжи для фрирайда/фристайла (длина лыж в диапазоне рост человека от -5 см до +15 см, ширина лыж в "тали" от 95 мм до 120 мм)

- Горнолыжные крепления
- Горнолыжные ботинки
- Палки
- Шлем
- Маска (2 шт, для хорошей и плохой погоды)
- Защита
- Лавинное снаряжение (датчик, лопата, щуп)

[Перейти в каталог](#)

## Одежда

Мембранная куртка

- Мембранные брюки
- Флисовая куртка
- Флисовые брюки
- Утепленная куртка: пуховка
- Термобелье
- Варежки
- Перчатки
- Носки
- Шапка
- Балаклава

[Перейти в каталог](#)

## Бивак

Крем солнцезащитный 50

- Рюкзак для катания (35-40 литров с креплениями для лыж и сноуборда)
- Лавинный рюкзак (по желанию)
- Термос
- Фонарь (запасные батарейки)
- Аптечка
- Часы