

Горная школа в альплагере Ала-Арча



Уровень подготовки

Хорошая физическая форма

от 61 631 руб. (650 USD)

Ближайшая дата: **30 апреля - 11 мая 2025**

12 дней / 11 ночей

Менеджер тура



Смирнова Евгения

Мобильный: +7 905 153-70-70

Альплагерь "Ала-Арча", расположен на высоте 2100 м и является идеальным местом для подготовки альпинистов. Именно здесь проложено около 150 альпинистских маршрутов разной категории сложности (от 1Б до 6Б).

Предлагаем присоединиться к учебным и тренировочным мероприятиям под руководством мастеров спорта международного класса и профессиональных инструкторов, таких как заслуженный мастер спорта Дмитрий Греков.

Учебно-тренировочные программы разработаны согласно регламенту, установленному Федерацией Альпинизма России.

В рамках программы предлагаются курсы для представителей всех уровней подготовки альпинистов как новичков, так и разрядников.

План путешествия



День 1

Трансфер Бишкек-Ала-Арча

Встреча по адресу ул. Ибраимова 113/2 в 9-00 утра. После оформления участников (оплата программы и предоставление страховых полисов), выезд в природный парк Ала Арча.

Заезд в альплагерь "Ала-Арча", размещение в комнатах по 2 чел. После обеда прогулка для акклиматизации, вечером брифинг на котором расскажут о порядке проведения сборов и требованиях к участникам.



День 2

Ала-Арча - стоянка Рацека

После завтрака подъем на хижину Рацека, расстояние от Ала Арчи до хижины на Рацека 6,4 км, набор высоты +1100 метров.

Завтрак в гостинице в Ала Арче, размещение и ужин в хижине на Рацека.

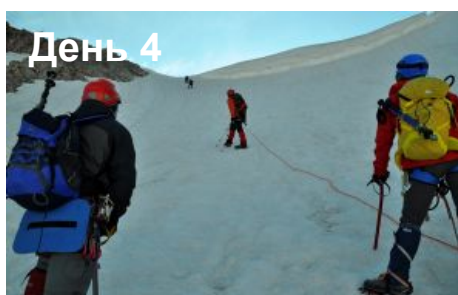


День 3

Начало тренировочных занятий

Активная фаза программы, учебные занятия чередуются с восхождениями на вершины, при идеальном раскладе можно совершить до 4х восхождений за смену.

Размещение и питание в хижине на Рацека.



День 4

Учебные занятия



День 5

Учебные занятия, восхождения на вершины

День 6



Учебные занятия, восхождения на вершины

День 7



Учебные занятия, восхождения на вершины

День 8



Учебные занятия, восхождения на вершины

День 9



Учебные занятия, восхождения на вершины

День 10



Учебные занятия, восхождения на вершины

День 11



Учебные занятия, восхождения на вершины

День 12

Спуск в альплагерь, трансфер в Бишкек.

После завтрака в 9-00 спуск в альплагерь "Ала-Арча", где будет ждать транспорт на трансфер в Бишкек. После прибытия в офис (ориентировочно в 13-00), оформление спортивных документов.

Программа тура

1. Теоретические сведения:

- 1.1. Современное альпинистское снаряжение. – 2ч.
- 1.2. Формы горного рельефа. - 2ч.
- 1.3. Ориентирование в горах. – 2ч.
- 1.4. Заболевания в горах. Их профилактика - 2ч.
- 1.5. Узлы в альпинизме. - 2ч.
- 1.6. Работа с веревкой. Виды страховки. – 2ч.
- 1.7. Работа связки (группы). – 2ч.
- 1.8. Оказание первой доврачебной помощи. - 2ч.

2. Практические занятия:

- 2.1. Передвижение по травянистым и осыпным склонам. - 4ч.
- 2.2. Передвижение по снежным склонам. – 4ч.
- 2.3. Передвижение по скалам. – 4ч.
- 2.4. Передвижение по льду. – 4ч
- 2.5. Организация бивуака. – 2ч.
- 2.6. Транспортировка пострадавшего подручными средствами. – 4ч.
- 2.7. Передвижение по скалам (связки). - 4ч.
- 2.8. Передвижение по льду (связки). – 4ч.

В стоимость тура не входит

Трансфер с аэропорта в г. Бишкек и обратно

Питание и проживание в г. Бишкек

Личное альпинистское снаряжение

Страховка на альпинизм

Проживание/отели

Гостевой дом Крокус.

Адрес отеля

Кыргызстан, 720051, Бишкек г., Комсомольская ул., 5

Описание отеля

Мини-отель: 6 номеров.

5 двухместных номеров и 1 трехместный (душ и туалет в каждом номере).

Стоимость 20 дол. США с чел.

Дополнительная информация

Стоимость трансферов

Аэропорт "Манас"— г. Бишкек (35 км):

на легковом автомобиле – 1-2 чел с грузом – 20 USD за машину в одну сторону

на минивэне – 3-5 чел с грузом – 35 USD за машину в одну сторону

на микроавтобусе – 6-12 чел с грузом - 45 USD за автобус в одну сторону

г.Бишкек - альплагерь Ала-Арча:

на легковом автомобиле – 1-2 чел с грузом – 45 USD за машину в одну сторону

на внедорожнике – 3-5 чел с грузом – 50 USD за машину в одну сторону

на микроавтобусе – 6-12 чел с грузом - 70 USD за машину в одну сторону

Нить маршрута

Бишкек-Ала-Арча-Бишкек

В стоимость тура входит

Транспорт Бишкек - Ала-Арча - Бишкек;

Учебная программа;

Организация горовосхождений (спасательный отряд, выпускающий, инструктора);

Оформление спортивных документов;

Проживание в комнатах в альплагере (по 2 чел в комнате) и в комнатах на хижине Рацека (по 10-15 чел);

Питание, в кафе в альплагере и на хижине Рацека (3-х разовое; в дни восхождений или дневных занятий выдается обед-перекус);

Экологические взносы;

Командное альпинистское снаряжение: веревки, скальные и ледовые крючья (всё снаряжение начального уровня).

Радиосвязь во время восхождений;

Аптечка и первая медицинская помощь.

Снаряжение

Личное снаряжение:

- 1) Рюкзак 60-90 литров - 1
- 2) Штурмовой рюкзак 20-50 литров (по желанию) - 1
- 3) Спальный мешок (температурный комфорт -15) - 1
- 4) Ботинки пластиковые - 1
- 5) Кошки - 1
- 6) Ледоруб - 1
- 7) Страховочная система - 1
- 8) Карабины -5 шт
- 9) Самостраховка - 1
- 10) Жумар - 1
- 11) Спусковое устройство - 1
- 12) Каска - 1
- 13) Реп шнур -5 метров (от 6 мм) - 1
- 14) Ледобуры -2шт (для 3 разряда) 18-20 см - 2
- 15) Фонарь налобный - 1
- 16) Термос - 1
- 17) Телескопические палочки - 1

Одежда

- 18) Пуховая или синтепоновая куртка - 1
- 19) Ветрозащитная куртка - 1
- 20) Полар - 1
- 21) Свитер/флис - 1
- 22) Термобелье - 1
- 23) Шапка - 1
- 24) Перчатки - 2 пары
- 25) Синтепоновые - 1 пара
- 26) Бахилы (фонарики) для ботинок - 1
- 27) Штаны теплые - 1
- 28) Виндстоперы - 1
- 29) Солнцезащитные очки - 1
- 30) Солнцезащитный крем - 1
- 31) Гигиеническая помада - 1
- 32) Предметы личной гигиены - 1
- 33) Личная аптечка - 1