

Программа Всероссийской юношеской альпинистской смены с образовательными программами гармоничного развития.

Альпинизм – это целый комплекс интересных практических занятий: трекинг, техника передвижения по любому горному рельефу, работа с верёвкой и знание морских узлов, скалолазание, восхождения.

Альпинизм считается интеллектуальным видом спорта, который в большей степени привлекает людей образованных, стремящихся к собственному совершенству через общение с природой и космосом.

Программы гармоничного развития – это физическая культура, эстетическое восприятие мира, проявление творческого начала, знания о природе и бережному к ней отношению, английский язык, искусство общения и программы тимбилдинга, приобщение к научной исследовательской деятельности.

Сроки и программа:

27 июня 07.30 – общий выезд из Томска до т/к «Манжерок», ужин, размещение.

27 июня 08.25 - прилёт в Горно-Алтайск (для добирающихся через Москву).

Переезд до т/к "Манжерок"(20 км), завтрак, размещение в палаточном кемпинге, отдых, обед. Сплав по реке Катунь - 3 часа. Баня, душ. Ужин.

28 июня 08.30 – завтрак,

09.30 – выезд на автобусе из т/к «Манжерок». Экскурсионная программа по Чуйскому тракту, входящих в пятёрку красивейших дорог мира.

17.00 – приезд и размещение в эко туркомплексе «Кочевник», отдых, ужин.

29 июня 06.00 – завтрак, выезд от т/к «Кочевник» в Актру на транспорте 4WD, типа ЗИЛ-вахта.

10.00 – приезд и размещение на территории Международной исследовательской станции «Актру» НИ ТГУ.

13.00 – обед.

14.00 – обзорная экскурсия по району, трекинг к леднику Малый Актру.

18.00 – душ, баня.

19.00 – ужин.

20.30 – организационное собрание, формирование учебных отделений.

30 июня 07.00 – зарядка.

08.00 – завтрак.

09.30 - вводный инструктаж по технике безопасности; работа в отделениях.

14.00-15.00 - обед

15.30-18.30 - знакомство с программами «Школа безопасности» РОССОЮЗСПАСа.

19.00-20.00 - ужин

20.30-22.00 – факультативы английского языка, актёрского мастерства, ораторского искусства.

1 июля 07.00 - утренняя гимнастика;;

08.00 - завтрак.

09.30-14.30 - Практические занятия по альпинизму:

- веревочная техника

- скалолазание

15.00-16.00 - обед

16.30-18.30 – образовательный семинар по личной гигиене, оказанию первой помощи и правильному питанию.

19.00-20.00 - ужин.

20.30-22.00 – вечерние факультативы.

2 июля 08.00-10.00 - зарядка, завтрак.

10.00 - трекинг к леднику Б. Актру до

оз. Голубое(2840),
19.00-20.00 - ужин.
20.30-22.00 – вечерние факультативы;
3 июля 08.00-10.00 - зарядка, завтрак.
Подготовка к восхождению на в."Купол трёх озёр"(3650 м) по маршруту 1 Б к/тр .
14.00-15.00 - обед
15.30-18.30 – образовательные семинары.
19.00-20.00 - ужин
20.30-22.00 – вечерние факультативы.
4 июля 07.00-08.00 - завтрак и выход на восхождение до Водопадного (3000 м).
Ледовые занятия. Установка бивуака. Ночёвка.
5 июля 08.00-09.00 - завтрак и выход для восхождения на вершину «Купол трёх озёр» по маршруту 1 Б к/тр (3650 м), спуск вниз.
16.30-19.00 - баня, душ.
19.00-20.00 - ужин
20.30-22.00 – вечерние факультативы.
6 июля 08.00-10.00 зарядка, завтрак.
10.30 - выход на занятия по альпинизму
15.00-16.00 - обед
16.30-18.30 – образовательные семинары.
19.00-20.00 - ужин
20.30-22.00 – вечерние факультативы.
7 июля 08.00-10.00 зарядка, завтрак.
10.30-14.30 - теоретические и практические занятия по альпинизму.
15.00-16.00 - обед
16.30-18.30 – образовательные семинары.
19.00-20.00 - ужин
20.30-22.00 – вечерние факультативы
8 июля 07.00-09.00 - зарядка, завтрак.
09.30 - 17.00 Восхождение на в. Учитель (3100 м)
17.00-19.00 - баня, душ.
19.00-20.00 - ужин
20.30-22.00 – вечерние факультативы.
9 июля 08.00-10.00 - зарядка, завтрак.
10.30-13.30 - занятия по альпинизму
14.00-15.00 - обед
15.30 -16.30 – образовательные семинары.
17.00-18.30 – проведение исследований с помощью приборной базы НИ ТГУ.
19.00-20.00 - ужин
20.30-22.00 – вечерние факультативы.
10 июля 08.00-09.30 зарядка, завтрак.
10.00 – выход для проведения занятий по скалолазанию и технике альпинизма.
Устройство бивуака. Ночёвка.
11 июля 06.00-07.00 завтрак.
07.00 – выход на восхождения на вершины «Юбилейная»(3400 м) 1Б к/тр и «Стажёров»(3586 м) 2А к/тр.
Спуск на станцию «Актру».
Баня, Ужин.
12 июля 08.00-09.30 зарядка, завтрак.
10.00 – 18.00 контрольные тесты по программам «Юный исследователь», «Юный спасатель», «Английский язык».
19.00-20.00 ужин.

20.30-22.30 – подведение итогов Школы, вручение сертификатов и удостоверений «Альпинист России». Концерт участников Школы.

13 июля 08.00-09.00 завтрак и трансфер до т/к "Манжерок. Ужин, ночёвка в палаточном кемпинге.

14 июля 09.35 - перелет Горно-Алтайск- Москва (для выезжающих через Москву).

14 июля – приезд в Томск.