

## Альплагерь "Безенги". Учебно-тренировочные сборы.



Альплагерь "Безенги". ФАиСЗ - Запорожская федерация альпинизма и скалолазания совместно с школой альпинизма «Mont-Blanc» проводит ежегодные учебно-тренировочные сборы по альпинизму на Кавказе.

**Цель** выполнение нормативов на 3-2(й) разряд в альплагере «Безенги».

Отделения НТ - начальная подготовка, СТ - спортивная подготовка

Альпсборы это Ваш шанс попасть в Мекку альпинизма летом этого года. Виды на Безенгийскую стену и Северный массив, где расположены шесть из восьми Кавказских пятидесятитысячников никого не оставят равнодушными.

Требования к участникам НТ-2 значок «Альпинист». Если у Вас нет значка тогда Вам [сюда](#).

Требования к участникам СТ-1 - наличие книжки альпиниста с закрытым третьим разрядом.

В программе подготовки скальные, снежные, ледовые занятия и зачетные восхождения на вершины района. С вами будут работать инструкторы, имеющие многолетнюю практику. Наличие рядом с лагерем скальной лаборатории дает возможность построить учебный процесс с максимальной эффективностью, прокатного фонда снаряжения существенно упрощает экипировку участников. Без ложной скромности можно сказать: альплагерь «Безенги» является лучшим на Кавказе, а район самым суровым, его еще называют маленький Непал».

### О районе:

Вот как о районе пишет Сергей Шибаяев в журнале ЭКС: «Есть горы уютные и «домашние». Есть горы, которые вызывают восторг. Есть горы, от которых по спине бежит холодок. Есть горы страшные и гнетущие. Есть горы, от которых перехватывает дыхание. Именно таков Северный массив Безенги. Стена льда и скал. Стоишь перед этой громадой, и чувствуешь себя маленьким муравьем. А кто видел мир с высоты этой стены, тот испытал настоящее счастье. Высота этих гор - это не губительная высота гималайских восьмитысячников, где человек борется за выживание, это не «мягкие» высоты Дигории или Домбая. Здесь, на пятидесятичной высоте, есть некое неуловимое равновесие опасности и красоты. Северный массив - это гигантская подкова из девяти основных вершин, пять из которых превышают пятидесятичную отметку. С востока на запад протянулись: Коштантау, 5151м. - пик Тихонова, 4670м. - Крумкол, 4766м. - Вост. Мижирги 4927м. - Зап. Мижирги,



Украина г. Запорожье  
ул. Брюллова 17а  
<http://alp.zp.ua/>  
[riccoozp@gmail.com](mailto:riccoozp@gmail.com)  
+380 66 105 30 03  
+380 68 383 03 05

5025м. - пик. Боровикова, 4888м. - пик Пушкина, 510м. - Вост. Дых-тау 5180м. - Главная Дых-тау 5204м. Низшей точкой массива является Крумкольский провал 4250м.»

#### Организационные моменты:

- **Важно!** Необходимо оформить пропуск в погранзону, гражданам Украины за 60 дней, гражданам России за 30 дней. Вышлите заблаговременно копию главной страницы вашего паспорта, и мы закажем Вам пропуск.
- Страховка при выезде за рубеж на 30тыс евро, должна содержать пункт «занятие альпинизмом» (эвакуация вертолетом).
- Обязательно иметь с собой медицинскую справку с физдиспансера с допуском к занятию альпинизмом.
- Прибывшие раньше или уезжающие позже смогут заночевать в г. Нальчике по адресу ул. Чайковского 3.
- Успешно прошедшие курс, получают запись в книжке альпиниста о совершенных восхождениях и рекомендацию к дальнейшим восхождениям.

#### История поездок в а/б «Безенги»

очерки:<https://alp.zp.ua/blog/kavkaz/>

фото:<https://alp.zp.ua/ezhegodnyy-klubnyy-almanah/>

#### План работы для НП-2 (начальная подготовка 2-й уровень).

**День 1-й. Отъезд в альплагерь.** Сбор в г. Нальчик по адресу ул. Чайковского 3 до 14:00. По приезду в лагерь установка палаток, решение организационных вопросов, вечером собрание в учебном классе.

**День 2-й. Акклиматизационный выход.** Выход до ледника Мижирги. Занятия по оказанию первой помощи, транспортировке пострадавшего. После обеда отработка на спортивной площадке технических приемов. Вечером в учебном классе лекция по медицине.

**День 3-й. Скальные занятия.** Квалификация. Работа в двойках и отделением. Медосмотр. Подготовка к выходу. Оформление маршрутных листов.

**День 4-й. Выход в высокогорную зону.** После обед выход с лагеря, разбивка бивака под пиком Брно.

**День 5-й. Ледовые занятия.** На леднике Мижирги - передвижение в кошках траверс подъем спуск, работа с ледорубом и ледовыми крючьями.

**День 6-й. Восхождение на пик. Брно 1Б.** Возвращение в лагерь.

**День 7-й. Подготовка к выходу.** Оформление маршрутных листов, распределение снаряжения и продуктов.

**День 8-й. Выход в Теплый угол.** Время в пути 4-6 часов в зависимости от физической подготовленности. Перед подъемом на повороте у реки и у голубятни рекомендуется сделать длительный привал.



Украина г. Запорожье  
ул. Брюллова 17а  
<http://alp.zp.ua/>  
[riccoozp@gmail.com](mailto:riccoozp@gmail.com)  
+380 66 105 30 03  
+380 68 383 03 05

**День 9-й. Восхождение в. Гидан 2А.**

**День 10-й. Восхождение на в. Укю 2А.** На спуске проведение снежных занятий на склонах под перевалом Думала.

**День 11-й. Выходной день.** В этот день переносим бивак к нижней хижине.

**День 12-й. Восхождение в. Архимед 2Б.**

**День 13-й. Спуск в лагерь.** Оформление документов, сдача проката, праздничный ужин, сауна и все такое...

**День 14-й. Резервный день.** На случай непогоды и прочих непредвиденных ситуаций.

**День 15-й. Отъезд в г. Нальчик.** 9:00 приезд в офис на ул. Чайковского 3.

Хеппи енд., все свободны, дальше каждый по личному плану. Я советовал бы посетить горячие источники Аушигер, в 40-ка минутах езды маршруткой от города.

В продолжение программы мы также можем предложить Вам восхождение на г. Эльбрус 5642м. с юга или г. Казбек 5033м. в Грузии.

\* План работы не является окончательным и может корректироваться инструктором отделения в зависимости от объективных и субъективных факторов.

### План работы для СП-1 (спортивная подготовка)

**День 1-й. Отъезд в альплагерь.** Сбор в г. Нальчик по адресу ул. Чайковского 3 до 14:00. По приезду в лагерь установка палаток, решение организационных вопросов, вечером собрание в учебном классе.

**День 2-й. Акклиматизационный выход.** Выход до ледника Мижирги. Занятия по оказанию первой помощи, транспортировке пострадавшего. После обеда отработка на спортивной площадке технических приемов. Вечером в учебном классе лекция по медицине.

**День 3-й. Скальные занятия.** Квалификация. Работа в двойках и отделением. Медосмотр. Подготовка к выходу. Оформление маршрутных листов.

**День 4-й. Выход в высокогорную зону.** После обед выход с лагеря, разбивка бивака под пиком Брно.

**День 5-й. Ледовые занятия.** На леднике Мижирги - передвижение в кошках траверс подъем спуск, работа с ледорубом и ледовыми крючьями.

**День 6-й. Восхождение на пик. Брно 1Б.** Возвращение в лагерь.

**День 7-й. Подготовка к выходу.** Оформление маршрутных листов, распределение снаряжения и продуктов.

**День 8-й. Выход в Теплый угол.** Время в пути 4-6 часов в зависимости от физической подготовленности. Перед подъемом на повороте у реки и у голубятни рекомендуется сделать длительный привал.

**День 9-й. Восхождение в. Архимед 3А.**

**День 10-й. Снежные занятия.** Перенос бивака на перевал Думала.



Украина г. Запорожье  
ул. Брюллова 17а  
<http://alp.zp.ua/>  
[riccoozp@gmail.com](mailto:riccoozp@gmail.com)  
+380 66 105 30 03  
+380 68 383 03 05

**День 11-й. Восхождение в. Думала 3Б.**

**День 12-й. Восхождение на в. Урал 3Б.** Спуск в теплый угол.

**День 13-й. Спуск в лагерь.** Оформление документов, сдача проката, праздничный ужин, сауна и все такое...

**День 14-й. Резервный день.** На случай непогоды и прочих непредвиденных ситуаций.

**День 15-й. Отъезд в г. Нальчик.** 9:00 приезд в офис на ул. Чайковского 3.Хеппи енд., все свободны, дальше каждый по личному плану. Я советовал бы посетить горячие источники Аушигер, в 40-ка минутах езды маршруткой от города.

В продолжение программы мы также можем предложить Вам восхождение на г. Эльбрус 5642м. с юга или г. Казбек 5033м. в Грузии.

- План работы не является окончательным и может корректироваться инструктором отделения в зависимости от объективных и субъективных факторов.

Даты проведения	Цена	Состояние тура
04.08 - 18.08.19 15 дней	450\$	Идет набор группы

**В стоимость включено:**

- **Пропуск** в заповедник и погранзону.
- **Проезд** автобусом г. Нальчик - а/б Безенги - г. Нальчик.
- **Проживание** на территории лагеря в своей палатке, круглосуточный душ.
- **Питание** - завтрак, ужин, на обед перекус (готовим самостоятельно).
- **Общественное специальное снаряжением** (веревки, петли, закладные элементы, ледовые крючья и прочее).
- **Личное снаряжение** для отделения НТТ-2.
- **Бивачное снаряжение:** палатки, горелки, котелки для отделения НТТ-2.
- **Стационарная кухня на газу** в штабной палатке. Газ на выходы.
- **Услуги КСТП** (описания маршрутов, выпуск, рация на выходы).
- **Работа инструктора.**
- **Услуги врача** в лагере.



Украина г. Запорожье  
ул. Брюллова 17а  
<http://alp.zp.ua/>  
[riccoozp@gmail.com](mailto:riccoozp@gmail.com)  
+380 66 105 30 03  
+380 68 383 03 05

### **В стоимость не включено:**

- Проезд до г. Нальчик и обратно.
- Проживание в г. Нальчике.
- Личное снаряжение для отделения СТ. (Есть прокат).
- Бивачное снаряжение для СТ (Есть прокат).
- Для украинцев регистрация в ОВИР.
- Платные услуги в лагере – сауна, кафе, магазин, интернет.
- Книжка альпиниста.
- Страховка.

### **Порядок оплаты:**

При получении Вашей заявки мы свяжемся с Вами. После согласования всех деталей поездки Вам необходимо будет внести предоплату в размере 50% от стоимости для бронирования места в группе. Оставшаяся сумма оплачивается инструктору при встрече или по договоренности.

### **Способ оплаты на Ваш выбор:**

В Запорожье, при личном визите в клуб.

В Украине, перевод на банковскую карточку в гривне по курсу продажи валюты Приват Банком на дату оплаты.

На Украину, международный перевод типа **Western Union**.

### **Возврат предоплаты:**

- В случае раннего отказа от участия в мероприятии удерживается 10% от суммы предоплаты из-за расходов, связанных с бронированием и подготовкой, оставшаяся сумма подлежит возврату.
- В случае отказа позже, чем 14 дней до начала мероприятия, удерживается вся сумма предоплаты, но вы сможете использовать ее для участия в любых наших мероприятиях в будущих периодах за вычетом 10%.
- В случае досрочного отъезда с альплагеря возвращается только стоимость проживания.

### **Скидки:**

Ранее бронирование:

при оплате до 01 января 2019г. скидка 10%.

при оплате до 01 мая 2019г. 5%.



Украина г. Запорожье  
ул. Брюллова 17а  
<http://alp.zp.ua/>  
[riccoozp@gmail.com](mailto:riccoozp@gmail.com)  
+380 66 105 30 03  
+380 68 383 03 05



## Рекомендованный список экипировки для поездки в Безенги.

**Обувь:** Сандалии (повседневные) + тапочки (для душа)

Кроссовки или легкие ботинки для трекинга

Альпинистские ботинки на восхождения + гамаши

**Одежда на ноги:** Носки трекинговые (для ходьбы 2-3 пары) + носки утепленные (для сна)

Кальсоны + трусы (термобелье для мультиспорта)

Ветрозащитные штаны

Бриджи

**Одежда на тушку:** Кофта (термобелье для мультиспорта)

Футболки + рубашка х/б Кофта (флис)+ куртка (полартек)

Куртка ветрозащитная + рекомендовано пуховая куртка или жилет

**На голову:** Балаклава

Баф + шапочка (материал флис или винндстопер)

**На руки:** Перчатки тонкие для ходьбы с палками и для работы с веревкой

Рукавицы ветронепродуваемые утепленные (можно горнолыжные перчатки)

### Специальное снаряжение:

Беседка, стропа (L 2.4м.), репшнур (L 1.5м.), 3 карабина, 8-ка, жумар, каска, кошки, ледоруб  
\*(Предлагаем в прокат, цена комп. 50 евро).

Рюкзак для заезда 75-90 лтр. + рюкзачок повседневный 25-35 лтр.

Спальник комфорт 0 C + коврик

Фонарь налобный + 2 комплекта батареек

Очки солнцезащитные фактор 4 + горнолыжная маска

Палки трекинговые

**Прочее:** Паспорт, страховка, деньги (кредитные карточки и наличные)

Телефон с зарядкой и Power Bank ( по желанию фото и видео)

Аптечка (индивидуальные препараты).

Крем защита от ультрафиолета с фактором не менее 50

КЛМН (кружка, ложка, миска, нож), термос 1лтр.

Туалетные принадлежности...

- Желательно заблаговременно предъявить снаряжение гида (инструктору) на предмет его годности для использования при восхождении
- Рекомендуем прочесть **12 советов** для желающих подняться на пятитысячник



Украина г. Запорожье  
ул. Брюллова 17а  
<http://alp.zp.ua/>  
[riccoozp@gmail.com](mailto:riccoozp@gmail.com)  
+380 66 105 30 03  
+380 68 383 03 05