**Альплагерь NewАла-Арча 2015**

В рамках развития альпинизма, как массового вида спорта, а также для привлечения спортсменов из стран бывшего Советского Союза в Кыргызскую Республику, Федерация Альпинизма и Скалолазания г. Бишкек проводит Альпинистское учебно-тренировочное мероприятие «New Ала-Арча» в районе ущелья Ала-Арча (Кыргызский хребет) под руководством Заслуженного мастера спорта Грекова Д.М. Данное мероприятие уже зарегистрировано в Федерации Альпинизма и скалолазания РФ, и все сведения о восхождениях будут переданы в Москву.

Приглашаются альпинисты, желающие повысить свою квалификацию, а так же начинающие любители горовосхождений.

**Сроки заездов смены NewАла-Арча**

**Зимние смены продолжительностью 12 дней**

C 3 по 14 января 2016 г.  495 $ USD

С 1 по 12 марта 2016 г. 495 $ USD

С 1 по 12 мая 2015 г. 495 $ USD

**Летние смены продолжительностью 21 день** (стоимость с чел. 750 $)

С 20 июня по 10 июля 2016 г.

С 14 июля по 3 августа 2016 г.

С 7 августа по 27 августа 2016 г.

С 31 августа по 20 сентября 2016 г.

**Летние смены продолжительностью 12 дней**(стоимость с чел. 450 $)

С 20 июня по 1 июля 2016 г.

С 14 июля по 25 июля 2016 г.

С 7 августа по 18 августа 2016 г.

С 31 августа по 11 сентября 2016 г.

**В программе:**

* учебно-тренировочные занятия
* восхождения на вершины Киргизского Ала-Тоо

**Программа этап: Начальная Подготовка**

1 день – *Утро:* Встреча у офиса «Ak-Sai Travel» по адресу ул. Ибраимова (бывшая Правда), д. 113/2 (напротив магазина "Народный") в 08-00 утра. Заезд в альплагерь «Ала-Арча», размещение в комнатах по 2-3 чел. Прогулка для акклиматизации.
               *Вечер:* Вводная лекция - Учебно-тренировочные альпинистские сборы.  Порядок   проведения, требования к участникам. Классификация альпинистских маршрутов. Спортивная  квалификация в альпинизме.

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.

3. Восхождения:
1Б к. тр. – 1.
2А к. тр. – 2.
2Б к. тр. – 1.

*Программа и тематика занятий в зависимости от разряда/квалификации спортсмена*

**Программаэтап: Спортивная подготовка**

**1 день –** Утро: Встреча у офиса «Ak-Sai Travel»  по адресу ул. С.Ибраимова (бывшая Правда), д. 113/2 (напротив магазина "Народный") в  08-00 утра. Заезд в альплагерь «Ала-Арча», размещение в комнатах по 2-3 чел. Прогулка для акклиматизации.
              Вечер: Вводная лекция - Учебно- тренировочные альпинистские сборы.   Порядок   проведения, требования к участникам.

**1. Теоретические сведения:**
1.1. Правила горовосхождений. - 2ч.
1.2. Тактика восхождений(тактический план). -2ч.
1.3. Альпинистские документы. – 2ч.
1.4. Радиосвязь в горах. – 2ч.

**2. Практические занятия:**
2.1. Спасение силами малой группы. – 4ч.
2.2. Передвижение по скалам. - 4ч.
2.3. Передвижение по льду. – 4ч.
2.4. Организация групповой  страховки (перила). – 4ч.
2.5. Организация бивуака на стене. – 4ч.

**3. Восхождения:**
2А к. тр. – 1.
3А к. тр. – 3.
3Б к. тр. – 2.
2Б к.тр. (самостоятельное) – 1.

**Стоимость путёвки на зимние смены продолжительностью 12 дней с одного человека - $ 495 USD**

**Стоимость путёвки на летние смены продолжительностью 12 дней с одного человека - $ 450 USD**

**Стоимость путёвки на летние смены продолжительностью 21 дней с одного человека- $ 750USD**

**В стоимость входит:**

* Транспорт Бишкек - Ала-Арча - Бишкек;
* Учебная программа;
* Организация горовосхождений (спасательный отряд, выпускающий, инструктора);
* Оформление спортивных документов;
* Проживание в комнатах в альплагере (по 2-3 чел в комнате) и в комнате вдомикеLightHouse (по 10-15 чел);
* Питание в кафе в альплагере вдомикеLightHouse(3-хразовое; в дни восхождений или дневных занятий выдается обед-перекус);
* Медицинская страховка;
* Экологические взносы;
* Командное альпинистское снаряжение: веревки, скальные и ледовые крючья(всё снаряжение начального уровня).
* Радиосвязь во время восхождений;
* Аптечка и первая медицинская помощь.

**В стоимость не входит:**

* Проезд от а/порт «Манас» до г. Бишкек и обратно
* Питание и проживание в г. Бишкек
* Личное альпинистское снаряжение
* Проживание и питание в гостинице Ала-Арча в дни вне смены

**Дополнительные услуги:**

* **Аэропорт – г. Бишкек (35 км):**
- на легковом автомобиле – 1-2 чел с грузом – **20 дол.**за машину в одну сторону
- на минивэне – 3-5 чел с грузом – **35 дол**. за машину в одну сторону
- на микроавтобусе – 6-12 чел с грузом - **45 дол**. за автобус в одну сторону
* **г. Бишкек - альплагерь Ала-Арча:**
- на легковом автомобиле – 1-2 чел с грузом – **35 дол.**за машину в одну сторону
- на минивэне – 3-5 чел с грузом – **50 дол.** за машину в одну сторону
- на микроавтобусе – 6-12 чел с грузом - **70 дол.** за машину в одну сторону
* **Аренда личного снаряжения:**
- спальные мешки (ArcticFox -25, RED FOX)- 3 **$** /сутки.
- карематы (пр-во Ижевск)- 1 **$** /сутки.
- ледорубы- **2 $** /сутки.
- кошки- **2 $** /сутки.
- горелки газовые- **2 $** /сутки.
- набор кастрюль- **2 $** /сутки.

- газовые баллончики KOVEA 230 гр**.**  - **9 $**

* **Стоимости размещения:**

-г.Бишкек «Крокус» - **20 $/чел с завтраком**

 -Гостиница «Ала-Арча» в нижнем лагере – **11 $ /двухместная комната**

 -Домик «LightHouse» на Рацека(размещение и 3-х раз питание) – **35 $/чел**

 - Размещение в палатке на Рацека с 3-х раз.питанием - **30 $/чел**

 - Размещение в палатке на Рацека без питания - **10 $/чел**

- 3-разовое питание в домике «LightHouse» (во время смены)**- 25 $/чел**

**Что необходимо иметь с собой для участия в программе NewАла-Арча:**

* Основной комплект одежды: пуховая куртка или с синтетическим утеплителем, костюм ветрозащитный (куртка и штаны), костюм из ткани типа Polartec, футболки -2-3 шт., нижнее термобелье, нижнее белье, , носки х\б – 4 пары, носки шерстяные - 2 пары, шапочка (шерстяная или из ткани Polartec), шерстяные/пуховые рукавицы + краги или рукавицы cсинтетичсеким утеплителем, фонарики для ботинок, балаклава (для зимних смен); пригодится: пуховый жилет
* Рюкзак (не менее 50 литров)
* Коврик полиуритановый
* Спальный мешок (пуховый или синтепоновый)
* Высотные горные пластиковые или кожаные ботинки
* Кошки альпинистские
* Ледоруб
* Карабины (5 шт.)
* Страховочная система (беседка) и самостраховка
* Жумар
* Спусковое устройство
* Каска
* 5 метров реп шнура 6мм
* Ледобуры (2 шт)
* Палочки-телескопы
* Кроссовки или треккинговые ботинки
* Солнцезащитные очки
* Фонарик налобный
* Солнцезащитный крем
* Гигиеническая губная помада
* Нож перочинный
* Полотенце, мыло, зубная щетка и паста
* Личная индивидуальная аптечка
* Термос для чая (0,5-1 л)

К участию в альпинистском учебно-тренировочном мероприятии «NewАла-Арча» принимаются юноши и девушки не моложе 18 лет.

Обязательно наличие медицинской справки установленного образца от спортивного диспансера или местной поликлиники своего города о том, что по состоянию здоровья участнику не противопоказано занятие альпинизмом.