

Курс по спортно и скално катерене - Варна пролет 2020 **Начално обучение**

...изживейте едно приключение сред природата



Спортен клуб "Чудните скали" организира новия си пролетен курс по спортно и скално

катерене към "Българската федерация по катерене и алпинизъм". Подходящ е за всички любители и начинаещи, обичащи заниманията на открито и спокойствието сред природата.

В програмата са включени часове теория в зала и практика, която ще се проведе на [изкуствената стена](#) в плувен комплекс "Юрий Гагарин" и на скали.

Стената за катерене е едно уникално съоръжение, комбинира възможностите да се практикуват най - различни стилове на катерене при максимална безопасност и отговаря на стандартите за сигурност. На стената се предоставя възможност за разнообразни тренировъчни програми, подбрани от професионални инструктори в зависимост от индивидуалните възможности.

Скалите, които ще се посетят, са най-разнообразни и максимално обезопасени. Намират се в околностите на [град Шумен](#) , [Разделна](#) , [Чудните скали](#) , [Русе](#) , [Велико Търново](#) и много други.

Курс по спортно и скално катерене Варна пролет 2020

Написано от Аспарух Вълчев

Понеделник, 02 Март 2020 08:00 - Последна промяна Сряда, 20 Май 2020 11:34

Освен катерене, са предвидени посещения на интересни пещери, ношувка на палатки и спални чували, истински приключения сред диви места, уникални природни и исторически забележителности.

Основни теми в курса са запознаване с екипировката, необходими възли, техники на осигуряване, катерене и спускане с въже, медицинска лекция. Опитен гид ще проведе лекция по планинарство, ориентиране и бивакуване. Ще се засегне тема за хармонията с природата и екология.

Но не всичко свършва дотук - за най - големите ентусиасти са предвидени покачващи **ад реналина** предизвикателства като нощно катерене, [махало](#), тролей.

Необходимата екипировка е осигурена от клуба. Успешно завършилите курса получават удостоверение от [БФКА](#).

Записване: до 10.04.2020 г., на място в залата, по мейл или телефон;

Курс по спортно и скално катерене Варна пролет 2020

Написано от Аспарух Вълчев

Понеделник, 02 Март 2020 08:00 - Последна промяна Сряда, 20 Май 2020 11:34

Начало: 03 април 2020 г. 19:30 ч. стена за катерене в ["Плувен комплекс "Юрий Гагарин"](#)

Период на провеждане: до края на месец май;

Инструктор: Аспарух Вълчев, сертифициран от [БФКА](#), удостоверение N 4718/20.12.2004 г.(с над 30 едени курса и множество обучения по катерене);

пров

Теоретични занимания: два пъти седмично от 19:30 ч. по около 1:30 ч. (съобразено с възможностите на участниците), бесплатно ползване на стената за катерене!

Практически занимания: един път седмично от 19:30 ч. на стена за катерене, събота/неделя/ - целодневно на скали, с възможност за нощувка на палатки/хижа;

Изисквания: застраховка, медицински преглед, спортен екип, навършени 16 години;

Курс по спортно и скално катерене Варна пролет 2020

Написано от Аспарух Вълчев

Понеделник, 02 Март 2020 08:00 - Последна промяна Сряда, 20 Май 2020 11:34

Контакти: 0888 888 006 Аспарух Вълчев; 0883 352 731 Георги Антонов;

e-mail: chudniteskali@abv.bg

Специални отстъпки за ученици, студенти и групи!

Възможност за провеждане на интензивен курс.

Основни акценти по време на курса:

- **Запознаване с видовете катерене и инвентара**
- **Възли**
- **Боравене с въжета и катерачен инвентар**
- **Осигуряване при различните форми на катерене**
- **Спускане по въже (рапел)**

- **Фактор на падане и сили**
- **Умения за катерене, катерене в свързка**
- **Основни техники на извличане на пострадал и самоизвличане**
- **Запознаване с качествата на екипировката, използвана в планината**
- **Опасности в планините**
- **Долекарска помощ в планината**
- **Ориентиране, работа с карта и компас, GPS**
- **Бивакуване**
- **Екология**

За въпроси и записване: 0888 888 006 Аспарух Вълчев; 0883 352 731 Георги Антонов

e-mail: chudniteskali@abv.bg