



Кавказ



Горная школа в Приэльбрусье

# Курсы подготовки к Эвересту, Денали, Антарктиде. С восхождением на Эльбрус.

Группа

**4 - 6**

Продолжительность

**Дней 8 / Ночей 7**

Цена

**150 100 руб**







## Маршрут

Москва - Минеральные Воды - Приэльбрусье - Минеральные Воды - Москва



## Аннотация

Восхождения на сложные и удаленные вершины требуют специальной технической подготовки.

Если вы планируете участие в экспедиции на ЭВЕРЕСТ, ДЕНАЛИ или ВИНСОН (Антарктида), прохождение данных курсов является ОБЯЗАТЕЛЬНЫМ.

Мы полностью иммитируем условия и этапы восхождения на Эверест, Денали, Винсон.

Курсы ведут гиды-инструктора многократные восходители на Эверест, Денали, Винсон, Южный и Северный Полюс.

Прошедшие курсы участники смогут самостоятельно предпринять попытку восхождения на все перечисленные вершины.

В ходе подготовки вы будете:

- разбивать бивуаки: устанавливать палатки, рыть снежные пещеры, строить снежные стены.
- пользоваться примусом и горелками, готовить еду в палатке, в пещере;
- подгонять личное снаряжение;
- организовывать страховку на различных рельефах;
- ходить в связках, продвигаться по перилам с использованием жумара, использовать спусковые устройства;
- передвигаться с санями в связках;
- преодолевать ледники с закрытыми трещинами в кошках или в снегоступах;
- организовывать спасение участника из трещины;
- оценивать лавинную опасность;

Blank page for notes or content.





## Программа



### День 1

#### ПРИЛЕТ И ПОДГОТОВКА

Прибытие в аэропорт Минеральных Вод.

Трансфер в учебно-тренировочный лагерь (отель); проверка снаряжения; аренда снаряжения; обсуждение учебных мероприятий программы. Ночь в учебно-тренировочном лагере (в отеле)



### День 2

#### ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ И ПРАКТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ

в учебном лагере в горных условиях.

Подгонка и укладка личного снаряжения и экипировки. Основы техники работы с веревкой в зависимости от рельефа; подготовка личного и

общественного снаряжения для практических занятий следующего дня. Ночь в учебно-тренировочном лагере (в отеле)



### День 3

**ПРАКТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ. БИВУАКА.**

Переезд на поляну Азау. Подъем канатной дорогой до станции "Кругозор". Пеший переход в связках и с саними и в снегоступах до места установки бивуака на леднике (перепад высоты 250-300 м); установка бивуака; построение снежных стенок; приготовление еды в экстремальных условиях. Ночь в палатке.



### День 4

**ПРАКТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ. ЛЕД.**

Ледово-снежные занятия на ледники; тренировочное спасение пострадавшего из трещины; организация перил; отработка подъема и спуска по закрепленной веревке на вертикальных участках; ледолазание. Ночь в палатке.



## День 5

**ПРАКТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ. СНЕГ.**

Подготовка снежной пещеры; лавинные занятия; организация страховки и станций на снегу. Ночь в палатке/пещер.



## День 6

Сворачивание лагеря; возвращение в снегоступах в связках с санями к канатной дороге. Подъем на приют (3800м)



## День 7

Попытка зимнего восхождения на вершину Эльбруса. Спуск вниз. Ночь в приюте.



## День 8

Спуск в отель. Трансфер в аэропорт; обратный вылет





## **Даты**

**2025:**

Март **27** - Апрель **03**



## **В стоимость тура входит**

- работа профессиональных гидов Клуба 7 Вершин
- проживание в учебно-тренировочном лагере, в приюте, в палатках, в снежной пещере.
- питание (3х разовое)
- все общественное снаряжение (веревки, ледобуры, карабины, палатки, кухня, сани, рации и т.д.)
- внутренние трансферы
- дневные перекусы на выходах
- помощь в организации проката личного снаряжения
- сертификат о прохождении Курсов от Клуба 7 вершин



## **Не входит в стоимость**

- авиаперелет Москва - Минеральные воды - Москва)
- аренда личного снаряжения





## Необходимые дополнения

Часть специального снаряжения можно арендовать на месте.

Список необходимого в прокат снаряжения надо предоставлять за 7 дней до начала программы.



## FAQ.

### Чаевые гидам и обслуживающему персоналу (важная информация!)

Вы доверяете гидам свою жизнь и здоровье, и самое главное, ваше время и деньги. А они берут на себя все эти заботы и ответственность за Вас и за успех мероприятия 24 часа в сутки на все время поездки.

Гиды и обслуживающий персонал в поездке ожидают от Вас чаевые в размере 10-20 долларов с каждого клиента за каждый день работы. Если Вам все понравилось, Вы совершенно довольны работой гидов, можете заплатить больше! Все чаевые можно отдать Главному гиду и он сам распределит их между всеми работниками.

### Необходимые документы

Паспорт гражданина России, полис обязательного медицинского страхования.

### Транспорт

Включены все трансферы по программе

### Условия проживания

Проживание в учебно-тренировочном лагере/отеле

Проживание в палатках

проживание в снежной пещере

Проживание в приюте

### Питание

Питание трехразовое.

В палатках участники группы готовят самостоятельно.

На выходах в горы предусмотрены ежедневные перекусы в обед.

### Обслуживающий персонал

С вами будут работать квалифицированные гиды Клуба 7 Вершин



### **Медицина и Страховка**

На выходах аптечка находится у гида. Необходимо иметь с собой специфические индивидуальные лекарства.

### **Требования по физической подготовке**

Средняя физическая подготовка.

### **Погода**

В долине зимой от -5 до -25 С.

На высоте 3800 метров в зимнее время от -5 до -30 С.

### **Предполагаемые дополнительные траты**

Прокат личного альпинистского снаряжения.

### **Связь, телефон, интернет**

Почти везде работает мобильная связь.

### **Возможность аренды личного снаряжения**

Личное снаряжение можно частично арендовать.





## **Список личного снаряжения (надо привезти с собой)**

### **Одежда**

Комбинезон пуховый (для восхождения на Эльбрус)  
Куртка пуховая на -30С и ниже  
Куртка утепленная на -10С  
Куртка штормовая с мембраной  
Куртка флисовая  
Брюки утепленные на -30С и ниже (для восхождения на Эльбрус)  
Брюки штормовые с мембраной  
Брюки флисовые  
Термобелье теплое  
Термобелье тонкое  
Носки для восхождений теплые 2-3 пар  
Гамаша  
Перчатки до -20С  
Перчатки до -10С  
Рукавицы до - 30С  
Шапка флисовая  
Балаклава и маска на лицо

### **Обувь**

Ботинки альпинистские двухслойные, до 7000м

### **Альпинизм**

Страховочная система (поясная беседка)  
Самостраховка с 2 карабинами  
Жумар  
Спусковое устройство (желательно восьмерка)  
Карабины с муфтой 5 шт (грушевидные HMS)  
Карабины без муфты (3 шт)  
Каска  
Кошки  
Ледоруб  
Палки телескопические  
Снегоступы (выдается)  
Снежная лопата (выдается)  
Батарейки  
Фонарь налобный  
Маска-очки горнолыжная



Очки альпинистские

### **Туризм и бивуак**

Рюкзак 55-65 литров

Спальный мешок на -40C extreme

Коврик плоский

Коврик надувной или самонадувающийся

Личная посуда (кружка, миска, ложка, нож)

Термос 1 л

Крем от загара (фактор 50)

Гигиеническая губная помада

Полотенце, мыло, зубная паста, щетка

Личная Аптечка

Влажные салфетки



## Связаться с менеджером



Написать в WhatsApp



Написать в Telegram

или по телефону

**+7 (495) 642-88-66**