

## Курс по спортно и скално катерене - Варна пролет 2016

### 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 2016

Написано от Аспарух Вълчев

Сряда, 02 Март 2016 16:12 - Последна промяна Вторник, 03 Октомври 2017 07:11

---

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 26 април 2016 г. на място в залата, по мейл или телефон;

## Курс по спортно и скално катерене Варна пролет 2016

Написано от Аспарух Вълчев

Сряда, 02 Март 2016 16:12 - Последна промяна Вторник, 03 Октомври 2017 07:11

---

**Начало:** 26 април 2016 г. 19:30 ч. Стена за катерене в " [Плувен комплекс "Юрий Гагарин"](#)

**Период на провеждане:** 1 месец, до края на месец май;

**Инструктор:** Аспарух Вълчев, сертифициран от [БФКА](#) , удостоверение N 4718/20.12.2004 г.(с над 27  
едени курса и множество обучения по катерене);

пров

**Теоретични занимания:** два пъти седмично от 19:30 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 ношувка на палатки/хижа;

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

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

**e-mail:** [chudniteskali@abv.bg](mailto: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](mailto:chudniteskali@abv.bg)