



КЛУБ ТУРИСТОВ «*ВЕСТРА*»

БУ 2023-2024



Начальник школы

Макаров Алексей



ОПЫТ:

6ГУ, 6ГР, 4ПУ, 4ВУ



О СЕБЕ:

1979 г.р.

В туризме с 2007 г.

В клубе с 2008 г.

КМС

Инструктор СТ

Спортивный судья СС2К

Член МКК СТК Вестра

Завуч школы

Макарова Мария



ОПЫТ:

5ГУ, 3ГР, 5ПУ



О СЕБЕ:

1981 г.р.

В туризме с 2007 г.

В клубе с 2008 г.

КМС

Инструктор СТ

Тренер по виду спорта, преподаватель





Завуч школы

Симакина Ольга



ОПЫТ:

Туристский: 4ГУ, 2ГР, 2ВУ

Высотный: Эльбрус, Казбек



О СЕБЕ:

1990 г.р.

В туризме с 2008 г.

В СТК «Вестра» с 2018 года

1 спортивный разряд

Инструктор спортивного туризма

Спортивно-туристский клуб *«ВЕСТРА»*

В настоящее время наш клуб один из крупнейших в Москве, и один из немногих, где регулярно проводятся школы туристской подготовки, учебно-тренировочные сборы, организуются клубные соревнования и открытый кросс-поход.

В 1980 году в Москве был создан «ЛЕРАКТ» или Ленинградский районный клуб туристов. В 1992 году клуб был реорганизован и переименован в Ветер Странствий или «ВЕСТРА».

В 2023г. Клуб получил юридический статус РОО и стал именоваться РОО СТК «Вестра»

Деятельность клуба

- Организация и проведение спортивных походов.



Деятельность клуба

- Подготовка туристских кадров – проведение школ НУ, БУ, СУ и методического блока (инструкторской подготовки).



Деятельность клуба

- Организация и проведение УТС (снежно-ледовых и скальных сборов).



Деятельность клуба

- Проведение клубных соревнований и мероприятий, а также участие в спортивных мероприятиях г. Москвы, МО и России.



Какие бывают школы?

Подготовка кадров в спортивном туризме по направлению Маршрут

Общая и специальная туристская подготовка



Школа горного туризма БУ-2023/24

- проводится на базе СТК «Вестра» при поддержке ФСТ-ОТМ с целью подготовки туристских кадров.

Как будет проходить #ВестраБУ:

1. Теоретические и практические занятия - с декабря по май;
2. Проведение учебно-тренировочных походов: июль;
3. Подготовка отчетов о походах, консультации к экзамену – сентябрь;
4. Осенний слет – начало октября;
5. Экзамен – октябрь- ноябрь;
7. Участие в кубке г. Москвы или кубке ФСТ-ОТМ.

Требования к подготовке слушателей

- быть старше 18 лет;
- иметь справку за поход 1 к.с.
- пройти школу НУ (желательно)
- не иметь медицинских противопоказаний для занятий горным спортивным туризмом;
- иметь физическую подготовку, достаточную для прохождения запланированного УТП;
- иметь достаточную теоретическую и практическую подготовку для прохождения УТП.

Оценка теоретической, практической и физической подготовки каждого слушателя производится по результатам промежуточных зачетов, сдачи нормативов, также прохождения слушателем проверок знаний на местности, а именно соревнований по ТГТ, КП и ПСР, организуемых СТК «Вестра»;

Правила Школы

Принимая решение о посещении занятий, слушатели соглашаются выполнять правила обучения в школе клуба в полном объеме.

Управление в туристских группах строится на принципах единоначалия.

Руководитель отделения на свое усмотрение формирует состав отделения и вправе исключить из своего отделения любого участника.

Участники обязаны выполнять распоряжения руководителя группы точно и в установленный руководителем срок.

Если участник по каким-то причинам не может выполнять распоряжения руководителя группы – он может перейти в другое отделение.

Участники должны:

1. Добросовестно посещать занятия школы.
2. Выполнять распоряжения руководителя группы.
3. Принимать участие в подготовке и организации УТП.
4. Обеспечить себя личным снаряжением.
5. Финансово участвовать в общешкольных расходах (взносы на соревнования, оплату используемого помещения, закупка общешкольного специального снаряжения для практических занятий и иных расходах).
6. Помогать в организации и проведении школьных и клубных мероприятий

**Положение о программе (школе) горного
спортивного туризма базового уровня, проводимой
РОО СТК «Вестра»**





СПОРТИВНО-ТУРИСТСКИЙ КЛУБ «ВЕСТРА»

БУ 2024

Руководители и инструкторы

Руководитель отделения

Медведев Сергей



ОПЫТ:

1ГРх2 (Архыз); 4ГУ (Кичик-Алай)
Высотный опыт 5642 м. (г. Эльбрус)



О СЕБЕ:

36 лет;
в Вестре с 2019г.;
За это время участвовал в нескольких
Зимних сборах,
взошёл на Эльбрус;
участвовал в крымских альп. сборах.
2 спортивный разряд





Кавказ, 2 к.с., июль



ЦЕЛИ:

Безопасно пройти интенсивный, насыщенный спортивный поход, с большим количеством красивых видов.



ИНТЕНСИВНОСТЬ:

Выше средней



ТРЕБОВАНИЯ:

- Готовность тратить собственное время на обучение и тренировки
- Хорошая физическая форма или приобретение ее в течение учебного года
- ЖЕЛАНИЕ создать дружелюбную атмосферу и быть полезным в группе
- Алкоголь и курение не приветствуются (алкоголь только по праздникам, курение в 50м. от лагеря на подветренной стороне).





Руководитель отделения

Баскаков Александр



ОПЫТ:

2 ГУ (Гвандра), 1 ГР (Архыз-Домбай), 2Б/ЗА - альпинизм (Безенги, Заилийский Алатау)



О СЕБЕ:

- 1981 г.р.
- Инженер-математик (МГИСиС) и режиссер кино и рекламы (MFS)
- Увлечения - мотоцикл, горные лыжи, роликовые коньки. Люблю готовить вкусную еду и играть на гитаре.

Кавказ, 2 к.с.

Июль



ЦЕЛИ:

Вместе с дружной и веселой командой пройти по Центральному Кавказу одним из маршрутов РГО (Русского горного общества) 1905 года и, возможно, снять об этом документальный фильм.



ИНТЕНСИВНОСТЬ:

Средняя

«Горы не стадион...», поэтому спортивные амбиции реализуем на тренировках, а в горах наслаждаемся приключением.





ТРЕБОВАНИЯ:

- Позитивный настрой.
- Участие в обязательных мероприятиях школы: ПСР, ТГТ, Кросс-Поход.
- Начальный уровень не важен, главное - регулярность тренировок, целеустремленность и настрой на работу - 2 занятия в неделю.
- Готовность поднять физическую форму, если потребуется. Помогу составить индивидуальный тренировочный план.

Руководитель отделения

Башкирова Ирина



ОПЫТ:

4ГУ, 1ГР, 2ПУ, 2ВУ, зимние сборы (Кавказ),
скальные сборы (Крым)

В туризме с 2019 года: Кавказ, Алтай



О СЕБЕ:

- Возраст 42 г, в клубе с 2019 г.,
- Работаю в ОАО РЖД.
- Люблю путешествовать, увлекаюсь бегом, велосипедом и разными активностями, и конечно же горные походы на первом месте.





Кавказ, 2.к.с.,

6-21 июля 2024



ЦЕЛИ:

По следам «Баксанской»..

Баксанская - песня военных альпинистов.

Пройти близким маршрутом, посмотреть на те самые вершины Донуг-орун, Малый и Большой Когутай, рядом с которыми проводилась разведка. Увидеть тот самый гребень, на котором была оставлена граната с запиской... А также полюбоваться красотами самого Эльбруса



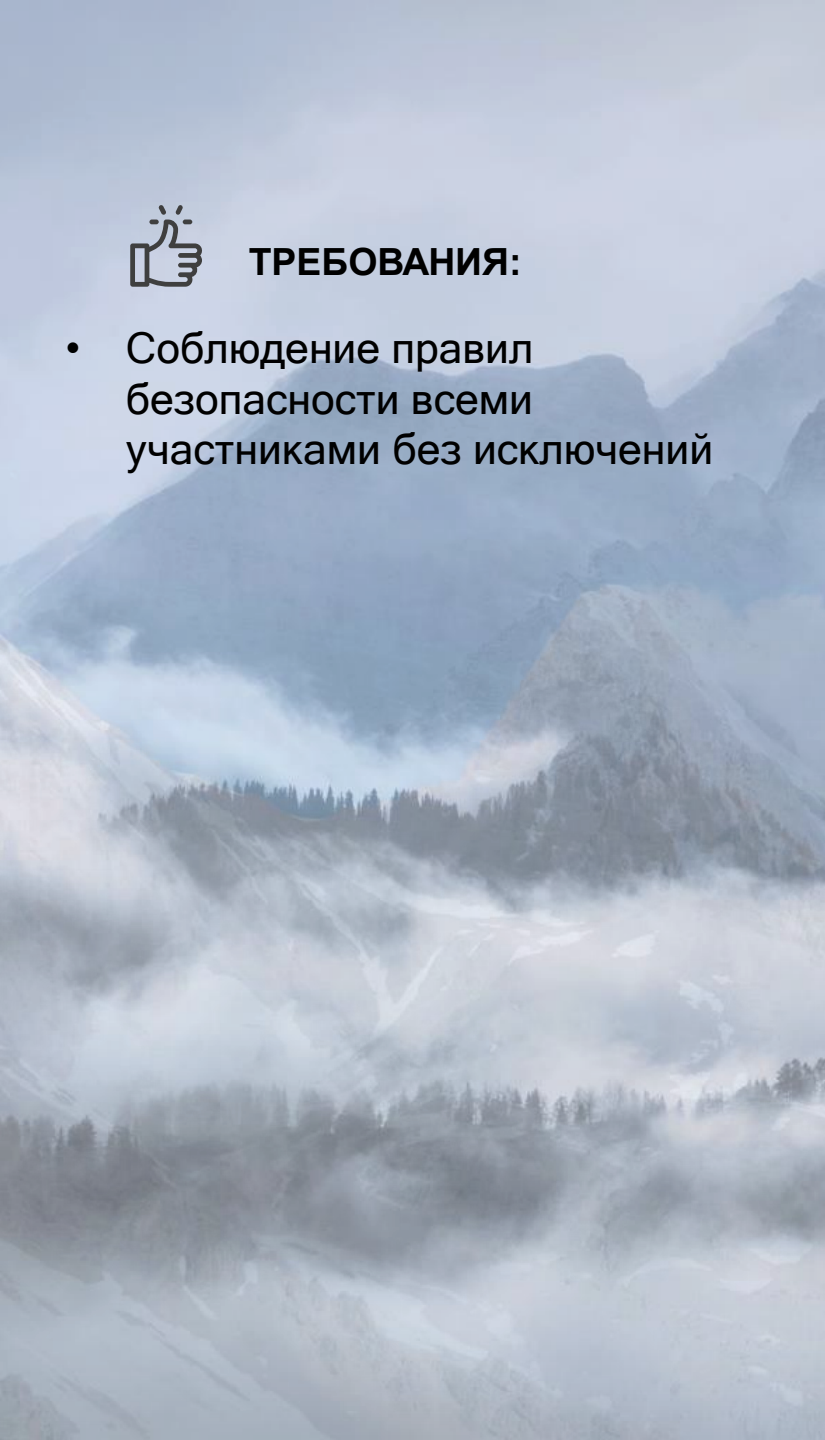
ИНТЕНСИВНОСТЬ:

Средняя+



ТРЕБОВАНИЯ:

- Соблюдение правил безопасности всеми участниками без исключений





Руководитель отделения

Зорина Ольга



ОПЫТ:

ЗГУ, 1ГР

Максимальный высотный опыт-
5642м (западная вершина
Эльбруса)



О СЕБЕ:

В Вестре с 2018года,
училась в школах НУ, БУ и СУ.
Увлекаюсь скалолазанием,
ПВД, вело, сноуборд.

Кавказ, 2к.с., начало июля.



ЦЕЛИ:

хорошо и интересно отдохнуть в компании единомышленников, полюбоваться красотами горных хребтов, посмотреть на водопады и горные озёра, набраться впечатлений, применить на практике знания и отработать на реальном рельефе навыки, полученные за время обучения в школе.



ИНТЕНСИВНОСТЬ:

Темп умеренный





ТРЕБОВАНИЯ:

- Желание и возможность учиться и тренироваться;
- Добросовестное выполнение обязанностей, взятых на себя в группе;
- Активное участие в подготовке к походу и тренировочным выходам;
- Вегетарианцам отдельной раскладки не будет.
- Внимание! Настоячиво прививаю интерес к скалолазанию.

Руководитель отделения

Ганин Максим



ОПЫТ:

4ГУ (Алтай), 1 с эл. 2кс
ГР (Алтай, Архыз).



О СЕБЕ:

33 года, педагог, научный
сотрудник, турист. В клубе
с 2016 года.





Приэльбрусье, 2 кс, июль.



ЦЕЛИ:

Пройти поход 2кс, получить опыт и незабываемые впечатления.



ИНТЕНСИВНОСТЬ:

Средняя, идём уверенно и бодро, но никуда не бежим. Красотами полюбоваться тоже нужно успеть.



ТРЕБОВАНИЯ:

- Отсутствие заболеваний, мешающих прохождению маршрута.
- Неплохая физическая форма.
- Отсутствие желания спорить с руководителем.

Желающим пойти со мной в поход стоит учесть следующее:

Курю, при этом стараюсь отходить от группы, но если посчитаю это не удобным в данный момент, делать этого не стану. Пью редко и не одобряю распитие на тренировках и в активной части похода. Не люблю проявление крайностей (воинствующих феминисток, религиозных и политических фанатиков, адептов ЗОЖ, навязчивых вегетарианцев и пр.).





Руководитель отделения

Шабалин Дмитрий



ОПЫТ:

6ГУ (Заалайский хребет),
6ГУ (Ц. Памир),
4ГР (Кичик-Алай+Заалайский хребет).



О СЕБЕ:

41 год, выпускник МГУ, программист, в настоящее время - в бессрочном отпуске.

В горы хожу с 2003 года. В этом году будет, в общей сложности, мое восьмое руководство. В целом человеколюбив, верю во все светлое и ненасильственные методы, но временами бываю жестким и требовательным.

Кавказ, 2 к.с., июль



ЦЕЛИ:

Создать дружную, эффективную и сильную команду



ИНТЕНСИВНОСТЬ:

Высокая





ТРЕБОВАНИЯ:

- Опыт участия походов 1 к.с.,
- Сдача нормативов не менее, чем на 4.
- Не пропускать занятия
- Вовремя делать домашние задания, сдавать зачеты и нормативы
- На тренировки и встречи приходить вовремя.
- Открытость и готовность взаимодействовать с другими членами группы.
- Не допускается: абьюз, деструктивное поведение, расизм, ненависть по национальному признаку, сексизм, милитаризм, открытая гомофобия, отрицание репрессий 30-40хх гг.

Руководитель отделения

Хачикян Ваган



ОПЫТ:

ЗГУ, 1ГР, 1ПР, 1ВУ, 1ЛУ,
Высотный - Эльбрус, Казбек
1 место 2022 Кубок Москвы 1ГР (Армения)
1 место 2022 Кубок ФСТР-ОТМ 1ГР (Архыз)



О СЕБЕ:

1974 года рождения, женат.
В клубе Вестра с 2019г





Фанские горы, 2 к.с., июль



ЦЕЛИ:

Дружной веселой командой
пройти насыщенный спортивный
поход, получить высокую оценку
на Кубке Москвы.



ИНТЕНСИВНОСТЬ:

Выше средней



ТРЕБОВАНИЯ:

- Спортивный настрой
- Хорошая физическая форма. (всех проверю на горочках:). И/или готовность подтянуть форму.
- Целеустремленность
- Готовность жертвовать комфортом
- Неконфликтность, позитивный настрой
- Принимать активное участие в деятельности группы, соревнованиях, подготовке, проведении и защите похода
- Посещать все занятия школы
- Посещать факультативные занятия по физ-подготовке и технике горного туризма (скалодром)
- Готовность к неблагоприятным погодным условиям
- Курение и веганство - если это не мешает другим



Сколько денег придется потратить?

Школьные **взносы** 1500 руб/месяц, 8 месяцев (с декабря по июнь + октябрь). Итого 12000 руб.

- Декабрь – 3000руб. (еще за июнь)
- Январь – 1500 руб.
- Февраль – 3000 руб. (еще за октябрь)
- Март – 1500 руб.
- Апрель – 1500 руб.
- Май – 1500 руб.

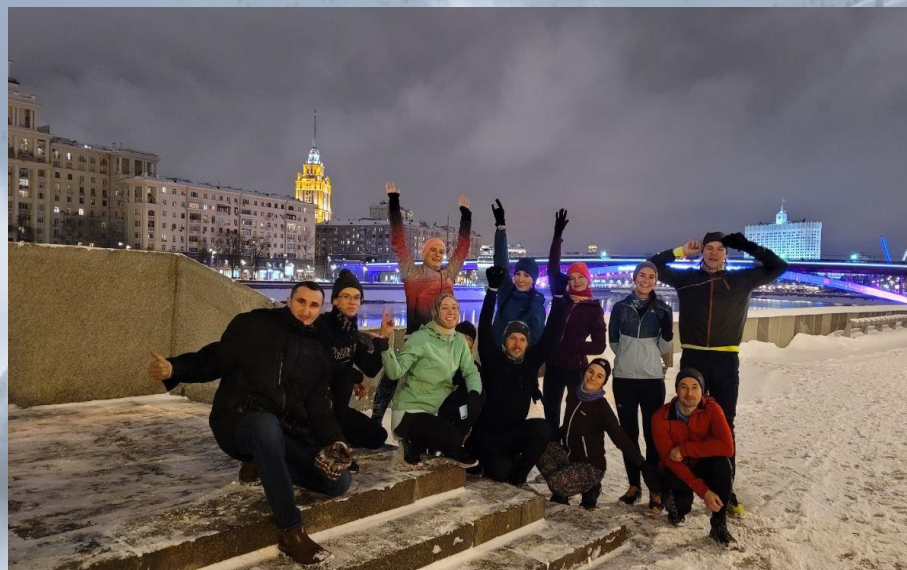
Школьные взносы – это аренда помещений, тренировочные веревки, веревки в поход, первая помощь, призы за соревнования, организация мероприятий и т.д.;

- Примерно 50-70 тысяч на личное добротное **снаряжение** (или меньше, если уже что-то есть или найдете у кого одолжить);
- Примерно 25-30 тысяч на **поход** (проезд/страховка/трансфер/еда).

Клубные мероприятия

Беговые тренировки

Старт каждый понедельник, 19:15, м. Спортивная (м-н RunLab)
Ответственный Иван Корженевский, Юрий Шилов
Раздел «ОФП» в #Вестра_Чат



Клубные мероприятия

Тренировки «Горочки»

Выходные, утро, м. Крылатские Холмы
Ответственный Ваган Хачикян
Раздел «ОФП» в #Вестра_Чат



Клубные мероприятия

Скалодром

Каждая среда в 19:30, скалодром Арена + другие дни+ др. скалодромы
Ответственный Юрий Белуха, Ольга Зорина
Раздел «Скалодром» в #Вестра_Чат



Клубные мероприятия

Осенний слёт



Подписываемся!



#Вестра_Чат



Общеклубная группа

[Vk.com/westra_tk](https://vk.com/westra_tk)

Группа школы БУ

[Vk.com/westra_bu](https://vk.com/westra_bu)