

Приглашаем в клуб спортивного туризма и гребного слалома «СКИТАЛЕЦ»

Чем мы занимаемся?

ходим в походы, пешком на лыжах на байдарках

-участвуем в соревнованиях по разным видам туризма, спортивному ориентированию, гребному слалому

-в спортзале занимаемся физподготовкой, спортивными играми тренировкой по технике туризма;

-в клубе: подготовкой к походам, соревнованиям, ремонтируем снаряжение необходимое для походов изучаем, изучаем как обслуживать себя в походе, какая одежда и обувь нужна получаем знания по ориентированию в лесу и.т.д

-на улице: беговой подготовкой, лыжной подготовкой, ориентированием

-в бассейне: обучением технике управления байдаркой, плаванием

большее внимание мы уделяем тренировкам по гребному слалому-это олимпийский вид спорта который позволяет более качественно подготовиться к водным походам

Куда мы ходим?

тренировочные походы проходят в окрестностях Северодвинска, как правило это небольшие походы от 1-3 дней для более подготовленных 3-6 дней

Летом мы ходим в дальние походы за пределы Архангельской области они длятся до 15 дней в них участвуют ребята которые хорошо занимались в течении года участвовали в соревнованиях по технике туризма, ориентированию и сдавшие предпоходный тест

Зимой мы ходим в лыжные походы по Архангельской тайге и хибинским тундрам, пещерам(для ребят имеющих необходимую подготовку)

В течении года принимаем участие в областных, городских и российских соревнованиях.

Для чего мы путешествуем?

Посмотреть и познакомиться с красивыми и живописными уголками природы;

Испытать себя на прочность;

получить заряд бодрости и положительных эмоций

обрести новых настоящих друзей

чему научишься?

Уверенно чувствовать себя в незнакомой местности;

научишься ориентироваться в лесу;

разводить в любую погоду костер;

добывать воду и сухие дрова;

умело поставить палатку;

готовить себе и своим товарищам пищу на костре;

управляться с байдаркой и катамараном на бурной воде;

уверенно и ловко стоять на лыжах;

оказывать первую мед. помощь;

Чтобы заниматься в секции:

письменное заявление родителей о твоём зачислении в клуб "Скиталец"

желание и возможность заниматься
не имеется противопоказаний врача

Что нужно для занятий?

спортивную форму для занятий в зале (спортивное трико, кеды или кроссовки, футболка

лыжи для занятий на улице зимой)

в первый год обучения снаряжение для длительных походов предоставляется

со второго года обучения необходимо приобрести личное снаряжение (рюкзак объемом не менее 100 литров, спальный мешок, коврик, сидушку) Для специализации гребной слалом (весло, каска, юбка спасжилет)

регулярно посещать тренировки, занятия и учебные сборы. Запрещается пропускать занятия без уважительных причин (поход по магазинам, посещение парикмахерских и гуляние с друзьями таковыми не являются)

Денежные затраты:

на ближние походы денег требуется совсем немного

поход на р. Солза 1 день 100руб дорога + питание 150р.

Дальний летний поход на 14 дней - в пределах 7000 рублей.

Куда обратится и как нас найти? можно зайти в интернет и найти группу в контакте "Скиталец29" или позвонить по телефону 89522586123 руководитель спортивного клуба "Скиталец" Кочнев Андрей Александрович