



2021 ГОД  
БАЗОВЫЙ  
УРОВЕНЬ

ГОРНАЯ ШКОЛА

# Начальник школы:



## Панкова Наталья

- инструктор спортивного туризма
- начальник/завуч многих школ НУ,БУ и СУ горной подготовки МКТ «Вестра»
- награждена почетным Знаком "За заслуги в развитии спортивного туризма в России" 3 степени

# Завуч школы:

## Политова Галина

- инструктор спортивного туризма
- КМС по спортивному туризму
- начальник/завуч многих школ НУ,БУ и СУ горной подготовки МКТ «Вестра»
- награждена почетным Знаком "За заслуги в развитии спортивного туризма в России" 3 степени



# Андрей РОМАНОВ

**Инструктор-стажер**  
**Руководитель группы**  
**Слушатель метод. блока**



## **О себе:**

В клубе с 2017 года

## **Опыт:**

2ГУ (Тянь-Шань), 3ГУ (Памиро-Алай), 1ГР (Центральный Кавказ)

<https://vk.com/romanov85>

# Андрей РОМАНОВ

## Цель похода:

Бодро погулять и полазить по красотам Средней Азии.

Сформировать спортивную группу для дальнейших, более сложных походов.

## Район, категория, сроки:

Кичик-Алай (Киргизия), 2 к.с.,  
с 10 по 25 июля.

## Интенсивность:

Выше среднего





# Андрей РОМАНОВ

## Требования к участникам:

- Посещение всех лекций школы и тренировок отделения;
- Посещение всех соревнований, в которых будет участвовать отделение;
- Беговая нагрузка - не менее 2 раз в неделю по 5 км;
- Неконфликтность;
- Готовность работать в команде и на команду;
- Поход будет сухим (на маршруте алкоголя не будет);
- Курить можно будет не ближе 50 м от лагеря.

# Илья ГАЛДИН



**Инструктор-стажёр  
Руководитель группы**

## **О себе:**

В клубе с 2016 года, 28 лет,  
офисный трудяга, программист

## **Опыт:**

2ГУ (Тянь-Шань), 3ГУ (Памиро-  
Алай), 1ГР (Центральный  
Кавказ)

<https://vk.com/id12039982>

# Илья ГАЛДИН

## Цель похода:

Забраться повыше, унести подальше и там перекусить :) Пройти интересный поход, там где открываются шикарные виды на прекрасное и немного упороться.

## Район, категория, сроки:

Кичик-Алай (Киргизия), 2к.с., с 10 по 25 июля.

## Интенсивность:

Средняя





# Илья ГАЛДИН

## Требования к участникам:

- Стремление к выносливости.
- Желательно любить бег
- Оптимистичный настрой на жизнь
- Желание получить практические и теоретические знания
- Присутствие на всех практических тренировках
- Умение работать в команде
- Умение обходить конфликты стороной



# Алексей РОЖКОВ

**Инструктор-стажер**  
**Руководитель группы**  
**Слушатель метод.блока**

**О себе:** 35 лет, руководитель ИТ проектов, женат, 2 сына

**Опыт:** 3ГУ Кавказ, 4ГУ Алтай, НК с элементами 1ГР Абхазия. 2й разряд СТ.

Альпинизм 2Б Казбек. 3й разряд.  
1-е место кросс-поход Вестра 2019

<https://vk.com/alexeyrozhkov>



# Алексей РОЖКОВ

## Цель похода:

Безопасно пройти выбранный маршрут, освоить навыки полученные за время обучения в школе, принять участие в чемпионате, оформить спортивные разряды.

## Район, категория, сроки:

Кичик-Алай (Киргизия), 2к.с.,  
с 4 по 18 июля 2021

# Алексей РОЖКОВ

## Требования к участникам:

### Готовность вкладываться временем

- обязательное участие в ПСР (март), ТГТ (апрель), кросс-походе (июнь);
- помощь в организации похода в рамках выбранной/назначенной роли.

### Готовность вкладываться финансами

- личное и групповое снаряжение;
- страховка;
- аптека, спутник, ремнабор;
- дорога, трансфер, заброски?, питание.

### Сдача нормативов по физической подготовке

- Бег 10км \* март, апрель, май;
- Остальное по нормативам на сайте <http://westra.ru/activity/study/fiznorm.html>

### Готовность соблюдать «сухой закон» в походе

P.S. Гитаристы, медики, повара приветствуются!



# Евгений ИВАНОВ



**Инструктор-стажер**  
**Руководитель группы**  
**Слушатель метод.блока**

**О себе:** в клубе с 2015 года,  
35 лет.

**Опыт:** 1ГР, 3ГУ. Восточный и  
западный Саян,  
Центральный Кавказ,  
Северный Тянь-Шань,  
Киргизский Хребет, Грузия

<https://vk.com/ggeralt>



# Евгений ИВАНОВ

## Цель похода:

Безопасное прохождение маршрута. Насладиться видами гор. Получить опыт передвижения по горному рельефу.

## Район, категория, сроки:

Киргизия, Кичик-Алай, 2 к.с.  
С 4 по 18 июля

**Интенсивность:** темп  
средний

# Евгений ИВАНОВ

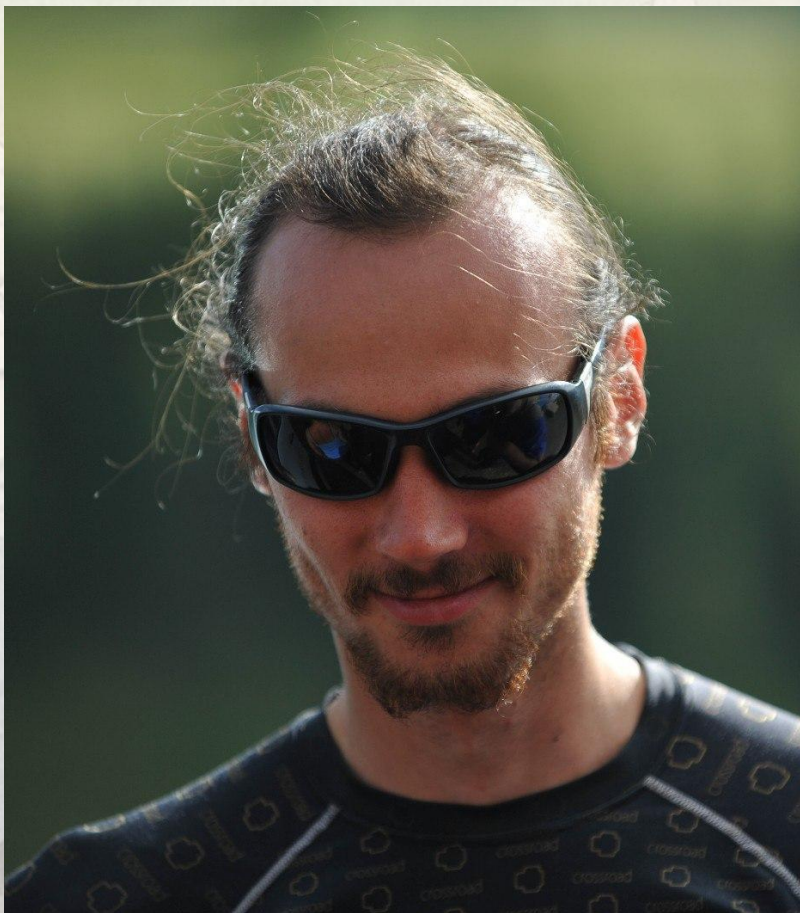
## Требования к участникам:

- Желание учиться
- Участие в жизни группы
- Хорошая физическая форма
- Приветствуется наличие профильных знаний и навыков
- Умение работать в команде



# Николай КУЗНЕЦОВ

**Инструктор-стажер  
Руководитель группы**



**О себе:** В Вестре с 2015 года. Руководил до 4кс, участвовал до 6кс, в горах был дважды на Алтае - руководил и участвовал в походах 2кс, в Приэльбрусье, в Архызе дважды - руководил горным походом н/к с эл 1кс и 1кс, лыжные и спелео походы. Успешно участвую в ММБ, рогейнах и трейлах. Дайвер, парашютист, катаюсь на горных лыжах и на велосипеде.

**Опыт:** 4ВР, 6ВУ, 2ГР, 2ГУ, 1ЛУ, 4У  
Спелео

<https://vk.com/id5244914>



# Николай КУЗНЕЦОВ

## Цель похода:

Мы пройдем через Архыз, Домбай и Приэльбрусье, побываем на красивейших озёрах, увидим зеленые долины и величественные ледники. На маршруте планируются учебно-тренировочные занятия с инструкторами школы БУ.

**Район, категория, сроки:**  
Западный Кавказ, 2 к.с. август.



# Николай КУЗНЕЦОВ

## Требования к участникам:

- трезвость
- готовность совершенствоваться (в технике горного туризма, в ОФП и прочих, необходимых для удовольствия и безопасности похода, направлениях)
- активное участие в подготовке похода (в т.ч. тренировках группы).
- Кроме общешкольных тренировок будут проводиться дополнительные занятия и тренировки.



# Андрей ШАДРИН

Руководитель группы  
Слушатель метод.блока



**О себе:** 35 лет, в клубе с 2016 года, высшее образование

**Опыт:** 1ПР (Крым), 2ГУ (Киргизия, Тянь-Шань), 3ГУ (Таджикистан, Фанские Горы), Восхождение на Эльбрус с Востока (Восточная вершина) и с Юга (Западная вершина).

# Андрей ШАДРИН

## Цель похода:

Посетить один из наиболее красивых районов кавказских гор. Пройти интересный поход, дающий возможность почувствовать и понять, что такое Горы. Отработать и закрепить в реальных условиях навыки и опыт полученный в Школе.

## Район, категория, сроки:

Архыз, 1КС с эл. 2КС,  
2.08-13.08.2021 (предварительно)

**Интенсивность:** темп движения активный



# Андрей ШАДРИН

## Требования к участникам:

- Желание учиться;
- саморазвитие,
- умение слушать и работать в команде, у
- умение выкладываться по максимуму и добиваться результата



# Кирилл ТИТКОВ

**Инструктор-стажер  
Руководитель группы**



**О себе:** 38 лет, в клубе с 2012 года, по образованию и складу ума технарь, окончил МИРЭА. В данный момент безработный □  
Предпочитаю адекватно авторитарный стиль управления и руководства группой. Люблю ПВД, ориентирование и вообще любую активность в формате Outdoor.

**Опыт:** 2 ГР, 2 ПР, 4 ВУ, 1 ЛУ



# Кирилл ТИТКОВ

## Цель похода:

Цель – безопасное прохождение запланированного маршрута, получение офигенных эмоций за поход, написание отчёта, участие в соревнованиях, оформление участникам спортивных разрядов..

## Район, категория, сроки:

Приэльбрусье, 2 К.С.

Сроки и нитка – в разработке

**Интенсивность:** средний или чуть выше

# Кирилл ТИТКОВ

## Требования к участникам:

- Желание пойти именно в этот поход и именно с этой группой.
- Желание и возможность вкладывать силы и время в подготовку к походу и в движении после похода (написание отчёта).
- Посещение лекций и тренировок(не менее 70%), обязательное участие в общеclubных соревнованиях – ПСР, ТГТ, Кросс-поход.
- Освоение технических навыков не ниже общего уровня группы.
- Удовлетворительная физическая форма (возможность пройти не менее 25 км. с рюкзаком в 20 кг для мальчиков и 17 для девочек).





# Выбор инструктора



<https://forms.gle/UpZg29C3TXWr4jUL9>