

## Учебная дистанция 2026.

Данная дистанция создана специально для новичков — для тех, кто хочет познакомиться с основами горного туризма.

### График работы:

- Суббота, 10 октября: с 13:00 до 18:00  
(Старт последнего участника — в 18:00. Рекомендуем учесть, что, когда стемнеет, стоит взять фонарик).
- Воскресенье, 11 октября: с 09:00 до 14:00  
(Старт последнего участника — в 14:00. После этого времени начнется поэтапное снятие дистанции).

### Условия участия:

- Возраст участников *не ограничен*.
- Участники *до 18 лет* допускаются только в сопровождении родителя или законного представителя.
- Участие является *бесплатным*.

### Процедура для участников:

**Регистрация:** Необходимо *зарегистрироваться у секретаря*. Заполните анкету, указав ФИО, контактный телефон, вуз, факультет и курс. Эта информация нужна для начисления баллов за туризм по физкультуре, статистики и связи с вами.

**Прохождение:** После регистрации вы получаете *комплект снаряжения и карточку участника*, в которой нужно будет отметить пройденные этапы.

**Завершение:** После прохождения дистанции необходимо сдать весь комплект снаряжения, вернуть заполненную карточку секретарю и отметить о завершении. После прохождения дистанции все участники получают памятный значок и сладкий приз!

### Комплект снаряжения для участника учебной дистанции:

1. каска
2. обвязка (только низ, если его можно использовать без верха либо верхняя и нижняя обвязка, если их необходимо использовать вместе)
3. усы самостраховки (блокировка в случае верхней и нижней обвязки)
4. 4 карабина (2 на усы, 1 для жумара, 1 для спусковухи)
5. спусковое устройство (корзинка или восьмерка)
6. жумар (возможно 1 на 2 участника) с карабином для блокировки
7. прусик
8. перчатки

### Этапы:

#### I. Основные:

##### 1. Узлы

На специальном стенде будут представлены схемы и инструкции по вязке узлов с указанием их ограничений и областей применения. Судьи покажут несколько основных узлов.

## *2. Спуск/Подъем*

На этом обучающем этапе вы на пологом склоне познакомитесь с основными техниками перемещения по веревке. Инструкторы помогут вам освоить и отработать спуск и подъем не только спортивным способом, но и с помощью специального туристического снаряжения. Вам расскажут что такое жумар и корзина, а так же научат их использовать.

## *3. Контекст*

Этот этап посвящен освоению техники прохождения вертикальных участков перил. Под руководством инструктора вы освоите технику вязания «крендельков» и «ступенек» и узнаете, как применять их на практике.

## **II. Дополнительные:**

### *1. Навеска*

На этом этапе вы освоите технику безопасного преодоления препятствий по натянутой навесной переправе. Инструкторы расскажут о правильной технике передвижения, покажут как организуется сопровождение с берега и дадут возможность прокатиться над оврагом.

### *2. Маятник*

Этот этап познакомит вас с техникой преодоления препятствий с помощью маятниковой переправы. Здесь вы узнаете, как используя веревку, перепрыгнуть с одного «берега» на другой. Умения, полученные на этом этапе, станут отличной подготовкой к прохождению этапа «Тарзанка» на приключенческой дистанции!