



# ВЕСТНИК

## АЛЬПКЛУБА МГУ

№17 от 31 марта 2016 года

## СОДЕРЖАНИЕ

### Обзор итогов соревнований

Ю. Остапенко

2-3

### Члены АК МГУ прошли обучение в школе инструкторов

М. Михайлова, Д. Виноградов,  
О. Лопухина, Е. Мазин

4-7

### Новый год в Ала-Арче

С. Воротынцев, И. Кирдяшев,

8-11

### В гостях у Белой Горы и Мадонны

Я. Менжевицкая

12-16

### Моя прекрасная работа

А. Степанова, С. Воротынцев

17-21

### Как я уехала жить на север

О. Куликова

22-24

## ОТ РЕДАКЦИИ

**З**има сдала свои позиции! Вам не показалось, что она прошла очень быстро? Чаще всего восприятию «быстрой» зимы способствует погода со статусом «не соскучишься». А в Москве было весело: то дожди, то морозы, то резиновые сапоги с зонтами, то валенки. Бывает также, что зиме придают ускорение какие-то личные факторы: дела рабочие и семейные, путешествия, хорошее хобби. Под хобби читайте типичные для альпиниста занятия — бег, скалодром, лыжи беговые и горные и, не побоимся этого слова и для зимы, велосипед. Да уж, велосипед. Перед началом зимнего сезона непонятно теперь куда инвестировать — в новые лыжные ботинки или в шипованную резину для велика. Но да, это лирика.

А если по делу, то весна набирает обороты, и нас с вами, друзья, впереди ждет много интересного. Более радостные тренировки в светлое время суток, планы и размышления на новый сезон, всяческие Любви и Симпатии в широком понимании этого слова, весенние горы и скалы. Обязательно продолжите этот список самостоятельно! Дабы нам было о чем написать в следующем номере газеты. Возможно, летнем. Если мы успеем найти для него время среди прочего весеннего и интересного! С Весной вас, друзья!



## НОВОСТИ

**С**ложно написать новости за тот большой период времени, который прошел с нашего последнего выпуска газеты. Это приблизительно также затруднительно, как ответить на вопрос «Как дела?» человеку, которого не видел пару лет. Но основной новостью является активный тренировочный межсезонный процесс. В этом году и беговые, и скалолазные тренировки проходят весьма слаженно. 13 марта по скалолазанию уже даже прошли внутриклубные соревнования. Помимо физухи, новичкам по сложившейся системе предлагалось также «прокачать» и ум. Уже прошли основные вводные лекции. Новички узнали о том, что такое альпинизм как вид спорта, о бивачном снаряжении, об основах физической подготовки альпиниста и видах специального снаряжения. Начались циклы технических тренировок для новичков и младших разрядников.

Несколько раз за сезон состоялись лыжные ПВД под руководством наших одноклубников. Благодарим активистов за предоставленную возможность прокатиться по красивой зимней лыжне.

16 марта прошло весеннее общеклубное собрание. На нем были подведены промежуточные итоги межсезонья и озвучена первая информация по весенним и летним сборам. Летние сборы предложено провести в трех районах: в Безенги на Кавказе, в Ала-Арче/Дугобе в Азии, или в Бурун-Хандагай в Восточных Саянах. Голосование закончится в конце марта. Будем ждать решения Актива Клуба и точить кошки.



# ВЕСТНИК

## АЛЬПКЛУБА МГУ

№17 от 31 марта 2016 года



## ОБЗОР ИТОГОВ СОРЕВНОВАНИЙ

Ю. Остапенко

**Д**ля начала вспомним достижения наших одноклубников в беговых соревнованиях, состоявшихся еще в 2015 году.



КРОСС МАИ, АВТОР ФОТО Д. ПОПКОВА

4 ноября 2015 года в парке Покровское-Стрешнево состоялся **15-й традиционный «Осенний кросс МАИ»**, привлекающий внимание всех любителей бега и активного образа жизни! Дистанция кросса составляет 31,5 км у мужчин (7 кругов по 4,5 км) и 22,5 км у женщин (5 кругов по 4,5 км).

Второе место у мужчин альпинистов занял Александр Иванов, преодолевший дистанцию за 2ч 7мин.

Также в кроссе приняли участие: Д.

Вылегжанин, Г. Афанасьев, Д. Ботвин, И. Кирдяшев, Ю. Остапенко, Д. Попкова, Д. Спасская.

**6-й кросс памяти Саши Укладовой**, ежегодно проводимый нашим альпклубом на Воробьевых горах, проходил 14 ноября. Кросс традиционно проходил по «Карповскому кругу»: дистанция 8 км (2 круга) — для мужчин и 4 км (1 круг) — для женщин. На этот раз, на дистанции были некие препятствия в виде забора, которые, тем не менее, не смогли помешать участникам соревнований получить удовольствие от соревнований.

19 декабря 2015г. в скалолазном центре BigWall состоялись **юбилейные 15-е соревнования альпинистских связок «Степаныч»!** Соревнования

### Таблица результатов:

1	МАРЬЯСИНА СОФЬЯ	АЛЬПИНИСТЫ	АК МГУ
2	КУЛИКОВА ОЛЬГА	АЛЬПИНИСТЫ	АК МГУ
3	НОВИКОВА АННА	АЛЬПИНИСТЫ	АК МГУ

1	ЗЕЛЕНИН ЕГОР	ЛЕГКОАТЛЕТЫ	ЛЫЖНИКИ МГУ
2	ЖЕГУСОВ ЯРОСЛАВ	АЛЬПИНИСТЫ	АК МГУ
3	КАРПЕНКО МИХАИЛ	АЛЬПИНИСТЫ	МГТУ ИМ. Н.Э. БАУМАНА



КРОСС УКЛАДОВОЙ, ФОТО А. ВОЛИКОВА

проводилась альпклубом ЦСКА им. А.С.Демченко.

1 место с ошутимым отрывом заняла связка «Dirtyclimbers»: Егоров Борис/ Мурзаев Владимир

2 место — с двумя завершёнными финальными трассами команда из Санкт-Петербурга «Gornyak Climbing Team»: Зыбалов Антон/ Матинян Артур

3 и 4 места в упорной борьбе заняли связки «Стасон и Я»: Поплавский Станислав/ Дульнев Егор и «Gazkos»: Глошкин Арсений/Хайдуков Никита соответственно. Также определились победители в категориях: лучшая женская связка — «Слабак и баба»: Лопухина Ольга/ Харламова Алексан



# ВЕСТНИК

## АЛЬПКЛУБА МГУ

№17 от 31 марта 2016 года

дра (17 место в общем зачете), лучшая смешанная связка — позывной Катафот: Нурмамаев Сергей/Курачёва Екатерина (8 место в общем зачете)

(использованы материалы с сайта <http://straxy.net/> и <http://vk.com/alpsvyazkistepanich>)

**Внутриклубные соревнования альпклуба МГУ по скалолазанию для новичков** проходили 16 декабря 2015 года на скалодроме «LimeStone».

Подобные соревнования — для новичков — проводились нашим альпклубом впервые. Цель — выявить сильнейших спортсменов среди новичков по результатам программы тренировок, состоящей из 8ми занятий, а также стимулировать занятия скалолазанием в дальнейшем.

Зачеты были в четырех группах:

- мужской и женский зачеты для новичков;
- мужской и женский зачеты для остальных, с разрядом по альпинизму не выше третьего.

Победители и призеры соревнований определялись в каждой группе и награждались медалями, дипломами и памятными призами.

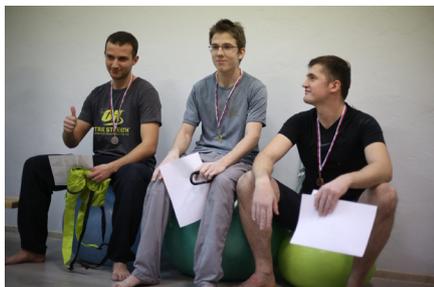
**Новички жен.:**

- 1 место — Королёва Юлия
- 2 место — Отт Дарья
- 3 место — Нуждина Екатерина

**Новички муж.:**

- 1 место — Левин Олег

**ВНУТРИКЛУБНЫЕ СОРЕВНОВАНИЯ ПО СКАЛОЛАЗАНИЮ СРЕДИ ЧЛЕНОВ АЛЬПКЛУБА МГУ 13 МАРТА**



**ВНУТРИКЛУБНЫЕ СКАЛОЛАЗНЫЕ СОРЕВНОВАНИЯ, ФОТО КОРОЛЁВОЙ Ю.**

- 2 место — Халиулов Эмиль
- 3 место — Баланов Алексей

**Разрядники жен.:**

- 1 место — Чухланцева Мария
- 2 место — Гвоздик Наталия

**Разрядники муж.:**

- 1 место — Хабров Владимир
- 2 место — Михайлов Илья
- 3 место — Башев Антон

7 февраля на лыжной трассе СК «Альфа-Битца» прошла **XII лыжная гонка памяти Алексея Исааковича Колганова**, организованная КАиС МЭИ. На старт вышло почти 400 человек, и, благодаря подготовщикам трассы, организаторам удалось сделать всем праздник, несмотря на переменчивую погоду, стоявшую до этого. Традиционно дистанция составила 30 км для мужчин младше 1956 г.р. включительно и 15 км — для мужчин от 1956 г.р. и старше и женщин. От нашего альпклуба были замечены — Е. Мазин, А. Иванова, О. Лопухина, Е. Резванова.

**«Двоеборье памяти Владимира Башкирова»**, которое является первым этапом Кубка Клубов и ежегодно проводится КАиС им. Ю.Визбора, проходило 21-22 февраля в два этапа:

1й этап: боулдеринг, проходил 21 февраля на новом скалодроме «4810». 2й этап: лыжная гонка, проходила 22 февраля на лыжной базе «Снежинка» (Химки).

По результатам Лопухина Ольга на 4м месте, Мазина Татьяна — 5я. Мазин

Евгений — 8й.

Также приняли участие: Спасская Д., Архиповский И., Виноградов Д., Мулюкин П., Храбров К., Соколов А., Михайлов И., Афанасьев Г.



**ЛЫЖНАЯ ГОНКА МЭИ. НА ФОТО Е. МАЗИН**

13 марта проводились **внутриклубные соревнования по скалолазанию** среди членов альпклуба МГУ. Участвовать могли все желающие. Соревнования проводились на новом скалодроме 4810.

Среди девушек первое место у Лопухиной Ольги, вторая — Харламова Саша, на третьем месте Тумасьева Варя. У парней первым стал Храбров Кузьма, второе место у Виноградова Димы, на третьем — Архиповский Илья.

Поздравляем призеров и победителей!

**СТЕПАНЫЧ**





# ВЕСТНИК

## АЛЬПКЛУБА МГУ

№17 от 31 марта 2016 года



## СОБЫТИЕ: СПОРТСМЕНЫ АК МГУ ПРОШЛИ ОБУЧЕНИЕ В ШКОЛЕ ИНСТРУКТОРОВ

О. Соколова

*От Марии Михайловой: Школа инструкторов, особенно та, в которой учатся члены нашего Альпклуба, это всегда событие. Причем, значимое и радостное, потому что доверять новичков хочется исключительно знакомым, опытным и квалифицированным людям, в которых ты уверен.*

*Не всегда, конечно, так получается, увы. Но тем ценнее Школа, которая повышает шансы на присутствие своих инструкторов на сборах. К тому же, она увеличивает и само количество знакомых инструкторов, из дружественных клубов. Которым безусловно доверяешь. А как же иначе, ведь немало каши вместе со своим отделением съедено, немало блокнотов исписано, немало занятий проведено и шуток перешучено...*

*И поэтому, по итогам Московской Школы Инструкторов, я надеюсь, что полку наших инструкторов прибыло — и совсем скоро они будут проводить занятия и поедут на сборы.*

*А для более полной информации я и другие члены АК МГУ, участвовавшие в Школе Инструкторов ответили на вопросы Редакции Вестника.*



**МАРИЯ  
МИХАЙЛОВА**

**Почему ты пошла в Школу инструкторов?**

На самом деле, вопрос обучения инструкторов давно назрел, поскольку все мы учим новичков «чему-нибудь и как-нибудь» в меру сил, понимания и опыта ... так вот, учить новичков, несомненно, надо. Да только учить надо не как-нибудь, а правильно. Нужна некая методическая база, некое понимание того, как нужно учить людей, как нужно объяснять, чтобы тебя понимали, как выяснить, что не все ясно, несмотря на честные глаза и ответ «Да» на вопрос «Ты все понял?».

Еще там каждому будущему инструктору обещали вставить в мозг «антикосячный сканер» =) Шутка, конечно, но в каждой шутке есть только доля шутки, как говорится...

Так вот за этой методической базой я и пошла в Школу. Ну а кроме всего



прочего там еще и отличнейшая компания была, с людьми из разных клубов, с которыми интересно общаться и обмениваться опытом.

**Что ты вынесла для себя?**

Что когда ты стал инструктором — это уже не лечится =)

Ну, а если серьезно, то, как минимум, что инструктор сам должен быть образцом того «идеально», которому он учит. Что инструктор должен переключиться с того, что «ты спортсмен» на то, что «ты инструктор» и учишь новичков. И от тебя во многом зависит дальнейшая

судьба каждого обучаемого человека в альпинизме — станет ли он спортсменом, проникнется ли духом альпинизма и останется или панически сбежит с первых же сборов и больше не вернется. А еще от инструктора часто зависит дальнейшее поведение людей в горах — чему он научит, будут ли они горы беречь, например, собирать брошенные другими фантики, или сами будут их разбрасывать... На всем протяжении занятий мы накапливали себе методическую базу, складывали для себя понимание, как и чему учить. Короче, прокачивали «скиллы и экспириенс» :) И — та-да-дам, самое главное! — пытались перестроить сознание



# ВЕСТНИК

## АЛЬПКЛУБА МГУ

№17 от 31 марта 2016 года



провести школу именно в таких, немного «домашних» условиях — довольно хороша как в образовательном, так и культурно-воспитательном плане. То есть, мы не тратили много времени на «доезд» до места занятий, с одной стороны. С другой стороны, заодно узнали много

как этот прием надо показать и объяснить...

### Самые яркие впечатления?

Когда вечером по всем углам и палаткам сидели и писали свои планы полтора десятка людей — кто-то на готовых таблицах, которые от руки заполнял, кто-то распечатал заранее свой план и вносил заметки, кто-то чертил таблицы сам и писал план от руки. Но, неизменно, либо около палатки, либо в ней, то тут, то там сидели люди с фонариками, которые писали, обдумывали, обсуждали свои планы между собой и с инструкторами... Интригу вносил и обмен инструкторов отделениями. Кстати, всегда у нас урок принимал инструктор другого отделения, для объективности и получения более разностороннего опыта. В общем, зрелище впечатляющее и волшебное, и я бы наслаждалась красотой момента вполне, если бы сама не была в числе тех, кому этот самый план надо завтра сдавать и по нему проводить урок... Сразу видно было, что люди увлечены и при деле :) Ну и еще — «узловой флешмоб», из серии «наши руки не для скуки». И параллельно с игрой на гитаре и вечерним релаксом настоящие инструктора делают что? Правильно, вяжут узлы!

=) Чтобы человек, прошедший школу инструкторов никогда не забывал, что он инструктор. А инструктор должен сеять «разумное, доброе, вечное» и учить должен своим примером, как правильно и безопасно ходить в горы. Ну и заодно помнить, что он учит новичков, которым многие очевидные вещи кажутся «magic'ом».

Конечно, научилась проводить занятия. Это оказалось сложнее, чем я думала =) Пополнила копилку технических приемов, что-то освежила в памяти.

### Что понравилось и что стоит улучшить для новых участников?

Понравилось то, что преподаватели учили нас в том числе своим примером. Мне кажется, в нашей современности это довольно редко, когда человек, который чему-то учит, сам точно следует тем правилам, которые озвучивает. В любом случае, есть, куда улучшаться, потому что это только первый опыт проведения подобной — Московской, а не Центральной — Школы. Например, более четко прописать программу на выездную часть, либо сделать некую модульную программу, которая позволит в дальнейшем набирать модули в зависимости от длительности проведения выездной части. В общем, как-то так.

Еще, мне кажется, идея частично

мест относительно рядом, где можно и нужно проводить тренировки для новичков и разрядников своих клубов. Оказалось, что не слишком далеко есть много интересных и подходящих для этого мест...

К тому же, у нас усвоение материала проходило более плавно, растянуто было на более протяженном отрезке времени. Материал лучше усваивался, мы успевали сформулировать и задать нужные и в любом случае возникающие потом вопросы, для себя уяснить и разложить все по полочкам. Причем, это касалось скорее методики проведения занятий, чем непосредственно технических приемов. Прием усваивается гораздо легче, чем знание того,





# ВЕСТНИК

## АЛЬПКЛУБА МГУ

№17 от 31 марта 2016 года

**Когда тебя ждать среди инструкторов АК МГУ на сборах? :**

Надеюсь, что скоро :) По крайней мере, я к этому буду очень стремиться.



**ДИМА**  
**ВИНОГРАДОВ**

**Почему ты пошел в Школу инструкторов?**

Началось всё с письма Игоря Савельева — а если он что-то

рекомендует, то к этому стоит прислушаться. Дальше на первом же собрании я увидел, что собирается прекрасная компания, и тут уже стало ясно, что попал в поток, выходить из которого не надо. Если же думать о мотивах, то, кажется, у всех курсантов они близки. Наши клубы живут на энтузиазме, стало быть, кроме нас учить некому. Да и делиться знаниями «искони присуще человеческой природе».

**Что ты вынес для себя?**

Вокруг много людей, у которых можно чему-то научиться, и обычно они с радостью поделятся своими знаниями. Стрессы в альпинизме бывают сильно разные — стоит быть готовым к очень неожиданным раскладам. Современный подход к обучению заметно отличается от того, как учили меня; и в лучшую сторону.

**Что понравилось и что стоит улучшить для новых участников?**

Понравился набор тренеров, их умение передать свои знания и уровень требований к нам. Хорошо, что занятия были и в Москве, и в горах — нам нужно будет работать и там, и там. Улучшить всегда что-то можно, но, наверное, это лучше сначала сказать руководству школы.



**Самые яркие впечатления?**

Знакомство с Деном Кисилевым; он настоящий профессионал. Выезд на Дюкинские карьеры — место красивое, погода была отличная, а по дороге я многое узнал о том, как устроены строительные заводы и производство самолетов.

**Когда тебя ждать среди инструкторов АК МГУ на сборах?**

Сложно сказать, но если всё пойдет удачно — то этим летом.



**ОЛЬГА**  
**ЛОПУХИНА**

**Почему ты пошла в Школу инструкторов?**

Муж послал :) Сказал: «Там такие преподава-

тели!!!! Там такие участники!!!! Там так интересно будет! Как жаль, что я уже инструктор!». Ну, я и пошла. А там и, правда, все так :)

На самом деле, еще хотелось научиться работать с людьми. Я уже помогала Игорю с техническими тренировками для наших среднеразрядников. Но чего-то не хватало. В основном, наверное, системности знаний. И вот эта проблема в школе решена превосходно.

**Что ты вынесла для себя?**

Что учить надо уметь :) Пожалуй, это главный постулат, который нам доносили все время занятий в школе. Ты можешь быть сколь угодно крутым спортсменом, но если ты не умеешь передавать свои навыки и не готовишься к занятиям, получится не интересный урок для начинающих альпинистов, а унылая фигня, из которой никто ничего не поймет.

**Что понравилось и что стоит улучшить для новых участников?**

Понравилось, кажется, все :) И новые знания, и новые знакомства и даже новые места - все было в рамках этой школы. Собрался совершенно замечательный состав сильных московских альпинистов из разных клубов под руководством лучших наставников всероссийской школы инструкторов. Даже не знаю, что в этом сочетании можно было бы улучшить.

**Самые яркие впечатления?**

Не могу выделить чего-то одного. Вся школа была ярким впечатлением :)

**Когда тебя ждать среди инструкторов АК МГУ на сборах?**

На сборах... Даже не знаю :) К сожалению, совмещать тренерскую деятельность со спортивной довольно тяжело. Особенно, имея работу в офисе с



# ВЕСТНИК

## АЛЬПКЛУБА МГУ

№17 от 31 марта 2016 года

трехнедельным отпуском. А по результатам обучения в школе инструкторов я как раз начала задумываться, не вернуться ли в спортивный альпинизм. В общем, не буду ничего обещать :) Но буду страшно рада, если представится возможность поучаствовать в технических тренировках для новичков и младших разрядников в Москве.



**ЕВГЕНИЙ  
МАЗИН**

**Почему ты пошел в Школу инструкторов?**

В большей степени за компанию =)

Собралась отличная тусовка хороших знакомых. Ну и понятно было, что это редкий шанс, не хотелось упустить.

**Что ты вынес для себя?**

Ну, это очень длинно можно говорить! Было точно не зря. Отлично пообщались, очень плотно поработали, посмотрели-освоили кучку современных приемов. Ну и самое важное — вроде сложилось понимание, как всему этому нужно учить.

**Что понравилось и что стоит улучшить для новых участников?**

Школа получилась отличная. Из минусов — в Безенгах не успели сходить учебное восхождение. Не возьмусь советовать, нужно ли там что-то менять-улучшать. Было весьма напряженно, но вроде мы справились.

**Самые яркие впечатления?**

Когда Машу спасали! Я до следующего утра думал, что это были постановочные спасы — последний день, положено. А оказалось — нет! Ну и, конечно, связка урок-экзамен, это незабываемо. Предыдущие экзамены у меня были уже очень давно!

**Когда тебя ждать среди инструкторов АК МГУ на сборах?**

Пока что запал не пропал, собираюсь попробовать. Но сначала нужно отстажироваться! Это почти обязательный элемент обучения инструкторов, походить стажёром с настоящим инструктором. У меня две смены, за приближающийся сезон нужно постараться успеть. Но в какой район я поеду, я пока не знаю.





# ВЕСТНИК

## АЛЬПКЛУБА МГУ

№17 от 31 марта 2016 года

## НОВЫЙ ГОД В АЛА-АРЧЕ ИЛИ КАК ЧЛЕНЫ АК МГУ СКРЫВАЛИСЬ ОТ МОСКОВСКИХ МОРОЗОВ



*День за днем бегут года,  
Но не забыть мне никогда,  
Иглы пурги средь диких скал,  
Трещин оскал...  
Хищный блеск искристых льдов,  
Треск взбешенных флюгеров,  
И уют ночной свечи,  
Зимней Ала-Арчи.*

**Александр Агафонов, Зимняя Ала-Арча**

На рубеже 2015-2016 гг. довольно большая группа наших друзей под руководством Сергея Воротынцева уехала на Тянь-Шань в Ала-Арчу – встречать там Новый Год, совершенствоваться в навыках альпинизма, закрывать разряды. Поездка не являлась официальными сборами АК МГУ, но поскольку мы традиционно рассказываем в газете про различные активности членов Клуба, то не могли обойти стороной знаменательное и интересное для самих участников событие. О том, как было этой зимой в Ала-Арче рассказывают организатор мероприятия Сергей Воротынцев и участник Иван Кирдяшев. Рассказ Вани не закончен. Но...он пытался ;)



**Сергей Воротынцев**

**И**дея отправиться большой командой в Ала-Арчу на новогодние праздники гуляла по альпклубу еще в прошлом году. Однако, по разным причинам тогда поехало лишь несколько человек. В этот раз идея, видимо, окончательно созрела. Кому-то хотелось попробовать зимний альпинизм, кому-то походить ледовые маршруты после жарких летних скал, кто-то хотел повидаться с друзьями, закрыть разряд. Одним словом, практически сразу после летнего сезона у будущих участников мероприятия чувствовался серьезный настрой на поездку. Всю осень обсуждались планы и организацион-

ные моменты, закупились пуховки, спантики и ледобуры. На организацию мероприятия ушло около двух месяцев. Переписка в интернете превысила не одну сотню сообщений. В результате сборы состоялись в период с 26 декабря 2015 года по 10 января 2016 года. Заявка была подана от федерации альпинизма г. Бишкека, общее число участников составило 18 человек. Было отделение 3-разрядников под опытным руководством Сергея Селиверстова и пять отделений второразрядников, которые ходили на вершины самостоятельно. Общее количество человеко-восхождений составило 53. Наиболее популярными стали маршруты: Акимова (3А) и Плотникова (4А) на Корону, разминочный п. Учитель (1А), п. Рацека (2А и 2Б), маршрут Сели-

верстова (4А) и знаменитый маршрут Илюшенко (4Б) на п. Байчечекей. Георгию Афанасьеву с Дарьей Спасской единственным удалось взобраться на п. Бокс (2А), а отделение 3-разрядников сходило на п. Изыскатель по центру северной стены (3Б). Жили мы в большой каменной хижине Рацека на втором этаже, вечером топили печку. Комнатка достаточно удобная с большими двухэтажными нарами и окошком. Еще у нас был отдельный домик со столовой-кухней, где каждый день для нас готовил повар. Все сборы мы баловались борщом, курочкой с картошечкой, макаронами по-флотски и другими вкусностями. Новый год отпраздновали салатиками. На восхождении стандартно брали сникерсы, печенки и бутерброды. Думаю, всем



# ВЕСТНИК

## АЛЬПКЛУБА МГУ

№17 от 31 марта 2016 года



участникам запомнилась заброска этих продуктов в первые дни. К сожалению, раскладку на две недели на такое количество человек невозможно забросить за один подход. Поэтому нам всем пришлось спускаться вниз и делать вторую заброску. Особенно запомнился Георгий, поднявший наверх в руке целое ведро куриных яиц. Мой личный рекорд подъема за один подход составил 38 кг. Так или иначе, почти все 400 кг к концу сборов были съедены.

Конечно же, перед поездкой основные опасения были за погоду. Рассказы о суровых арчинских морозах под -30, бушующих снегопадах, лавинах, шквалом ветре и отмороженных пальцах не давали покоя до самого отъезда. Бишкек на удивление встретил нас

достаточно теплой погодой, перед нашим прилетом как раз закончились морозы. Практически за все время мероприятия температура не опускалась ниже минус 10, при этом в Москве морозы стояли до минус 28. Снега было очень мало, выпал он только под конец наших сборов. Местные говорили, что в прошлом году в Ала-Арче было аномально теплое лето, и многие ледники сильно подтаяли. Вероятно, совокупность этих факторов и привела к тому, что на маршрутах сыпало. По сравнению с прошлым годом сыпало действительно серьезно, даже на тех маршрутах, где сыпать вроде бы нечему. Пожалуй, почетное первое место по опасности занял маршрут Селиверстова на п. Байчечекей. За время нашего пребывания наверху восхождения на п. Байчечекей окон-

чились прилетевшими камушками как минимум двум альпинистам, а кое-кто отличился на спуске => К счастью, все обошлось благополучно, и все пострадавшие сейчас в полном здравии готовятся к новым восхождениям.

В заключении хочется выразить благодарность альпклубу МГУ за техническую поддержку мероприятия аптечкой и рациями. Всех участников поздравляю с успешным завершением нашего выезда. Спасибо за доверие и активную помощь на всех этапах поездки! Александра Соколова и Илью Михайлова поздравляем с закрытием 2-го разряда по альпинизму!

**Иван Кирдяшев**

*Но ты пытался №1*

Когда пропускаешь летние сборы и вообще почти весь сезон в альпклубе, начинается лихорадка. Ну или ломка, не знаю — можно долго слова подбирать. В общем, в мозгах что-то поворачивается и начинаешь много думать про горы. И про то, как там классно в них будет. Заранее подбирать всякие полезные (но чаще всего — нет) фенечки, которые туда с собой возьмешь. И пока на себя тридцатикилограммовое ярмо не вскинешь на заброску, все очень розово и весело.

В октябре 2014 года я уехал в Париж преподавать русский как иностран-





# ВЕСТНИК

## АЛЬПКЛУБА МГУ

№17 от 31 марта 2016 года



ный детям от 14 до 20. Чудесное было время, дети умные, преподаватели классные, зарплата в евро. Но уже в декабре меня начало подпирать и под Новый 2015й год я, получив от Саши Степановой приглашение поехать на майские в Ала-Арчу к Аксай Трэвэл, уже твердо знал, что долгожданное горное ширево близко.

Вообще, для себя я сделал вывод, что на коммерческие сборы полезно съездить, но 1 раз в жизни. После уютных альпклубовских сборов в Фанах в 2014 году, пребывание в Аксае показалось вечеринкой мажоров, на которой никого не знаешь и чувствуешь себя лишним — красиво, уютно, тепло, вкусно кормят, но атмосфера не та. И это не то, чтобы важно — кому-то может вообще плевать на атмосферу, они может в горы приехали, чтобы активно ходить. Но для меня все-таки оказалось важно. Важно по-идиотски шутить и иногда ругнуться матом, но знать, что тебе все простят, ибо «все

свои». А на коммерческих сборах приходится заново делать то, в чем мы и так внизу каждый день упражняемся — подстраиваться. Полезный был опыт, в общем.

### *Но ты пытался №2*

После довольно вялых майских сборов окончательно захотелось хардкора. На летние сборы не пустила вновь найденная работа и в горы хотелось уже просто бежать. Благодаря инициативе и упорству в организации Сереги Воротынцева 25 декабря стало нашей осязаемой датой вылета. Некоторых индивидуумов, включая меня, настолько уже, видимо, колбасило, что они вызвались заброситься из базового лагеря на 2200 в хижину Рацека 3300 в первый же день с утра 26 декабря. Для вашего понимания: все это после рабочего и полубессонной ночи в самолете. Это, скажем так, удовольствие для продвинутых. На обратном пути с заброски мы еще умудрились поплутать в тумане, так что лично меня

на первом спуске с Рацека морально поддерживал опыт туристских походов.

На следующее утро на нас снова залезли наши рюкзаки и мы понесли вторую заброску. После увеселительных прогулок предыдущего дня мы наконец-то смогли рассмотреть красоту зимней Арчи — солнышко, морозный ветерок, выспанность и чуть полегчавшая ноша легко гнали нас вверх.

По окончании этой заброски все пошло своим чередом — мы осели в хижине и начали медленно обживать это холодное и не очень-то гостеприимное пространство. После небольших перетасовок все наконец то разляглись по полкам и только пушечный храп одного небезызвестного умельца омрачал наши уши по ночам...

Чудесными бытовыми воспоминаниями этих сборов стали наш повар Слава «Газ кончился — я ухожу!»





# ВЕСТНИК

## АЛЬПКЛУБА МГУ

№17 от 31 марта 2016 года



и небезызвестное помещение за уютной моренкой, которое, по мере продвижения к концу сборов, продолжало заполняться субстанцией и отводить пространство у порядочных людей. Было ли остановлено это нашествие после нашего отъезда остается загадкой.

28 декабря наконец-то пришел наш долгожданный инструктор — Серега Селиверстов. Сразу почувствовалось, что мы попали в надежные ежовые рукавицы, но с небольшим налетом раздолбайства (окончательное видение этого раздолбайства пришло чуть позднее). Начались тренировки, мы наконец-то осознали насколько прекрасны айс-фифы в действии и уже через пару дней без лишних сюсюканий мы пошли на Рацека 2Б на «открывашку».

Как до Лопаты ползком. Победа над Новым годом далась нам легко и почти незаметно — алкоголя у нас была мало. Фифы, лежавшие без

действия после ледовых тренировок, наконец-то нашли себе применение на нашей первой с отделением 3Б — классическом маршруте «Акимова» 2 января. Здесь не о б о д м о сказать отдельное спасибо Игорю Савельеву

и Паше Власенко за то, что подогнали нам на скалолазных тренировках отличное упражнение для подготовки ко льду — подъемы корпуса с опорой на одну ногу с пятнадцатикилограммовым блином в руке. Конечно, звуки, которые мы издавали при его выполнении, можно и сейчас смело использовать при озвучке эротических фильмов, зато на маршруте все шлось приятно и легко.

Лед прекрасен. Конечно, после 5 веревок возникает ощущение, что «где-то мы все это уже видели», страховать неприятно из-за примерзания коленей к ледяному склону, но зато хоть голова может отдохнуть и бездумно впитать в себя красоту мгновений и мира вокруг. Висишь, бывалочи, на станции, смотришь куда-то вдаль на Бишкек, а между тобой и ним пелена из белых мягких облаков, которые как занавеска отгораживают от суеты, замедляют время. Наконец-то оно появляется и его можно тратить на мысли, которые не успел додумать внизу. Отвлекали

только иногда пролетавшие камни — было тепло и, к сожалению, сильно сыпало, но нам везло.

Я, честно говоря, чувствовал себя немного «заезжим туристом», когда Серега шел последним на самовывертах, но решил, что так надо, т.к. всем хотелось уже поскорее вернуться домой. В итоге, мы устали и это было заметно. К тому же, мы всем отделением решили не спускаться в нижний лагерь на отдых и похворать наверху. Это решение не осталось без последствий — пока мы хворали, дух сомнения вселился в нашего любимого инструктора и на гору мы вышли только через 3 дня «отдыха» — 6 января.

*В материале использованы фото авторов и участников мероприятия.*





# ВЕСТНИК

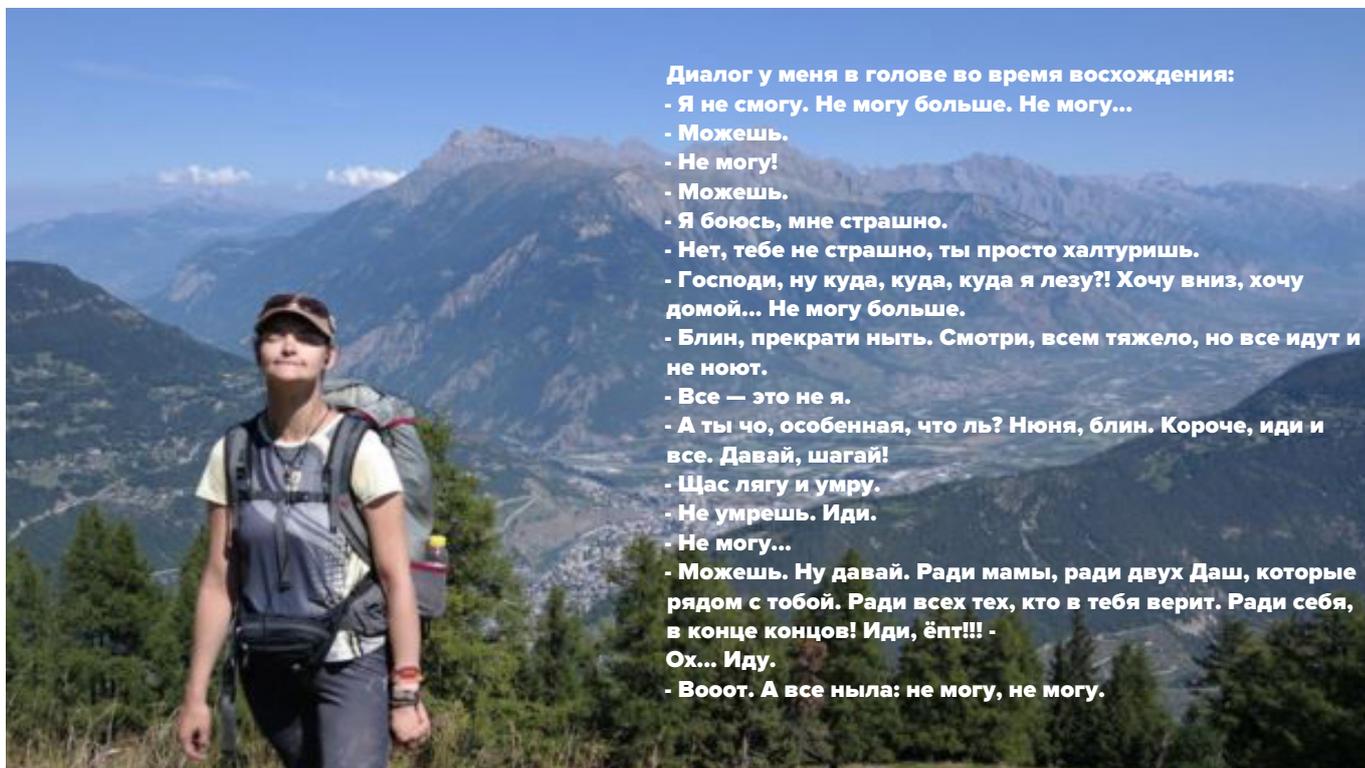
## АЛЬПКЛУБА МГУ

№17 от 31 марта 2016 года



## В ГОСТЯХ У БЕЛОЙ ГОРЫ И МАДОННЫ ИЛИ ОСОБЕННОСТИ РАЙСКОГО АЛЬПИНИЗМА

Я. Менжевицкая



**Диалог у меня в голове во время восхождения:**

- Я не смогу. Не могу больше. Не могу...
- Можешь.
- Не могу!
- Можешь.
- Я боюсь, мне страшно.
- Нет, тебе не страшно, ты просто халтуришь.
- Господи, ну куда, куда, куда я лезу?! Хочу вниз, хочу домой... Не могу больше.
- Блин, прекрати ныть. Смотри, всем тяжело, но все идет и не ноют.
- Все — это не я.
- А ты чо, особенная, что ль? Няня, блин. Короче, иди и все. Давай, шагай!
- Щас лягу и умру.
- Не умрешь. Иди.
- Не могу...
- Можешь. Ну давай. Ради мамы, ради двух Даш, которые рядом с тобой. Ради всех тех, кто в тебя верит. Ради себя, в конце концов! Иди, ёпт!!! -
- Ох... Иду.
- Вооот. А все ныла: не могу, не могу.

Было очень нелегко вернуться в горы. Каждый раз, когда я приезжала туда, каждый раз так сильно хотелось, чтобы рядом была Дашка. Было все — слезы, опустошение, крики, сны, в которых я звала Даню, а она все не приходила... Попытки взойти на Эльбрус. Взгляд в пустоту с седловины Эльбруса и возврат назад. Каждый раз что-то мешало. Не готова. Не пускает. И главное, не отпускают горечь и боль, злость и обида. И вопрос «Почему?». Когда пришло известие о гибели Генки (Геннадия Дурова), вдруг стало трудно дышать — такая злость, ярость и даже ненависть к горам поднялась в душе. Коллеги (я в тот момент была на

работе), увидев мое лицо, даже испугались.

Долго хотелось отрешиться от всего, послать весь этот альпинизм к чертовой бабушке. Не смогла. Наверное, еще и потому, что та же Даня, тот же Генка, если бы им предложено было начать все сначала, вряд ли отказались бы от гор... Во всяком случае, это были бы уже не они.

Но опять на Эльбрус не хотелось. Не хотелось никаких гидов, групп, бочек, суеты и напряжения. Хотелось, в первую очередь, отдохнуть морально. И походить одной в горах, подумать.

В горы поехали вдвоем. Подруга, которую тоже зовут Даша, не согласилась с моей концепцией соло. Учитывая наши общие интересы, решили сходить трек вокруг Монблана с последующим восхождением на какую-нибудь гору. Причем, и то, и то мне хотелось пройти самостоятельно. Но более благоразумная и хорошо представляющая себе мои (мы уже ходили вместе в горы) и свои возможности, Даша убедила меня, что гид для восхождения все же нужен.

Не буду подробно рассказывать про поиски гида — процесс был долгим и трудным. В итоге договорились с



# ВЕСТНИК

## АЛЬПКЛУБА МГУ

№17 от 31 марта 2016 года



итальянской Ассоциацией гидов. Учитывая наши возможности, опыт, погодные условия и период (конец августа-начало сентября), они предложили нам восхождение на Гран Парадизо. Что ж, в рай — так в рай! :) 9-тидневный трек вокруг Монблана для активного отдыха и 2-хдневный относительный напряг на Гран Парадизо — это то, что мне было нужно.

Трек вокруг Монблана — хоть и организованный с помощью известного турагентства (нам не очень хотелось связываться с бронированием приютов и т.п., да и времени уже не было), но вполне себе самостоятельный, без гида — действительно позволил отдохнуть душой, акклиматизироваться и, главное, приобрести относительно неплохую форму. Которой у меня, можно сказать, не было, т.к. после травмы колена, полученной в мае, я не могла активно тренироваться.



Могу дать основные рекомендации тем, кто хочет пройти этот трек:

1. Обязательно берите GPS с залитой туда картой местности. Указатели на маршруте есть далеко не везде, а бумажной картой не всегда удобно пользоваться.

2. Не ожидайте, что все в Европе говорят на английском. Несмотря на то, что я могу относительно хорошо читать по-английски, а Даша вообще прекрасно знает английский и итальянский, у нас были некоторые проблемы во Франции и Швейцарии.

3. Если вам в турагентстве говорят, что вы якобы должны приходите в приюты к 17-ти часам (типа если не приходите вовремя, места могут отдать другим), не воспринимайте это как обязательную часть программы. Из-за этого мы с Дашкой в первые дни трека не могли в полной мере насладиться горными видами и идти так, как нам хочется.

4. Все-таки лучше организовывать все самим — это, конечно, сложнее, но зато позволяет сэкономить и предоставляет еще большую свободу действий. Но для этого, конечно, нужно время.

Всего мы прошли более 170 км, 5 перевалов.

Больше всего понравилась итальянская часть трека. И, конечно, его кульминационный момент: когда мы, наконец, увидели Монблан. Во всей красе. Может, когда-нибудь я взгляну на мир и с вершины Монблана...





# ВЕСТНИК

## АЛЬПКЛУБА МГУ

№17 от 31 марта 2016 года

А пока – Гран Парадизо (4061 м). →

*Это фото взято из интернета (автор неизвестен).*

Красавица Гора. Гора, на вершине которой живет Мадонна. Гора, о которой в интернете, в принципе, не так много материалов (или мне так показалось, не знаю). Гора, идя на которую, я и помыслить не могла ни о каких альпинистских лестницах. Гора, которая заставила меня почувствовать, как мало у меня опыта для самостоятельных восхождений. И которая все же пустила и отпустила. Во многом благодаря опыту и терпению гида Беппе Вилья. Он не сдался даже тогда, когда понял, что к 12 дня – контрольному сроку – мы на вершине не будем. Действительно, точно в контрольный срок уложиться не удалось, но мы и опоздали всего на 15-20 минут.

По камням из-за нарушенной координации движений я хожу очень плохо. Сильно напрягаюсь. А там половина тропы, ведущей на Гору, – камни. Часто живые, шатающиеся, порой скользкие.

Увидев, как трудно я иду, Беппе взял меня на короткую веревку – так дело пошло легче, но, увы, не сказать, что намного быстрее. К снежнику – моему любимому покрытию – я была уже очень уставшей.

Вышли на снежник, попили чай, надели кошки, связались... И пошла обычная работа в горах. Даша и Беппе шли с ледорубами, я пока с палками. В таком порядке: Беппе – я – Даша. Быстрой Даше, шедшей за мной, сначала нелегко было идти в моем медленном темпе: там, где я делала шаг, она делала 2 – соответственно, веревка то и дело провисала. Потом как-то приноровились.

Снег местами довольно глубокий, проваливались. Кругом суровая холодная красота, чуть тронутая кое-где первыми робкими лучами восходящего солнца.

Солнце все выше, а сил все меньше. Были моменты – кляла себя последними словами, говорила – больше ни за что, никогда, да провалилась все пропадом. Были моменты, когда просто падала в снег и лежала там несколько секунд без движения – больше Беппе не позволял. Когда почти сдалась. Все было. Все как обычно.

Безмолвный диалог с самой собой. Ободряющая улыбка Беппе. Поддержка обеих Даш – одну я видела, вторая незримо присутствовала везде.

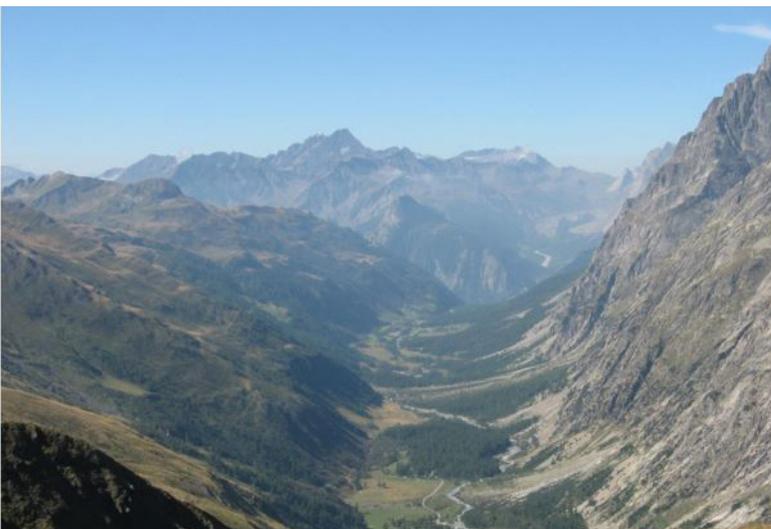




# ВЕСТНИК

## АЛЬПКЛУБА МГУ

№17 от 31 марта 2016 года



Мысли о маме, о любимых людях. Пятиминутный привал. Кусочек шоколада. И снова работа.

Второе дыхание, когда взойшли на перевал и увидели с него вершину. Радость на лицах Даши и Беппе, когда стало понятно, что дойдем.

И совершенно неожиданная лестница. Альпинистская. Та самая, которую я больше всего боялась, смотря фотографии с разных восхождений. Абсолютно не представляла, как можно ее пройти, особенно в кошках. Но... Прошла. Нужно только сделать первый шаг.

А потом... Потом, сразу же, была фирновая стенка. Почти вертикальная. Та, где надо «вбить ледоруб — подтянуться — вбить ледоруб — подтянуться». И скальная часть, где надо лезть. Падать нельзя, некуда: сорвешься — лететь где-то с полкилометра. А может и больше. Страшно, да. Но по мере того, как я лезла, страх уходил. А на смену пришло замечательное чувство свободы и восторга, за которое я так люблю горы. И, конечно, вершина.

И даже долгий, мучительный, ноющий спуск не смог испортить впечатление от такого усталого, вымученного, но такого долгожданного, слегка опьяняющего чувства вершины.

«С горой, Дашка!» — эти слова я тогда прошептала как Даше Снопковой, так и Даше Яшиной.

А сейчас, когда я, сидя дома, в тепле, в уютном кресле, пью кофе и пишу эти строки, все это кажется таким нереальным. Не верится, что мы прошли эту лестницу, эту стенку и эти скалы. Не верится, что был вот такой кусочек тропы, кусочек настоящего, реального альпинизма, кусочек жизни...

*Путешествие состоялось летом 2015 года. В материале использованы фото Яны Менжевицкой.*



# ВЕСТНИК

## АЛЬПКЛУБА МГУ

№17 от 31 марта 2016 года

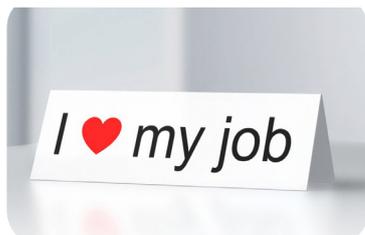




# ВЕСТНИК

## АЛЬПКЛУБА МГУ

№17 от 31 марта 2016 года



## МОЯ ПРЕКРАСНАЯ РАБОТА

**В**се знают, что лучшая работа — это хобби, которое приносит доход. Но вот не всем удастся проверить это на себе. Среди Членов нашего Клуба есть люди, которые могут похвастаться тем, что нашли для себя в альпинизме и в сфере активного отдыха если и не дело всей своей жизни — это мы спросим у них лет через десять — то, по крайней мере, дело, приносящее радость и удовлетворение. Естественно, не в качестве рекламы, а для того, чтобы рассказать, чем занимаются наши друзья в жизни, в текущем номере газеты мы решили спросить Александру Степанову (2 разряд) и Сергея Воротынцева (2 разряд) о том, как их хобби и увлечения стали для них работой.



**АЛЕКСАНДРА СТЕПАНОВА**

**С чем связана твоя работа в сфере активного отдыха и альпинизма? Как все выглядит в общих чертах?**

Основная наша работа<sup>1</sup> — это организация туров в рамках активного отдыха. То есть это не формат пляжного отдыха или просто экскурсионного, а формат походов, даже немного спорт. В общих чертах выглядит так: у нас есть команда инструкторов, за каждым из них закреплен маршрут собственного производства, иногда это что-то авторское, иногда классический маршрут. Инструктора водят набранную команду по этим маршрутам. Сейчас это называется коммерческий туризм.

**Когда и почему ты начала этим заниматься?**

Занимаемся мы этим чуть больше года. Началось все с того, что не хватило

терпения на свои обычные рутинные работы, а наш Клуб стал выходом из этой ситуации. Мы (я и Филипп) уволились со своих работ, я из банка, Фил из ресторана.

Многих смущает коммерческий туризм, этих людей я понимаю, но прежде, чем судить в общем, надо разобраться в тонкостях. Ведь не все альпинисты такие, как альпинисты в нашем альпклубе МГУ. Есть множества людей, которые, например, не хотят вникать в то, как все организовывать, или не могут ходить на тренировки, кто-то вообще впервые идет в поход. Я еще до альпклуба сама так и попала во все это впервые, когда поехала в Адыгею через коммерческий клуб. Это было здорово! Я бы на тот момент не справилась с таким количеством организационных вопросов этого формата.



РЕБЯТА В ЭФИРЕ РАДИОСТАНЦИИ «НАШЕ ПОДМОСКОВЬЕ», ДЕКАБРЬ 2015

**Какие задачи лежат непосредственно на тебе? А что на других людях из команды?**

Мои основные функции — это поиск единомышленников и партнеров. Основная часть задач, конечно, на Филиппе, не моего женского ума это дело. На нем реклама, сайт, в том числе поиск единомышленников. Вообще, дел много, они всегда возникают по ходу. Есть редакторы, некоторые

<sup>1</sup> Саша организовала Клуб походов и приключений City Escape <http://cityescape.ru/> вместе с другом Филиппом Терцом (страница в ВКонтакте <https://vk.com/id2993840>) — прим. Редакции



# ВЕСТНИК

## АЛЬПКЛУБА МГУ

№17 от 31 марта 2016 года



НА ВЕРШИНЕ ФИШТА, АДЫГЕЯ ОКТЯБРЬ 2015

статьи мы пишем сами, некоторые пишут инструктора, многие отчеты у нас от участников.

На инструкторах лежит задача составить маршрут, организовать логистику. Потом мы все это вместе подгоняем под формат нашего Клуба и сайта, публикуем, даем рекламу, набираем людей в группы. То есть, инструктора ответственны за свои маршруты, мы ответственны за все в целом.

**Какой режим у этой работы? Сколько времени ты ей посвящаешь?**

В принципе, режим свободный. Но сейчас эта работа занимает у нас большую часть нашего времени.

**На кого рассчитаны программы?**

Они абсолютно разные. У нас есть походы для детей, есть для новичков, есть для более опытных. От однодневных пеших до горных восхождений

МАРШ-БРОСОК ПО ЗИМНЕЙ МЕЩЕРЕ  
ДЕКАБРЬ 2015



(не спортивных). Форматы: вело, спелео, пешие, лыжные, скалолазные, веревочные курсы, горные походы, восхождения. Вот понемногу начали заниматься сплавами, планируем на этот сезон. В общем, выбор есть.

**Как это встраивается в твою повседневную и**

**личную спортивную жизнь?**

Сейчас этой работе не приходится встраиваться, это моя обычная повседневная работа. А что касается спортивной жизни, то ей, с одной стороны,

работа дала толчок, а с другой стороны, времени на спортивные мероприятия стало меньше. Сборы ведь проходят, как правило, летом, а для нас это рабочий сезон. Но я стараюсь строить планы на спортивные мероприятия, с альпклубом или без.

**Самое яркое событие, связанное с данной деятельностью?**

Я даже не знаю... Наверное, само начало этой деятельности. Я ведь когда-то думала о более спокойной и стабильной жизни.. Было очень страшно выбиться из привычной колеи и начать все заново.

**Ну и напоследок, что за инструктора у вас и как к вам попасть?**

Инструктора у нас разные. От опытных самостоятельных походников, до

ПОХОД НА СОЛОВЕЦКИЕ ОСТРОВА, ЛЕТО 2014



ПОХОД СО ШКОЛЬНИКАМИ, СЕНТЯБРЬ 2015



КОННЫЙ ПОХОД, НОЯБРЬ 2015





# ВЕСТНИК

## АЛЬПКЛУБА МГУ

№17 от 31 марта 2016 года

МС по туризму и инструкторов красного креста. Мы на «документы» не сильно смотрим, хорошо, что они есть, конечно, но спортивных сборов мы не проводим, поэтому для нас важен опыт и очень большое желание. Так что, желающие — welcome =)



**СЕРГЕЙ  
ВОРОТЫНЦЕВ**

**С чем связана  
твоя работа в  
сфере активного  
отдыха и альпинизма? Как  
все выглядит в  
общих чертах?**

Работа состоит в подготовке и проведении различных мероприятий. В качестве горного гида я работаю в разных коммерческих фирмах, а также полностью сам организую самостоятельные походы. В основном это: горные походы, альпинистские восхождения, тематические туры. Здесь можно выделить два основных этапа. Первый — организационный. Сначала нужно придумать интересное мероприятие, подобрать оптимальный маршрут, разработать и написать программу. Второй этап — непосредственно

проведение активного тура. Здесь я работаю в качестве горного гида или руководителя группы.

**Когда и почему ты начал этим заниматься?**

Все сложилось само собой, я постепенно прошел весь путь от новичка до гида и организатора. Сначала я участвовал в различных экспедициях и простых горных походах. Моя первая большая экспедиция состоялась летом 2004 года. Тогда мы ездили на Большое Щучье озеро (заполярный Урал), где целый месяц занимались научными исследованиями. После этой поездки я по-настоящему «загорелся» горами и по сей день я не могу представить свою жизнь без путешествий. За несколько лет я побывал в разных районах России и ближнего зарубежья (Хибины и Мурманская область, Кавказ, Камчатка, Алтай, горные районы Казахстана и Киргизии). Постепенно у меня накапливался опыт, повышались спортивные результаты. Совершенствуясь в альпинизме, я осознал свои реальные возможности. Стало понятно, что мне нравится работать с людьми, находить контакт, принимать решения и действовать. Так мое хобби плавно превратилось в интересную



КАРАЧАЕВО-ЧЕРКЕССКАЯ РЕСПУБЛИКА  
МАЙ 2015

работу, которой я сейчас занимаюсь. Мне сложно назвать какой-то конкретный момент времени, когда произошел этот переход. Могу только сказать, что наиболее активно я участвую в этой деятельности последние три года.

**Какие задачи лежат непосредственно на тебе? А что на других людях из**

ТЯНЬ-ШАНЬ, П. ХАН-ТЕНГРИ, ЛЕТО 2015





# ВЕСТНИК

## АЛЬПКЛУБА МГУ

№17 от 31 марта 2016 года

### команды?

Здесь по-разному, все зависит от конкретного мероприятия. Если я работаю с какой-то туристической фирмой, то обычно все организационные вопросы они берут на себя. В случае горного похода или восхождения моей задачей является руководство группой на маршруте. Как гида, мне необходимо встретить всех участников в назначенном месте, познакомиться, провести инструктаж по технике безопасности, ответить вопросы. Далее нужно обсудить планы, проверить личное снаряжение, распределить общественный груз, выдвинуться на маршрут. В работе горного гида, есть много тонкостей. Фактически на мне лежит ответственность за безопасность мероприятия, психологический климат в группе и выполнение поставленных целей. Всегда важно помнить, что люди приехали отдохнуть. Они заплатили за качество мероприятия, взяли долгожданный отпуск на работе, возможно, единственный в году. Все это накладывает большую ответственность на руководителя, к ней нужно быть готовым.

В начале тура участники обычно не знают друг друга, некоторые могут впервые оказаться в походе или восхождении такой сложности. Моя первостепенная задача убрать это стрессовое состояние. С первых дней нужно создать дружественную атмосферу в коллективе, найти личный подход к каждому участнику и утвердиться как лидеру группы. Необходимо сделать все, чтобы как можно скорее все участники стали одной сплочённой командой. Только таким образом можно достичь поставленных целей. Работа над этими психологическими моментами по значимости стоит наравне с технической подготовкой участников и ведётся на протяжении всего мероприятия. В рамках обучающей программы, я провожу цикл учебных занятий по основам

альпинизма, отрабатываю с группой по несколько раз наиболее важные моменты. Если группа движется по пешему маршруту моей задачей является четкое планирование времени выхода и отдыха группы, контроль за состоянием участников. В случае восхождения к задачам добавляется определение порядка и образа движения группы на рельефе, организация связи с базовым лагерем и другими группами, выполнение технических задач (провешивание перил, организация страховки, установка лагеря и других). Горный гид должен быть готовым к принятию ответственных решений по изменению первоначальных планов из-за чрезвычайных обстоятельств в группе или погодных условий. Моя задача заранее продумать план действий на случай той или иной ситуации. Необходимо периодически прокручивать в голове возможные исходы, следить за временем, оценивать состояние и возможности группы. Словом, на горном гида лежит выполнение многих задач, которые в явном виде не прописаны. Думаю, для большинства они интуитивно понятны. Планку качества здесь каждый выбирает самостоятельно.

Тематические поездки, которыми я занимаюсь, напрямую связаны с моей специальностью — астрономией<sup>2</sup>. В них есть экскурсии, легкая походная часть, а также лекции и ночные наблюдения с телескопом. Здесь на мне полностью лежит как организационная работа, так и лекционная программа. Необходимо быть в постоянном контакте со всеми подрядчиками (транспорт, вопросы размещения группы). Значительную часть времени уделяешь подготовке лекционного материала и мастер-классов.

В целом, в ходе любого мероприятия постоянно решаешь широкий круг вопросов. Все задачи сложно перечислить. Распределение обязанностей в команде каждый раз разное. Работа



ВОСХОЖДЕНИЕ НА БЕЛУХУ (4509М.) ПОД РУКОВОДСТВОМ СЕРЕЖИ, ОСЕНЬ 2014

очень динамичная и интересная. Мне постоянно приходится выступать в совершенно разных ролях.

### Какой режим у этой работы? Сколько времени ты ей посвящаешь?

Как правило, основная работа длится весь летний сезон. Я уезжаю в конце мая и возвращаюсь в начале сентября. Всегда планируется несколько разных поездок, чтобы работа была более продуктивной. Одно из мероприятий обязательно должно давать мне новый качественный опыт. Осенью и весной идут астрономические выезды на Кавказ. Каждая такая поездка занимает неделю. В целом, я всегда стараюсь совмещать работу с саморазвитием, выделять время на повышение квалификации (различные курсы, спортивные и высотные восхождения, теоретическую работу). Так, зимой я традиционно уезжаю в горы для спортивной подготовки. Какого-то четкого режима нет, подстраиваешься под будущие мероприятия, научную деятельность и долгосрочные планы. Работа по подготовке мероприятий и разработке новых идей идет перманентно в течение всего года.

### На кого рассчитаны программы?

Программы есть самые разные. У меня были как легкие горные маршруты, рассчитанные на новичков, так и серьезные альпинистские восхождения для более опытных участников. Например, программа восхождения на Белуху включает в себя пешую часть и занятия по технической подготовке

<sup>2</sup> Сережа закончил физический факультет МГУ, где обучался на кафедре астрофизики и звездной астрономии – прим. Редакции



# ВЕСТНИК

## АЛЬПКЛУБА МГУ

№17 от 31 марта 2016 года

к восхождению. В ней может принять участие любой человек в хорошей физической форме. Специальных знаний альпинизма не требуется. Гиды обучают участников всем базовым техническим элементам и выполняют всю необходимую сложную работу (навеска перил, установка лагеря, связь и прочее). В астрономические поездки, как правило, едут любители астрономии и те, кто хочет отдохнуть нестандартно. Бывают разные забавные истории. Один раз в нашей поездке участвовали две молодые пары. Незадолго до этого одна пара внезапно подарила другой паре телескоп. Понаблюдав звезды, вторая пара решила «в отместку» подарить первой паре нашу астрономическую программу. Так и пополнились наши дружные ряды любителей астрономии. Каких-то ограничений по возрасту в большинстве случаев нет. В самых простых программах допускается участие детей вместе с родителями. По опыту можно сказать, что преимущественно в активные туры и восхождения идет молодежь, однако бывают и пожилые участники. Например, прошлым летом моей задачей было поднять на пик Хан-Тенгри (7010м) группу из 4-х японцев. Двоим из них было по 72 года! Мы успешно поднялись на вершину и спустились в хорошем физическом состоянии. Конечно, такие восхождения требуют от участников уже более серьезной технической подготовки и опыта. Всегда важно помнить, что перед тем как отправиться в активный маршрут

или восхождение, каждый должен адекватно оценить свои силы. Определившись с маршрутом и программой мероприятия, стоит выделить время на соответствующие тренировки. При должной подготовке и стремлении можно достичь практически любых целей.

### Как это встраивается в твою повседневную и личную спортивную жизнь?

Когда работаешь гидом необходимо быть в отличной физической форме и постоянно совершенствовать свои технические навыки. Самая лучшая подготовка для гор это — горы. Поэтому в начале лета я обычно планирую разминочное более легкое мероприятие, а потом уже основное сложное восхождение. Так в прошлом году в качестве разминки перед пиком Хан-Тенгри было восхождение на Белуху. В этом году в качестве тренировки, возможно, будет Эльбрус. Базовые общие физические и технические тренировки тоже никто не отменял. Говоря о других занятиях, думаю, мне удалось найти некоторый компромисс между научными исследованиями и работой горным гидом. Сейчас я параллельно участвую в обработке наблюдений с радиотелескопов европейской интерферометрической сети EVN, занимаюсь популяризацией науки. С личной жизнью сложнее. Тяжело поддерживать отношения, когда ты постоянно находишься в разъездах. Далек не всех устраивает

такой режим. А в целом, у меня есть отличный простой подход к решению проблем разного рода совместимостей в жизни. Когда я был «значком», мы все давали клятву альпиниста. В ней говорилось, что если работа, учеба или семья мешают занятию альпинизмом — бросать работу, учебу или семью, любить горы. Советую всем взять на заметку ;-)

### Самое яркое событие, связанное с данной деятельностью?

Сложно выделить какое-то одно событие. В такой деятельности все события яркие. Каждая группа участников по-своему уникальна и интересна. Со многими в последствие поддерживаешь теплые дружеские отношения, приезжаешь в гости к ним, а они к тебе. Всегда случаются какие-то смешные истории или тяжелые испытания. Запоминаются спортивные достижения, минуты на вершине, красоты природы, разговоры у костра, всего тут не перечислишь. Пожалуй, последнее наиболее яркое событие — работа на пике Хан-Тенгри.

### Что-то, что хочется добавить от себя.

Спасибо за интересные вопросы! Хочу пожелать всем чаще возвращаться горы.

КАРАЧАЕВО-ЧЕРКЕССКАЯ РЕСПУБЛИКА, МАЙ 2015



СЕРЕЖА С ГРУППОЙ НА АЛТАЕ, ЛЕТО 2015





# ВЕСТНИК

## АЛЬПКЛУБА МГУ

№17 от 31 марта 2016 года



## КАК Я УЕХАЛА ЖИТЬ НА СЕВЕР...

О. Куликова

**В** Ни для кого в клубе не секрет, что вот уже шесть лет я почти каждое лето провожу в тундре, и так люблю свои поля, что даже готова пожертвовать летними сборами ради них. Но вот идея уехать на Севера на ПМЖ почему-то не приходила мне в голову, хотя опыт полугода жизни в Тромсё был ну очень (даже слишком) положительным. А заронило эту идею мне в голову полу-шуточное заявление нашего коллеги Саши Соколова...

Мы с Чижом (моим напарником и неизменным соавтором) сидели ясным теплым вечером 4 июня в гостинице «Полярная Звезда» в Нарьян-Маре. До вертолета было еще два дня, перед нами брезжило море дел, которое нужно было завершить перед отъездом.

Чиж решил позвонить Саше в Лабытнанги, чтобы еще раз обсудить детали способа ловли хищных птиц на яйцах (на ранней стадии гнездования), в которой у Саши имеется изрядный опыт. В конце беседы Саша передал нам привет и спросил: «Как там Оля? Работу еще не нашла? Передай, что мы тут для неё дом уже строим!» Мы все втроём посмеялись над этим и, закончив разговор, вернулись к насущным заботам.

Но когда поля кончились, и я вернулась в Москву в начале сентября, идея ожила в моей голове, и я написала Саше вопрос о реальности предложения.

В каждой шутке, как известно, только доля шутки, и Саша, против своего



ЛАБЫТНАНГИ

обыкновения, очень быстро ответил, что спросит у директора. А институту осенью как раз нужно было отчитываться по плану приёма молодых сотрудников на работу, и в институте в Екатеринбурге мне очень быстро нашли ставку. Так с 1го октября 2015 года я стала официальным сотрудником Арктического научного стационара Института Экологии Растений и Животных Уральского отделения Академии Наук в городе Лабытнанги.

А в конце ноября, обложенная многочисленными рюкзаками и в компании с котом, я уже ехала в поезде прочь из надоевшей Москвы.

На заснеженном вокзале в Лабытнангах меня встретил радостный Саша и отвез в маленький уютный домик в лесу на Зелёной горке. Там же, в двухстах метрах, находится и моё место

работы — контора Стационара. Но первую неделю своего пребывания в Лабытнангах дома я только спала (очень мало), а в основном сидела в правительстве ЯНАО в Салехарде на заседаниях конференции по Гусеобразным Северной Евразии. Там было очень интересно, и, кроме рабочих контактов, я познакомилась с некоторыми людьми из Салехарда — любителями гор, лыж и сноуборда.

Я думала, что после конференции жизнь потечет по провинциальному, неторопливо и размеренно, но не тут-то было! Кипучая деятельность Саши и его жены Наташи, их способность заваливать меня интересными заданиями, активность подразделений Департамента по науке и инновациям, а также всяческие вылазки в горы на лыжах и пешком просто не дают передохнуть.



# ВЕСТНИК

## АЛЬПКЛУБА МГУ

№17 от 31 марта 2016 года

И что важно — я как-то сразу прижилась на Севере и не представляю, как я могла жить где-то ещё. Красивая, белая, пушистая, искрящаяся зима. Легкий, сухой, приятный морозец иногда игриво покусывает за щёки и нос. Возможность пешком дойти до качественной лыжни (хотя порой мне кажется даже, что 15 минут — это слишком долго), за полчаса доехать на машине до оборудованного горнолыжного склона и за час — до настоящих гор с классифицированными маршрутами (и большим потенциалом для описания новых) — разве не мечта? Плюс интересная работа, инициативные коллеги и близкая перспектива интересных полевых работ.

Так что, обратно я не собираюсь, зато зову всех в гости — накормим, напоим, покажем Северные горы и просторы!



МОЙ СЕВЕРНЫЙ ДОМ

ЕЁ ЗОВУТ АНИКЕ, ЧТО ЗНАЧИТ — ПОСЛЕДНЯЯ ДЕВОЧКА



С ДИМОЙ ВИНОГРАДОВЫМ. ПРИПОЛЯРНЫЙ УРАЛ



# ВЕСТНИК

## АЛЬПКЛУБА МГУ

№17 от 31 марта 2016 года



ЛЕДЯНАЯ СКУЛЬПТУРНАЯ КОМПОЗИЦИЯ  
У ЗДАНИЯ ПРАВИТЕЛЬСТВА ЯНАО



ПРОЕКТ РАЗВИТИЯ НАУЧНОГО ЦЕНТРА АРКТИКА — ВСЕ ПЕРЕХОДЫ  
ПОД ЗЕМЛЕЙ

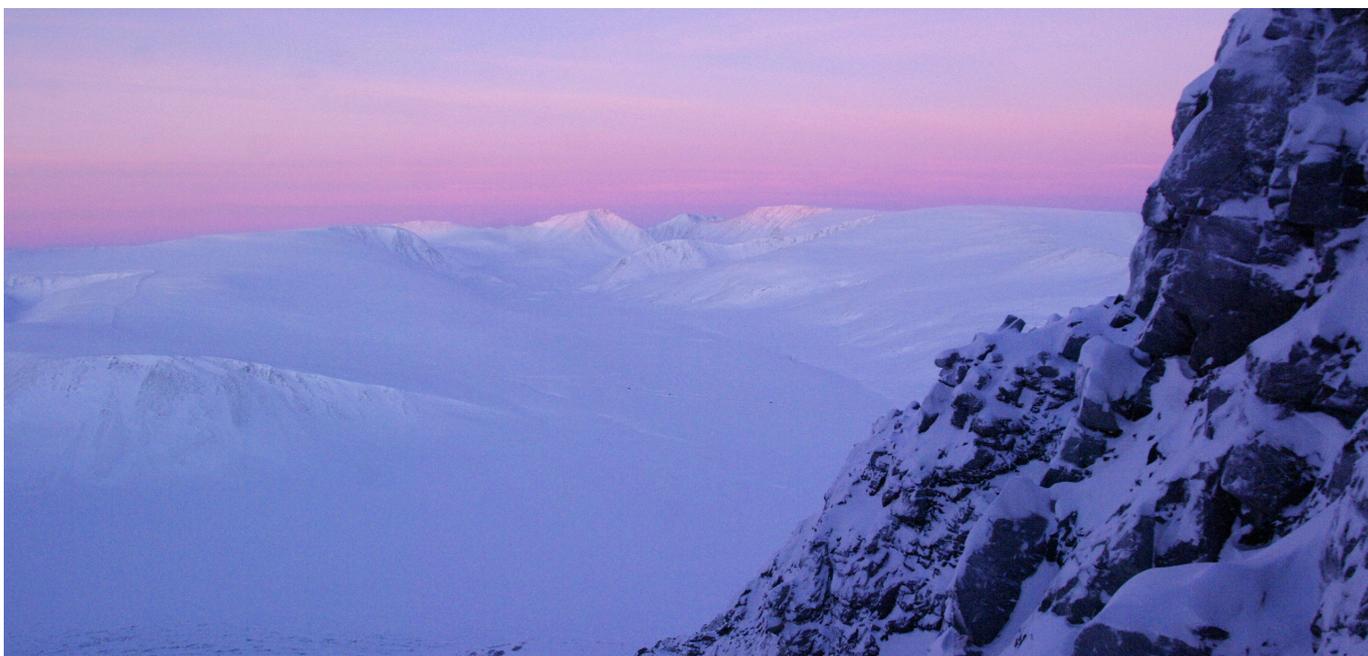


И ТАК ВСЕ 150 МЕТРОВ ДОРОГИ НА РАБОТУ



ШАМАН-КАМЕНЬ

ВОТ ТАКИЕ ВОТ СЕВЕРНЫЕ ГОРЫ





# ВЕСТНИК

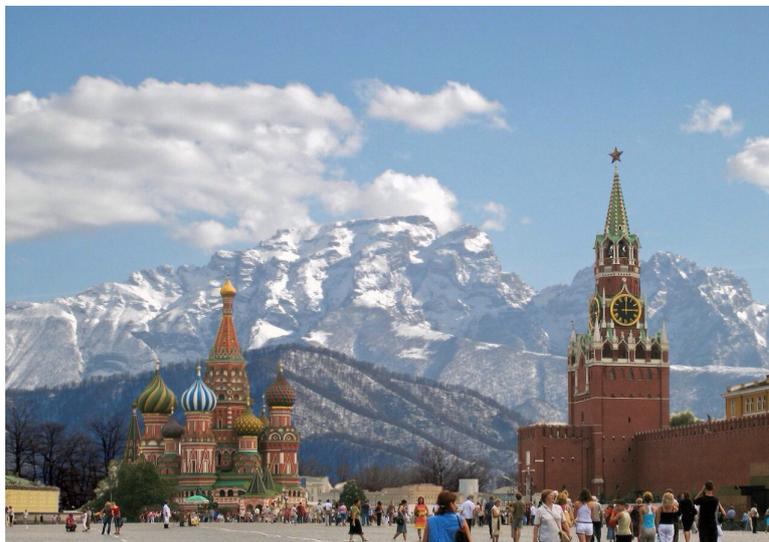
## АЛЬПКЛУБА МГУ

№17 от 31 марта 2016 года

### ЮМОР

- На метро так раз, и ты уже на маршруте =)
- Да, было бы неплохо! Правда, на месте Балашихи была бы какая-нибудь морена =)
- Ничего, мы бы это пережили.
- Все замкадники жили бы в кошках.
- Ты преувеличиваешь. Туда, где нужны кошки, местные не ходят. А гороманьяки, типа нас, этому рады.
- В кошках. Кош =)
- Что хочу, то и вижу. Что такое кошки?
- Фан на тебя нет...
- Фаны есть, меня еще там нет =)

*Фото и диалог подсмотрены в частной переписке членов АК МГУ.*



### НАД НОМЕРОМ РАБОТАЛИ:



Юлия  
Остапенко



Ольга  
Соколова



Яна  
Менжевицкая



Марина  
Виноградова

Авторы: Ю. Остапенко, М. Михайлова, Д. Виноградов, О. Лопухина, Е. Мазин, С. Воротынцев, И. Кирдяшев, Я. Менжевицкая, А. Степанова, О. Куликова

## ЕСЛИ ДУША РОДИЛАСЬ КРЫЛАТОЙ - ЧТО ЕЙ ХОРОМЫ И ЧТО ЕЙ ХАТЫ!

МАРИНА ЦВЕТАЕВА

