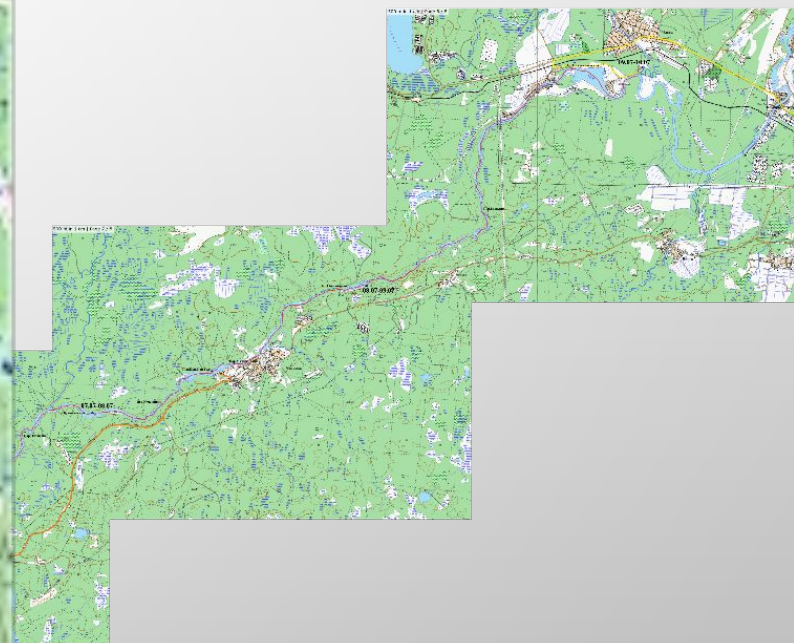
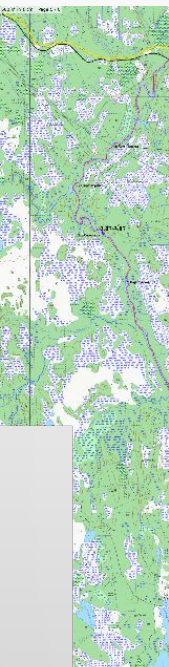
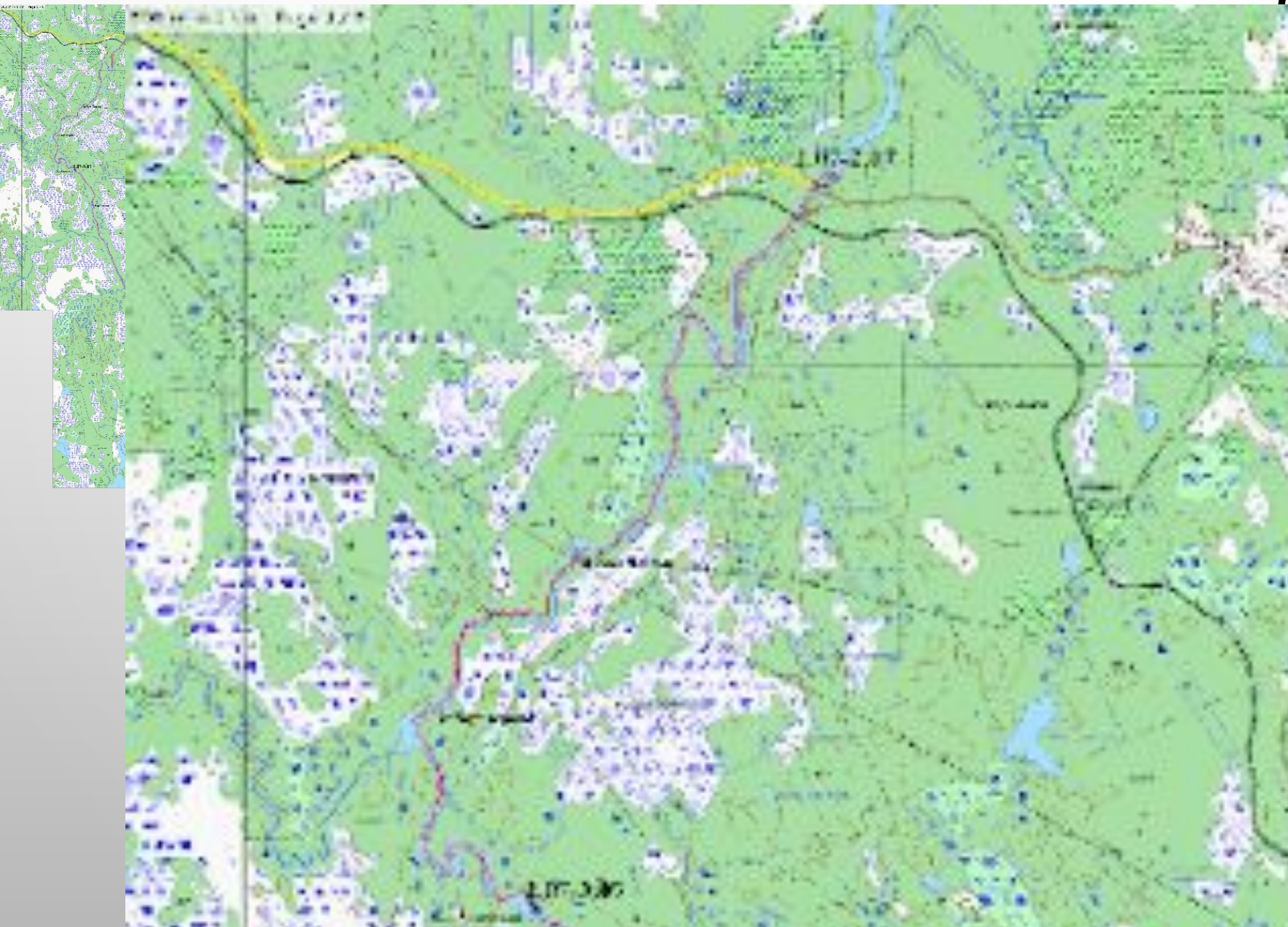


**ОТЧЁТ**  
**О ПРОВЕДЕНИИ ВОДНОГО ПОХОДА ПЕРВОЙ**  
**КАТЕГОРИИ СЛОЖНОСТИ В РАЙОНЕ**  
**РЕСПУБЛИКА КАРЕЛИЯ, Р.ШУЯ**  
**ТУРИСТСКИЙ КЛУБ “ВОСЬМЁРКА”**

*РУКОВОДИТЕЛЬ: ФЕДОРОВ ВЛАДИМИР СВЯТОСЛАВОВИЧ*

*ДАТА ПРОВЕДЕНИЯ: 01.07.17 - 10.07.17*

# ОБЗОРКА 0/6





# ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ПОХОДА 1 / 6

1. ПОЛУЧЕНИЕ И УЛУЧШЕНИЕ НАВЫКОВ ВОДНОГО ТУРИЗМА

2. РАЗВИТИЕ НАВЫКОВ КОМАНДНОЙ

(ПАРНОЙ РАБОТ

3. РАЗВИТИЕ ИНДИВИДУАЛЬНОЙ

ОТВЕТСТВЕННО

4. РАСШИРЕНИЕ СПЕКТРА ТУРИСТСКИХ

ВОЗМОЖНОСТЕЙ, РОСТ КАК

ТУРИСТА-УНИВЕРСА

5. РАЗВИТИЕ НАВЫКОВ ПРЕОДОЛЕНИЯ И

ДРУГИХ ЛИЧНОСТНЫХ КАЧЕ

6. ПОПАСТЬ В ПРИКЛЮЧЕНИЕ

7. ЗНАКОМСТВО С ШУЕЙ, С КАРЕЛИЕЙ В ЦЕЛОМ





# ВЫБОР РАЙОНА ПОХОДА 2/6

1. БОЛЬШОЙ СОВМЕСТНЫЙ ОПЫТ ПОХОДОВ

2. ВЫСОКИЙ УРОВЕНЬ ОТВЕТСТВЕННО

3. ВОЗМОЖНОСТЬ СТАТЬ ПРОФЕССИОН

4. НОВИЗНА ПОХОДА

5. ПОДХОДЯЩАЯ ПОГОДА

6. ПРИРОДА РЕСПУБЛИКИ

7. САМАЯ ДОСТУПНАЯ РЕКА КАРЕЛИИ

8. ЕСТЬ РАЗНЫЕ ВАРИАНТЫ ПОДЪЕЗДА

9. АВАРИЙНЫЙ ВЫХОД (АЭРОПОРТ В

ПЕТРОЗАВОДСК





# ТРЕНИРОВКА В САМОМ ПОХОДЕ 3/6

1. ТЕХНИКА ГРЕБЛИ
2. РАСПРЕДЕЛЕНИЕ РОЛЕЙ
3. ТРЕНИНГИ
4. ИДЕОМОТОРНЫЕ ТРЕНИРОВКИ
5. ТРЕНИРОВКА НА ПОРОГЕ





# ПОДГОТОВКА К ПОХОДУ 4/6

1. ВОДНЫЕ ПОХОДЫ 1-ОЙ КАТЕГОРИИ В РАЙОНЕ ВУОКСЫ В 2014 И 2015 ГОДУ
2. ТЕОРЕТИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА К ВОДНОМУ ПОХОДУ
3. ФИЗИЧЕСКАЯ И ОБЩЕТУРИСТИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА
4. ТРЕНИРОВКА НА ЛОСЕВСКОМ ПОРОГЕ
5. КОНТРОЛЬНЫЙ ВЫЕЗД НА ОЗ. ФИГУРНОЕ
6. ПРОВЕРКА СНАРЯЖЕНИЯ

# ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА МАРШРУТА 5/6

1. ФАКТЫ
2. ВЫХОДЫ С МАРШРУТА
3. СТОЯНКИ, БЕРЕГА
4. УРОВНИ ВОДЫ
5. КОМФОРТ ДВИЖЕНИЯ
6. ПОГОДА





# ПРОТЯЖЕННЫЕ ПРЕПЯТСТВИЯ 6/6





# ЛОКАЛЬНЫЕ ПРЕПЯТСТВИЯ 7/6

## I. ТЕХНИКА ПРОХОЖДЕНИЯ ПОРОГОВ

- 1) ПОРЯДОК ПРОХОЖДЕНИЯ
- 2) СТРАХОВКА



## II. ПРОЧИЕ ПРЕПЯТСТВИЯ

- 1) ШИВЕРЫ
- 2) ПЕРЕКАТЫ
- 3) ОБНОСЫ





# ОСОБЕННОСТИ ШУЙСКОГО БЫТА 8/6

1. СМЕНА ОДЕЖДЫ В ПОХОДЕ
2. КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ МЕСТА ЛАГЕРЯ
3. КЛЕЩИ И ДРУГИЕ УГРОЗЫ
4. ПРОВЕРКА В КОНЦЕ ХОДОВОГО ДНЯ
5. ОТНОШЕНИЕ К СНАРЯЖЕНИЮ
6. СОХРАННОСТЬ И УЧЕТ СНАРЯЖЕНИЯ





СПАСИБО ЗА ПОНИМАНИЕ 6/9

