

## **Kalnu skolas 2 posma programma:**

1. 05.07.2019. Rīga – Maskava vilc.
2. 06.07.2019. Maskava
3. 07.07.2019. Vilcienā
4. 08.07.2019. Naļčika - a/n Ullutau
5. 09.07.2019. Klinšu nodarbības
6. 10.07.2019. Klinšu nodarbības
7. 11.07.2019. Upju nodarbības, glābšanas darbu nodarbības
8. 12.07.2019. Ledus nodarbības
9. 13.07.2019. Ledus nodarbības
10. 14.07.2019. Sniega nodarbības
11. 15.07.2019. Virsotne 1B
12. 16.07.2019. Atpūtas diena
13. 17.07.2019. Pieejas diena
14. 18.07.2019. Virsotne 2A
15. 19.07.2019. Atpūtas diena
16. 20.07.2019. Pieejas diena
17. 21.07.2019. Virsotne 2A
18. 22.07.2019. Virsotne 2B
19. 23.07.2019. Atpūtas diena
20. 24.07.2019. – A/n – Min-Vodi –Maskava lidmašīna
21. 25.07.2019. Maskava – Rīga lidmašīna.

### **Papildus programma**

20. 24.07.2019. Pārbrauciens uz Azau, Prijuts 11
21. 25.07.2019. Prijuts 11 - Pastuhova klintis 4900 m
22. 26.07.2019. Uzņēmums Elbrusā
23. 27.07.2019. Min-Vodi – Maskava
24. 28.07.2019. Maskava - Rīga

Apmācības notiks Centrālā Kaukāzā, kur dalībnieki praktiski apgūs pārvietošanos pa dažādām kalnu reljefa formām – klintīm, sniegu, ledu, nobirām u.c.

Programma paredzēta Kalnu skolas 1. gada 2.posma apmācību dalībniekiem.

Dalībniekiem ar klasisificētu virsotņu pieredzi paredzēta speciāla programma.

Nodarbības, kāpšana virsotnēs grupu vadītāju-instruktoru pavadībā.

Kāpšana Eiropas augstākajā virsotnē – Elbruss 5642 m, 2A. (**iespējama kā papildus programma**).



## ORGANIZATORI UN VADĪTĀJI

### LATVIJAS ALPĪNISTU UN CEĻOTĀJU ASOCIĀCIJA

Reģ.Nr.40008056801, Licence Nr. 04-161 ( 318 )  
e-pasts: [laca2@inbox.lv](mailto:laca2@inbox.lv),  
[www.laca.lv](http://www.laca.lv)

**EDGARS ŠĀBLIS** – skolas vadītājs  
mob. 29455812  
e-pasts: [saedgars@inbox.lv](mailto:saedgars@inbox.lv)

**Normunds Hofmanis** – grupas instruktors  
mob. 29539836  
e-pasts [normunds.remoss@inbox.lv](mailto:normunds.remoss@inbox.lv)

**VILNIS BUŠS** - grupas instruktors e-pasts  
[v.buss@inbox.lv](mailto:v.buss@inbox.lv)  
mob. 29112315

**JĀNIS ĶIMENIEKS** e-pasts  
[janis.kimenieks@gmail.com](mailto:janis.kimenieks@gmail.com)  
mob.28644322

## KALNU SKOLA –

### LEKCIJAS UN PRAKTISKĀS NODARBĪBAS LATVIJĀ UN KAUKĀZĀ

Latvijas Alpīnistu un ceļotāju asociācija piedāvā apgūt kalnos kāpšanas iemaņas un alpīnisma tehniku jebkuram interesentam, neatkarīgi no vecuma un priekšzināšanām.

**Kalnu skolas 1.posms** – teorētisko un praktisko nodarbību programma Latvijā visiem, kuri, vēlas sākt kāpt kalnos, vēlas atsvaidzināt savas zināšanas par kāpšanu kalnos. Paredzēti pārgājieni Latvijā, nodarbības uz reljefa (iespējas kāpt pa mākslīgām un dabiskām sienām, klintīm, sniegu, ledu u.c.)

**Kalnu skolas 2.posms** – praktiskās nodarbības Centrālā Kaukāzā, kurā paredzēts apgūt pārvietošanos pa nobirām, zālainām nogāzēm, klintīm, sniegu, ledu, šķērsot upes, glābšanas darbus. Uzkāpšana Centrālā Kaukāza virsotnēs.

Nodarbības vada pieredzējuši instruktori, vadītāji.

Par teorētisko un praktisko nodarbību plānu Jūs informēs organizatori un vadītāji.

Brauciens notiek pēc dalībnieku brīvprātīgas apvienošanās, iespēju robežās ievērojot visu intereses, ņemot vērā dalībnieku ierosinājumus.



**LATVIJAS ALPĪNISTU UN  
CEĻOTĀJU ASOCIĀCIJA**

## Centrālais KAUKĀZS



**Kalnu skola 1.gads  
2. posms**

**05.07.-25.07.2019.**