

Детская горнолыжная школа в Кировске



Уровень подготовки

От начального до спортивного

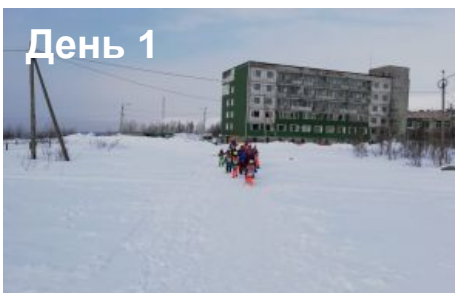
от 25 000 руб.

7 дней / 6 ночей

Детский спортивно-оздоровительный выезд. Возраст 7-14 лет. Взрослые. Уровень катания - катающиеся (контролируемые повороты и остановки). Проводим на горнолыжном комплексе "Большой Вудъявр"

Кировск - один из самых современных и известных горнолыжных курортов России. Его популярность объясняется расположением: город территориально находится за полярным кругом (Мурманская область), а поэтому горнолыжный сезон здесь длится практически круглый год.

План путешествия



День 1

Заезд в отель, размещение участников. Вечером общее собрание всех участников. Инструктаж по ТБ.



День 2

Распределение по группам, согласно уровня катающихся. Отработка технических моментов.

7:30 Подъем

8.30-9.00 Завтрак

9.30 Выход/выезд на гору

10.00-12.00 Тренировка

12.00-13.00 Свободное катание

13.30-14.00 Обед

14.00-15.30 Отдых

16.00-18.00 Тренировка

19.00-20.00 Ужин

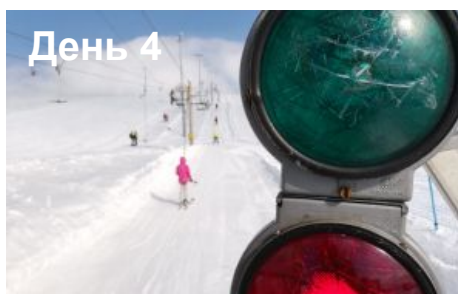
20.00-22.00 Свободное время
22.30 Отбой



День 3

Лекция о том, как правильно обслуживать снаряжение.

7:30 Подъем
8.30-9.00 Завтрак
9.30 Выход/выезд на гору
10.00-12.00 Тренировка
12.00-13.00 Свободное катание
13.30-14.00 Обед
14.00-15.30 Отдых
16.00-18.00 Тренировка
19.00-20.00 Ужин
20.00-22.00 Свободное время
22.30 Отбой



День 4

Выход в город, посещение местных достопримечательностей. Поход в музей.

7:30 Подъем
8.30-9.00 Завтрак
9.30 Выход/выезд на гору
10.00-12.00 Тренировка
12.00-13.00 Свободное катание
13.30-14.00 Обед
14.00-15.30 Отдых
16.00-18.00 Тренировка
19.00-20.00 Ужин
20.00-22.00 Свободное время
22.30 Отбой



День 5

Установка трассы. Работа на трассе.

7:30 Подъем
8.30-9.00 Завтрак
9.30 Выход/выезд на гору
10.00-12.00 Тренировка
12.00-13.00 Свободное катание
13.30-14.00 Обед
14.00-15.30 Отдых
16.00-18.00 Тренировка
19.00-20.00 Ужин
20.00-22.00 Свободное время
22.30 Отбой



День 6

Работа над ошибками.

7:30 Подъем
8.30-9.00 Завтрак
9.30 Выход/выезд на гору
10.00-12.00 Тренировка
12.00-13.00 Свободное катание
13.30-14.00 Обед

14.00-15.30 Отдых
16.00-18.00 Тренировка
19.00-20.00 Ужин
20.00-22.00 Свободное время
22.30 Отбой



Выезд из отеля, трансфер в аэропорт

В стоимость тура входит

Проживание в отеле "Хибины" в номерах, выбранной Вами категории. Трансфер аэропорт Мурманск-отель-аэропорт Мурманск.

Питание: завтрак/ужин в ресторане отеля "Хибины"

Тренировки: 2 обязательных тренировки в день, продолжительностью не менее 2-х часов. Время и точное место начала тренировок определяется тренером на месте в соответствии с погодными условиями и пр. обстоятельствами.

В стоимость тура не входит

Перелет, скипасс, обед, прачечная, досуг по желанию (сауна, экскурсии, музеи, аквапарк, локальный трансфер)

Необходимые документы

Для детей до 14 лет: св-во о рождении, паспорт одного из родителей, полис ОМС, справка о здоровье ребенка по форме 079-У.

Для взрослых: паспорт РФ, полис ОМС

Безопасность

Данная программа является потенциально опасной для здоровья и жизни любого из участников.

Тренеры обеспечат необходимый уровень безопасности, при условии соблюдения участниками ТБ.

Проживание/отели

Отель "Хибины":

2-х местный МАЛЫЙ стандарт, 2-х местный БОЛЬШОЙ стандарт, 3-х местный стандарт. Возможны иные категории номеров по запросу.

Дополнительная информация

Цены для тренирующихся (цена за 1 чел)

Двухместный МАЛЫЙ номер 62 000

Двухместный БОЛЬШОЙ номер 64 000

Трехместный номер 60 000

Цены для сопровождающих (без занятий с тренером):

Независимо от размера группы.

36 000р.

Транспорт

Самолет до г. Мурманск.

От аэропорта в г. Мурманск трансфер до отеля.

При желании, можно добираться до отеля самостоятельно на поезде или любом другом удобном транспорте.

Важно! В этом случае, просим уведомить нас заранее.

Снаряжение

- Комплект термобелья -2 комплекта
- Горнолыжные носки -2 пары
- Флис
- Горнолыжные курка+брюки
- Шлем
- Балаклава
- Горнолыжные очки (маска)
- Горнолыжные перчатки
- Защита локтей, колен, спины (на Ваше усмотрение)
- Аптечка (желательно)
- Горные лыжи
- Горнолыжные ботинки
- Горнолыжные палки (обязательно)