



HIMALAYA

Centrul de Pregătire Montana *Himalaya*

NOU!

Program organizat de
Asociația Club Sportiv ECO-ALPIN



*Team Building • Tabere • Alpinism și escaladă •
Tir sportiv • Bungee-jumping • Călărie •
Parașutism • Înot și scufundări • SMURD •
Mountain Bike • Paint Ball • Jocuri sportive •
Drumeții • Cantonamente • Expediții • Supraviețuire
zona Râșnov - Bran*



- OFERTA -1 zi- Primăvară 2024
””Program sportiv-recreativ si aplicativ-utilitar de pregătire pentru viata a tinerilor “
>ACTIVITATILE INCEP CU INTONAREA IMNULUI DE STAT SI RIDICAREA DRAPELULUI NATIONAL
10.30-PREZENTAREA PARTICIPANTILOR.
10.45-13.00--Lucru pe ateliere-
-Atelierul-1-Echitatie -cu instructor in manej /**Atelierul-1-Actiune** individuala si la nivel echipa in situatii de urgenta-**Tehnici de escalada /traversare coborare/ parc aventura->Tiroliana.**
Atelierul-2-Parcursuri Aplicative (jaloane,punte de echilibru,sarituri, tarasuri,transee,zona cu obstacole naturale) - TIR cu arcul cu sageți / paintball /air-soft –
Atelierul-3-Montare si demontare tabara-corturi / Tehnici de prim-ajutor **>13.00-13.45-PRANZ** (Supa pui / Friptura / Garnitura / salata-Desert-)
Dupa amiaza-
> Atelierul-1 →DRUMETIE--CUNOASTEREA SI RESPECTAREA NATURII SI A MEDIULUI -
-14.30-16.30-INITIERE in tehnici de supravietuire,traii si viata in munti-----> **Tipuri de adaposturi improvizate/ Capcane/Tipuri de focuri si aprinderea focului / Filtru natural de apa // semne si semnale in munti la pierderea de grup / Tehnici de acordare a primului ajutor si salvare Montana cu mijloace improvizate / transport accidentati.**
.>Competitia CUPA HIMALAYA-la parcursuri aplicativ-utilitare-echipe mixte tip stafete.
> 16.30.-Incheierea programului.

CONTACT: Mobil: 0762.201.999;
0762.201.998;
0737.124.149;

e-mail: cabanahimalaya@yahoo.com

Activitatile se vor derula sub conducerea instructorilor coordonatori cu specializare, calificare si experienta profesionala in domeniu si a insotitorilor de grup. La sfarsitul taberei in urma clasamentului individual si pe echipe se va face o selectie a acestora pe discipline sportive in cadrul Clubului Sportiv Eco-Alpin.