



# НОРБЕКОВ КЛУБ

ПУТЕШЕСТВИЯ ПО МЕСТАМ СИЛЫ

ВЫЕЗДНОЙ КУРС ОСНОВЫ ИНТУИЦИИ  
НА ГОРНОМ АЛТАЕ

Путешествие на Алтай начинается со знакомства, улыбок и рассаживания по местам в гостеприимном поезде.

Мы с Вами едем из Екатеринбурга в Новосибирск, а путешественники из других городов присоединятся к нам уже в Новосибирске.

Новосибирск - не конечный пункт нашего путешествия. Оставшиеся 550 км мы преодолеем на автобусе. Пункт назначения - Усадьба "Родничка". Она находится на левом берегу реки Катунь в селе Аскат. Для нас готовы уютные комнаты, отделанные кедром, сауна, летняя столовая. И конечно - горный воздух, наполненный ароматами трав, песчаные пляжи на берегу Катунь, баня, чай с алтайскими травами и свежий мед, а вечерами – посиделки у костра.

### КУРС

Мы едем не просто отдыхать в одном из самых красивых мест на планете. Мы едем заниматься на курсе «Основы интуиции» с преподавателем Института самовосстановления человека Олегом Гридиным. Олег будет вести занятия в усадьбе, в уютном домике, отделанном кедром.

Выездной курс существенно отличается от курса в городе. Он позволяет отвлечься от рутины, переключиться, оказаться в новой, незнакомой обстановке, с людьми, цели которых совпадают с Вашими. На выездном курсе возможна максимальная концентрация: Вы на протяжении всего дня находитесь рядом с преподавателем. Яркие эмоции, новые впечатления, глубокое проживание всего происходящего на выездном курсе дают сильнейший эффект, позволяют достичь желаемого в самые короткие сроки.



## ВПЕЧАТЛЕНИЯ

Мы будем жить практически на берегу Катуня – это самая крупная река Горного Алтая. Название ее связывают с алтайским словом "кадын" - "хозяйка, госпожа". Хотя, возможно, это и дотюркское слово со смысловым значением "река". Вытекает Катунь из ледника Геблера на высоте около 2000 м. В зависимости от уклона и характера русла она то грохочет меж камней и валунов, то спокойно струится, огибая небольшие островки, заросшие кустарниками ивы и самыми разнообразными травами.

А вокруг - роскошные горные пейзажи, похожие на полупустыни степи, темно-зеленая сумрачная и таинственная тайга, солнечные, нежные альпийские луга, бесчисленные озера с прозрачной лазурной водой, стремительные реки, водопады, ледники, пещеры и вершины древних гор, покрытые вечными снегами. Алтай очень разнообразен, здесь возможны любые виды туризма. При этом есть шанс познакомиться поближе с «аборигенами»: волк и медведь, лиса, рысь, терев и глухарь, росомаха, марал. В Катуня обитает хариус, таймень, а в низовьях появляются щука, окунь, налим. По берегам рек бродят табуны лошадей, которых местные жители отпускают пастись на лето.

Нам предстоит яркое путешествие. Мы увидим самые потрясающие места Горного Алтая....



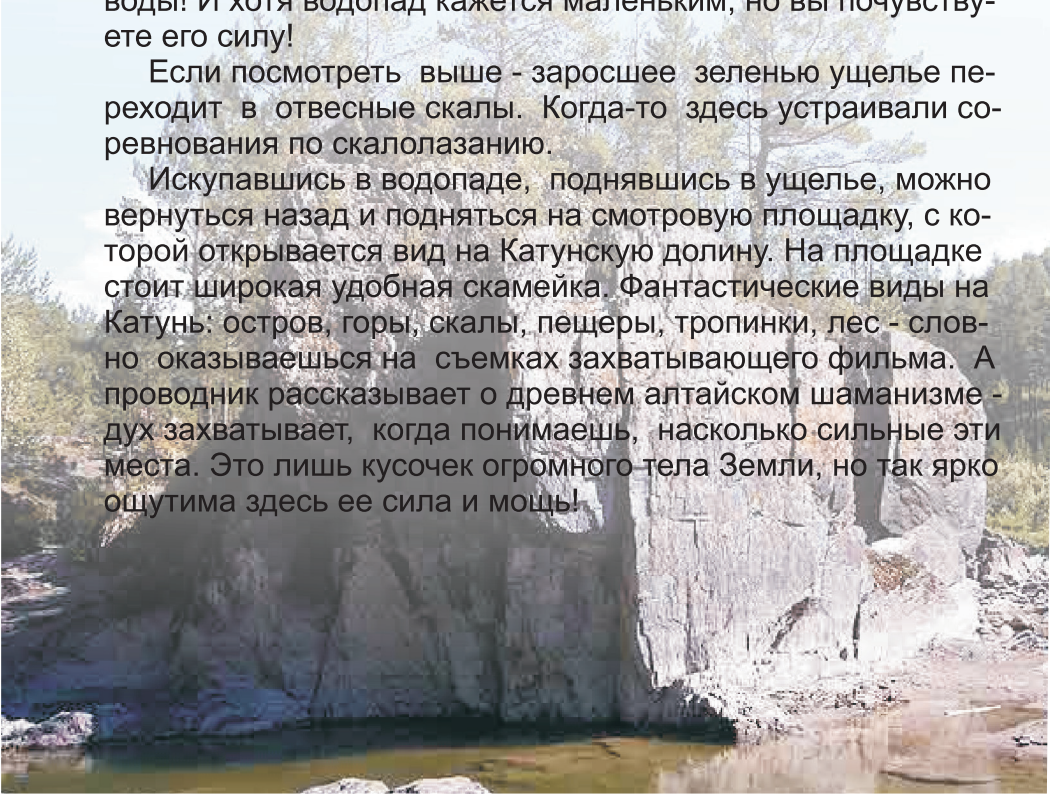
## УРОЧИЩЕ ЧЕ-ЧКЫШ: «ДОЛИНА ГОРНЫХ ДУХОВ»

Это скальный каньон в долине реки Катунь. Сначала - подъем по живописной тропинке. Рядом с тропинкой журчит небольшая веселая речка. Именно она, если подняться выше, образует водопад. С верхней точки тропы можно, оглянувшись назад, увидеть Чемальский тракт. Где-то на полпути, под раскидистой березой висит указатель — «Родник». Вода в роднике чистая, холодная. Мы увидим настоящие эдельвейсы и заглянем в скалистый грот. Но цель нашего путешествия – водопад.

В тени березы, перед водопадом, оборудовано место для отдыха: стол с широкими скамьями. Здесь можно перекусить, попить воды, набранной из родника. Сам водопад небольшой, высота падения воды примерно 3,6 метра. Но это одно из тех мест, где на природе чувствуешь себя как дома. Река спадает с двух сторон от горного выступа, образуя как бы два водопада. В жаркий солнечный день большое удовольствие встать под струи холодной искрящейся воды! И хотя водопад кажется маленьким, но вы почувствуете его силу!

Если посмотреть выше - заросшее зеленью ущелье переходит в отвесные скалы. Когда-то здесь устраивали соревнования по скалолазанию.

Искупавшись в водопаде, поднявшись в ущелье, можно вернуться назад и подняться на смотровую площадку, с которой открывается вид на Катунскую долину. На площадке стоит широкая удобная скамейка. Фантастические виды на Катунь: остров, горы, скалы, пещеры, тропинки, лес - словно оказываешься на съемках захватывающего фильма. А проводник рассказывает о древнем алтайском шаманизме - дух захватывает, когда понимаешь, насколько сильные эти места. Это лишь кусочек огромного тела Земли, но так ярко ощутима здесь ее сила и мощь!



## ВЕРХОВЫЕ ПРОГУЛКИ

Алтайские лошади - верные помощники в увлекательном путешествии. Удивительные, благородные животные, поражающие своей выносливостью и неприхотливостью. На Алтае много мест, которые поражают своей нетронутостью и неисхоженностью. Дикими тропками, верхом на лошади можно добраться до захватывающих дух высот, ощутить полную свободу, какую чувствует лишь ветер на перевале.

Мы отправимся вдоль левого берега Катунь на вершину перевала Аюлинский. Инструктор и конюх посвятят нас в тайны общения с лошадью и расскажут легенды мест, по которым проходит конная тропа.



## КАМЫШЛИНСКИЙ ВОДОПАД И ТАВДИНСКИЕ ПЕЩЕРЫ

На главном уступе Камышлинского водопада в облаке мелких водяных брызг стоит деревянный мостик. Видно как у подножия скалы тугие струи воды разбиваются на мелкие брызги цвета радуги.

Тавдинские пещеры – это массив из 30-ти пещер. Самая известная – Большая Тавдинская, ее называют Девичьи слезы. Нижние входы в нее находятся в 70-80 м от дороги и видны в просветы между деревьями. Главная галерея довольно просторна и постепенно поднимается. Перепад от

самого нижнего входа к высшему составляет 23 метра. На последнем 40-метровом участке, перед самым высшим входом, галерея, возвышаясь, закручивается спиралью, перекрывая свою нижнюю часть и образуя уступ.

В далеком прошлом Тавдинские пещеры служили жильем для человека. В них были обнаружены древние предметы гончарного производства, рыболовные принадлежности. Некоторые предметы относятся к бронзовому веку. Ученые предполагают, что пещера Девичьи слезы была древним святилищем.

## СПЛАВ ПО ВЕЛИКОЙ РЕКЕ КАТУНЬ

С воды все видится иначе. Сплав - это увлекательное приключение, которое захочется испытать снова. Вы когда-нибудь неслись по стремнине со скоростью автомобиля? Проходили опасный порог, охваченный радостью, что все благополучно завершилось, и радовались вновь, увидев впереди порог еще интереснее?..



## ХРАМ НА ОСТРОВЕ ПАТМОС

Место это особое, святое, с ним связаны предания и мистические легенды. Одна из них гласит, что евангелисту Иоанну в ниспосланном видении пригрезилась два храма, словно парящие над водой. Один - в Средиземном море, другой - на противоположном конце земли, в Алтайской глубинке. Любопытно, что название островов (Патмос) в далеком Средиземноморье и на Алтае совпадают.



Алтайский храм Святого апостола-евангелиста Иоанна Богослова был построен в 1849 году. Построен он был не на острове, где находится сейчас, а примерно на том месте, где расположено здание чемальской средней школы. В 1875 году иконостас был перенесен в новый просторный храм уже на острове. В 1920 годы он был совсем уничтожен. В 2000 году старинный деревянный храм Иоанна Богослова был воссоздан в своем первоизданном облике.

Катунский остров Патмос – живописнейшее место. Остров Патмос теперь является женским скитом Барнаульского Знаменского монастыря. Храм на острове - действующий. Пройти туда можно по подвесному деревянному мосту. Переход по узкому, подвешенному на тросах мостику, под которым в 10-15 метрах несет свои воды Катунь, оставляет яркие впечатления.

## ПРОГРАММА ПУТЕШЕСТВИЯ

А теперь о путешествии – в деталях: что, когда и во сколько:

|                         | число   | день недели | время         | события                                                              |
|-------------------------|---------|-------------|---------------|----------------------------------------------------------------------|
| отправление             | 18 июля | воскресенье |               | отправление из Екатеринбурга (для путешественников из Екатеринбурга) |
| отправление, размещение | 19 июля | понедельник | 7:10          | прибытие в Новосибирск                                               |
|                         |         |             | 7:40          | отправление из Новосибирска в с. Аскат                               |
|                         |         |             | 15:00         | прибытие в с. Аскат на базу                                          |
|                         |         |             | 15:00 - 16:00 | обед                                                                 |
|                         |         |             | 16:00 - 18:00 | размещение / свободное время / подготовка к курсу                    |
|                         |         |             | 18:00 - 19:45 | курс                                                                 |
|                         |         |             | 19:45 - 20:15 | травяной чай с медом в беседке на фоне гор                           |
|                         |         |             | 20:15 - 22:00 | курс                                                                 |
|                         |         |             | 22:00         | костер/чай перед сном/общение и вопросы преподавателю                |

|                                          |         |         |               |                                                         |
|------------------------------------------|---------|---------|---------------|---------------------------------------------------------|
| поход, Долина Че-Чкыш, баня              | 20 июля | вторник | 7:45          | подъем                                                  |
|                                          |         |         | 8:00 - 9:00   | утренняя гимнастика                                     |
|                                          |         |         | 9:00 - 9:45   | завтрак                                                 |
|                                          |         |         | 10:00 - 15:00 | Долина Че-Чкыш                                          |
|                                          |         |         | 15:00 - 16:00 | обед                                                    |
|                                          |         |         | 16:00 - 18:00 | свободное время / отдых / подготовка к курсу            |
|                                          |         |         | 18:00 - 19:45 | курс                                                    |
|                                          |         |         | 19:45 - 20:15 | травяной чай с медом в беседке на фоне гор              |
|                                          |         |         | 20:15 - 22:00 | курс                                                    |
|                                          |         |         | 22:00         | баня / чай перед сном / общение и вопросы преподавателю |
|                                          |         |         | 8:45          | подъем                                                  |
|                                          |         |         | 9:00 - 10:00  | утренняя гимнастика                                     |
| на базе                                  | 21 июля | среда   | 10:00 - 11:00 | завтрак                                                 |
|                                          |         |         | 11:00 - 13:00 | свободное время / отдых                                 |
|                                          |         |         | 13:00 - 14:00 | тренировка тела, физические нагрузки                    |
|                                          |         |         | 14:00 - 15:00 | свободное время / отдых                                 |
|                                          |         |         | 15:00 - 16:00 | обед                                                    |
|                                          |         |         | 16:00 - 18:00 | свободное время / отдых / подготовка к курсу            |
|                                          |         |         | 18:00 - 19:45 | курс                                                    |
|                                          |         |         | 19:45 - 20:15 | травяной чай с медом в беседке на фоне гор              |
|                                          |         |         | 20:15 - 22:00 | курс                                                    |
|                                          |         |         | 22:00         | костер/чай перед сном /общение и вопросы преподавателю  |
| лошади, баня                             | 22 июля | четверг | 7:45          | подъем                                                  |
|                                          |         |         | 8:00 - 8:45   | завтрак                                                 |
|                                          |         |         | 9:00          | отправление в поход на лошадях                          |
|                                          |         |         | 10:00 - 15:00 | поход на лошадях и дорога обратно                       |
|                                          |         |         | 15:00 - 16:00 | обед                                                    |
|                                          |         |         | 16:00 - 18:00 | свободное время / отдых / подготовка к курсу            |
|                                          |         |         | 18:00 - 19:45 | курс                                                    |
|                                          |         |         | 19:45 - 20:15 | травяной чай с медом в беседке на фоне гор              |
|                                          |         |         | 20:15 - 22:00 | курс                                                    |
|                                          |         |         | 22:00         | баня / чай перед сном / общение и вопросы преподавателю |
| Камышлинский водопад, Тавадинские пещеры | 23 июля | пятница | 7:45          | подъем                                                  |
|                                          |         |         | 8:00 - 8:45   | завтрак                                                 |
|                                          |         |         | 9:00          | отправление в поход на водопад и пещеры                 |
|                                          |         |         | 9:00 - 15:00  | поход на водопад и в пещеры                             |
|                                          |         |         | 15:00 - 16:00 | обед                                                    |
|                                          |         |         | 16:00 - 18:00 | свободное время / отдых / подготовка к курсу            |
|                                          |         |         | 18:00 - 19:45 | курс                                                    |
|                                          |         |         | 19:45 - 20:15 | травяной чай с медом в беседке на фоне гор              |
|                                          |         |         | 20:15 - 22:00 | курс                                                    |
|                                          |         |         | 22:00         | костер/чай перед сном /общение и вопросы преподавателю  |

|                     |         |             |               |                                                                                            |
|---------------------|---------|-------------|---------------|--------------------------------------------------------------------------------------------|
| на базе             | 24 июля | суббота     | 8:45          | подъем                                                                                     |
|                     |         |             | 9:00 - 10:00  | утренняя гимнастика                                                                        |
|                     |         |             | 10:00 - 11:00 | завтрак                                                                                    |
|                     |         |             | 11:00 - 13:00 | свободное время / отдых                                                                    |
|                     |         |             | 13:00 - 14:30 | тренировка тела, физические нагрузки                                                       |
|                     |         |             | 14:30 - 15:00 | свободное время / отдых                                                                    |
|                     |         |             | 15:00 - 16:00 | обед                                                                                       |
|                     |         |             | 16:00 - 18:00 | свободное время / отдых / подготовка к курсу                                               |
|                     |         |             | 18:00 - 19:45 | курс                                                                                       |
|                     |         |             | 19:45 - 20:15 | травяной чай с медом в беседке на фоне гор                                                 |
|                     |         |             | 20:15 - 22:00 | курс                                                                                       |
|                     |         |             | 22:00         | костер/чай перед сном /общение и вопросы преподавателю                                     |
| сплав по реке, баня | 25 июля | воскресенье | 7:45          | подъем                                                                                     |
|                     |         |             | 8:00 - 8:45   | завтрак                                                                                    |
|                     |         |             | 9:00          | отправление на сплав по великой реке Катунь                                                |
|                     |         |             | 10:00 - 15:00 | сплав по великой реке Катунь                                                               |
|                     |         |             | 15:00 - 16:00 | обед                                                                                       |
|                     |         |             | 16:00 - 18:00 | свободное время / отдых / подготовка к курсу                                               |
|                     |         |             | 18:00 - 19:45 | курс                                                                                       |
|                     |         |             | 19:45 - 20:15 | травяной чай с медом в беседке на фоне гор                                                 |
|                     |         |             | 20:15 - 22:00 | курс                                                                                       |
|                     |         |             | 22:00         | баня/чай перед сном/общение и вопросы преподавателю                                        |
| Храм                | 26 июля | понедельник | 8:45          | подъем                                                                                     |
|                     |         |             | 9:00 - 9:45   | завтрак                                                                                    |
|                     |         |             | 10:00         | отправление в храм на острове Патмос                                                       |
|                     |         |             | 10.00 - 13:30 | храм на острове Патмос                                                                     |
|                     |         |             | 14:00 - 15:00 | тренировка тела, физические нагрузки                                                       |
|                     |         |             | 15:00 - 16:00 | обед                                                                                       |
|                     |         |             | 16:00 - 18:00 | свободное время / отдых / подготовка к курсу                                               |
|                     |         |             | 18:00 - 19:45 | курс                                                                                       |
|                     |         |             | 19:45 - 20:15 | травяной чай с медом в беседке на фоне гор                                                 |
|                     |         |             | 20:15 - 22:00 | курс                                                                                       |
|                     |         |             | 22:00         | костер, завершающий курс/ чай перед сном/общение и вопросы преподавателю/подведение итогов |
| отъезд              | 27 июля | вторник     | 8:45          | подъем                                                                                     |
|                     |         |             | 9:00 - 9:45   | завтрак                                                                                    |
|                     |         |             | 10.00         | отъезд домой                                                                               |
|                     |         |             | 18:00         | ориентировочное время прибытия в Новосибирск                                               |
| приезд              | 28 июля | среда       |               | приезд в Екатеринбург (для путешественников из Екатеринбурга)                              |

## ЧТО ВЗЯТЬ С СОБОЙ

· На конные походы нужны личные сменные вещи, кроссовки с толстой подошвой или туристические ботинки / сапоги.

· Дождевик - накидка от дождя не должна быть яркой и шумящей (чтобы не пугать коня);

· Для сплава потребуется: одежда (футболка, шорты или спортивные штаны, желательно из натуральных тканей); гидроботинки или кеды (должны хорошо держаться на ногах) с шерстяными носками. Брызгозащитные костюмы, каски и спасательные жилеты – будут выданы;

· Туристический коврик для отдыха и занятий на природе;

· Теплую одежду на холодную и дождливую погоду: куртка (пуховик), свитер, шерстяные носки.

· На жаркую погоду: футболка или рубашка с длинным рукавом (от солнца), легкие брюки, шорты, шлепанцы;

· Солнцезащитные средства, головной убор от солнца (шляпа с полями)

· Купальный костюм, предметы личной гигиены;

· Фонарик ручной либо налобный, запасные батарейки;

· Ножик, кружку;

· Фотоаппарат или видеокамеру;

· Рюкзачок (по желанию)

## ОТПРАВЛЕНИЕ И ВОЗВРАЩЕНИЕ

Мы выезжаем из Екатеринбурга поездом до Новосибирска, 18 июля 2010г., где к нам присоединятся путешественники с других городов. Номер поезда, время отправления и прибытия будут известны ближе к поездке. По прибытии в Новосибирск мы пересаживаемся в автобус и едем в село Аскат, где находится усадьба, в которой мы будем жить.

27 июля 2010г. утром, после завтрака отправляемся в обратную дорогу и во второй половине дня уже будем в Новосибирске, где пути до дома у путешественников разойдутся. Путешествие закончится, но эмоций хватит надолго.

## ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ИНФОРМАЦИЯ, РЕГИСТРАЦИЯ

Регистрация и справки по тел.: **(343) 268-24-55 (Антон)**.

Предоплату за курс необходимо внести до 01.07.2010 г.