

[Алтайские горы](#) всегда привлекали профессиональных альпинистов со всей Сибири.

Восхождения на горы – это один из самых сложных видов **[активного](#)** отдыха. Поэтому желающим заняться покорением вершин всегда советуют начать с малого.

[Горы на Алтае](#)

различны по высоте, и здесь каждый сможет выбрать подходящую ему вершину. Но, в любом случае, стоит рассчитать свои силы грамотно: начинающему альпинисту необходима хорошая физическая подготовка, общая выносливость и отсутствие медицинских противопоказаний. Также, на многие сложные восхождения действует возрастной ценз – дети до 18 лет не допускаются.

Большая часть восхождений на Алтае – групповые, комплектуются по мере набора. С группой идёт один профессиональный альпинист. Общая для группы поклажа распределяется между участниками похода.

Желающие смогут получить экспресс-курс по технике альпинизма.



{flv}beluha{/flv}