

Восхождение

# Эльбрус восточный с севера



Год назад мы с мужем Евгением планировали в отпуске просто побывать в Приэльбрусье. Но мало-помалу пришли к идее покорить сам Эльбрус – знаменитый пятитысячник.

Некоторые интернет-сайты, рекламирующие услуги гидов, утверждали, что успешное восхождение возможно осуществить и без спортивной подготовки, но что-то не верилось. Как оказалось позже, вершины действительно достигают лишь немногие. На результат могут повлиять многие факторы: быстро меняющаяся в горах погода, физическая и психологическая тренированность туриста, степень акклиматизации.

Через знакомых узнали, что городской альпинистский клуб планирует на август горный поход на высочайшую вершину России и Европы, и попросили внести нас в список претендентов на восхождение. Весь год готовились: зимой – беговые лыжи, коньки, летом – бег, фитнес, треккинг по горам Урала – разнообразие пешего туризма. В августе группа из пяти магнитогорцев и шести петербуржцев во главе с президентом магнитогорского альпинистского клуба, мастером спорта по альпинизму Сергеем Солдатовым отправилась по маршруту Кисловодск – посёлок Джилы-су, откуда должно было начаться восхождение с севера на восточную вершину Эльбруса.

У участников нашей разновозрастной группы разными были и уровни спортивной подготовки, и опыт покорения гор. Спортивный разряд по альпинизму – только у Сергея Солдатова и нашего бывшего земляка, а теперь жителя северной столицы Александра Сергеева. Он-то и присоединил к уральцам группу единомышленников, увлечённых дайвингом и парашютным спортом: Андрея Андрющенко, Владислава Манкевича, Сергея Долманжи, Кирилла Фирсова и свою супругу Марию.

Кроме руководителя в магнитогорскую часть группы входили член альпинистского клуба Максим Иркиенко, мы с мужем и начальник учебно-спортивного отдела городского управления по физической культуре, спорту и туризму, кандидат в мастера спорта по лёгкой атлетике Сергей Кукин. Это была его вторая попытка подняться на Эльбрус, после достигнутой годом ранее высоты в 5000 метров – напомним, пик находится на шестьсот с лишним метров выше.

Программа восхождения включала несколько этапов: два акклиматизационных выхода – из базового лагеря на высоте 2500 метров до северного приюта на высоту 3800 метров, а оттуда на ледник до скал Ленца на высоту 4800 метров с возвращением в базовый лагерь, дни отдыха с программой купания в целебных минеральных источниках, восхождение на восточную вершину и подведение итогов.

Для нашей семьи выход на ледник состоялся впервые в жизни. Эмоции, конечно, зашкаливали! Поэтом достигнутая мною отметка в 4800 метров у скал Ленца на акклиматизационном выходе уже была большой победой. Восхождение же состоялось в ночь с 30 на 31 августа и заняло шестнадцать часов. Участвовали только мужчины. На подъёме сильно задул штормовой ветер, но это не сломило решимости восходителей. Все девять участников благополучно достигли восточной вершины и спустились в штурмовой лагерь – уставшие, но счастливые.

Обмениваясь впечатлениями, участники отметили необходимость популяризации горного туризма и спорта среди молодёжи, продемонстрировав на личном примере, как много значит настоящее стремление достичь цели.

Юлия Копылова,  
участник восхождения на Эльбрус,  
сотрудник кадрового центра «Персонал»

## МОНЕТКА

Акция действует с 7 по 13 ноября

Масло подсолнечное «Благо» рафинированное дезодорированное, 1 л



-18%  
109<sup>90</sup>  
89,90

Сметана классическая «Стожок», 20%, 400 г



-11%  
61<sup>90</sup>  
54,90

Макаронные изделия «Итальянские» спираль/рожки/виток, 450 г



-33%  
29<sup>90</sup>  
19,90

Сервелат «Кремлевский», Стародворские колбасы, 350 г



-49%  
139<sup>90</sup>  
69,90

Чай черный «Ахмад» английский завтрак, 100 пак.



-42%  
329<sup>90</sup>  
189,90

Печенье сахарное «Слодыч» Васильковый/Земляничный/Шахматный, 100 г



-33%  
14<sup>90</sup>  
9,90

Кофе «Якобс Монарх» растворимый в гранулах, 95 г



-29%  
284<sup>90</sup>  
199,90

Шоколад «Альпийская сказка» нежный молочный с арахисом/с арахисом и изюмом/классический, 90 г



-30%  
49<sup>90</sup>  
34,90

| Ворошилова, 16 | Газеты Правда, 30а | Газеты Правда, 63а | Грязнова, 7 |  
| Татьянической, 298 | Тевосяна, 15 | Труда, 33 | Чапаева, 9 |

Изображения товаров могут отличаться от представленных в магазинах «Монетка». Предложение действует в магазинах ТС «Монетка» и не распространяется на гипермаркеты «Монетка Супер». На акционные товары скидка по дисконтной карте не предоставляется. Цены указаны в рублях с учетом НДС. Процент размера скидки может отличаться от указанного.

Поздравляем!

Работников и пенсионеров цеха – с праздником – Днём народного единства!

Желаем много счастья и света, тёплых и радостных дней, чтобы вы всегда были согреты добрым чувством родных и друзей!

Администрация, профком и совет ветеранов ЛПЦ-10

Дмитрия Александровича РЫБАЛКО,  
Альфию Мавлявиевну МУСТАФИНУ,  
Татьяну Александровну СЕМЕНИХИНУ,  
Виктора Владимировича БЕЗУХОВА,  
Александра Ивановича ФИЛИПОВА – с юбилеем!

Желаем огромного счастья и долгих лет, успехов и побед на ваших жизненных дорогах.

Администрация, профком и коллектив ЦЭСИП

Пункты приёма частных объявлений в газету «Магнитогорский металл»: ул. Чапаева, 19, пр. К. Маркса, 183