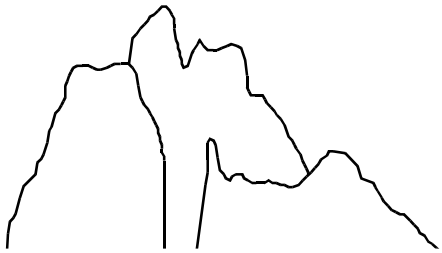
עלון המועדון האלפיני הישראלי

גיליון ינואר 2000

תוכן העניינים



טיפוס

דבר העורך	1
הודעות הוועד	1
לוח פעילויות לשנת 2000:	3
מחנות מטפסים בחו"ל	3
קורסי טיפוס של המועדון האלפיני לישראל	4
ביטוח תאונות טיפוס	6

חברי הועד

אריאל כץ	053-806815 / 02-6556126
מיכה יניב	02-5346344
אביב לוי	02-5333016
לירון אקסלרוד	02-5833396
איל ויגדרזון	02-6798742

מנהל המועדון

גל עפרון	02-9943051

כתובת המועדון: המועדון האלפיני הישראלי

ת.ד. 39101, ירושלים, 91390

טל. 02-9943051

כתובת אתר המועדון באינטרנט:
/http://www.geocities.com/yosemite/9937

תיבת דואר אלקטרוני:
E - MAIL : israel-alpine@mail.geocities.com

דבר העורך

עלון זה הוא הראשון הנשלח לחברי המועדון בשנה הראשונה לאלף השלישי (ולמאה העשרים ואחת) על פי מניין הנוצרים.
את השנה, העשור, המאה והאלף הקודמים סיכמנו בארוע ראשון מסוגו: מסיבת סוף השנה בעין פארה, שנערכה בשבת הלפני אחרונה של האלף הקודם. במהלך היום הגיעו ונטלו חלק בפעילות כשלוש מאות מטפסים ובני משפחותיהם.
באותו הערב נערכה האסיפה שנתית של המועדון באולם בענתות.
בשנה האחרונה הגדיל המועדון את היקף פעילותו, נערכו קורסים, התקיימו מספר מפגשי טיפוס והשתלמויות ובכוונתנו השנה להמשיך ולקיים פעילויות. עלון זה מוקדש רובו ככולו לסיכום השנה שעברה ולתכניותנו לשנה זו.
תמצאו בעלון את פרוטוקול האסיפה וסיכום הפעילות לשנת 1999 וכן תכנית פעילות מפורטת למחצית הראשונה של שנת 2000. אנו שואפים להרחיב ולעבות את הפעילות לקראת המחצית השניה של השנה. כל חברי המועדון מוזמנים לקחת חלק בפעילויות השונות.
כמו כן מתפרסמים כאן פרטי הכיסוי הביטוחי שיש לכל חבר מועדון.
בברכת אלף שלישי מוצלח (מבחינת טיפוס)
מיכה

הודעות הועד

- נותרו עדיין חולצות מן הארוע בעין פארה. ניתן לקבל חולצות בכל הגדלים אצל אריאל.
- בהסדר מיוחד לחברי המועדון האלפיני ניתן לקבל ויזה לירדן במחיר של $10 לאדם (מעל שמונה אנשים המחיר הוא $8 לאדם). את הויזה מקבלים בפקס, ויש להעביר את הפרטים עד

48 שעות לפני ההגעה למעבר הגבול. פרטים נוספים על ההסדר אצל אריאל.

ועד המועדון וחבריו מודים לכל אלה שתרמו ציוד,זמן, מאמץ ועזרה מכל סוג שהוא והשתתפו בכינוס סוף השנה בעין פארה.
במיוחד תודה
לשמעון חורב (לפידות)
חגי ואורן (מצוקי דרגות)
גיל טנא
גל עפרון

יונתן ברלב

בתחרות הבולדרינג שנערכה בשבת 12/2/2000 בקרית אונו זכו:
במקום השלישי - רותם גרון
במקום השני - אלון הוד
ובמקום הראשון - גיא שפיר

לוח פעילויות לשנת 2000:

הפעילויות מיועדות לחברי מועדון מתחילים ומנוסים. ההרשמה לכל הפעילויות אצל גל 02-9943051.

שבתות טיפוס: ניפגש באחד מאתרי הטיפוס ברחבי הארץ לטיפוס בצוותא. במהלך היום נתכנס יחדיו להרצאת העשרה. ההשתתפות ללא תשלום

. תאריכים:

-12/2/2000	תחרות בולדרינג	קרית אונו
11/3/2000	פעילות טיפוס	מחצבות קדומים
22/4/2000	פעילות טיפוס	נחל תמרים
13/5/2000	פעילות טיפוס	צוקי גיתה
24/6/2000	פעילות טיפוס	בית אריה

טיולי מועדון: חברי המועדון מוזמנים לטיולי גלישה ואתגר שייתקיימו אחת לחודש במסלולים בהם ניתן עדיין לטייל בלי לשלם דמי כניסה, לעמוד בתורים ולהריח מנגלים. מתפרסמים כאן שני התאריכים הראשונים. הבאים יפורסמו בהמשך השנה.
תאריכים:
25/3/2000 טיול גלישה לנחל אוג עילי.גלישה והליכה במסלול מעניין וטיפוס למנזר מוכליק. 120 ש"ח לחברי מועדון. 160 ש"ח למצטרפים חיצוניים.
7-8/4/2000 נחל שיאון. יציאה מת"א ביום שישי אחר הצהריים. לינה בסמוך לנווה אטי"ב וירידה במסלול לאורך הנחל. מחיר עדיין לא נקבע.

מחנות טיפוס: בחופשות נצא למחנות טיפוס שיימשכו מספר ימים באתרי הטיפוס הגדולים במזרח התיכון. המחנות מיועדים למובילים המעוניינים להתנסות ולנצל את נסיונם של מטפסים מנוסים יותר.

21-25/3/2000	פורים	ואדי ראם	ירדן
21-25/4/2000	פסח	ואדי ראם	ירדן
8-11/6/2000	שבועות	איזור ההר הגבוה	סיני
19-23/7/2000	קיץ	ואדי ראם	ירדן
9-13/8/2000	קיץ	איזור ההר הגבוה	סיני

טיולי טיפוס מודרכים: טיולי טיפוס מודרכים בני שלשה ימים (סוף שבוע ארוך) לאזורי הטיפוס הטובים בסיני (אזור ההר הגבוה) ובירדן (ואדי ראם). הדרכה אישית של מדריך לכל שלשה חניכים. הטיולים ייצאו על פי דרישה בתאריכים הנוחים למטפסים, כפי שייקבעו עם המדריך. מחיר: 650 שקלים ליום הדרכה.

מחנות טיפוס מודרכים: מחנות טיפוס בני שישה עשר ימים ייצאו לצרפת בחופשת הפסח (מחזור אחד) בחופשת הקיץ (שני מחזורים) ובחופשת סוכות (מחזור אחד). המחנות כוללים טיפוס באתרי בולדרינג, טיפוס ספורטיבי, ומולטיפיץ' באתרי הטיפוס הטובים באירופה. מחיר: $1600-1900.

מחנות מטפסים בחו"ל

גם השנה, כבכל שנה, מתקיימים מספר מחנות טיפוס למטפסים צעירים בחו"ל. המחנות מסובסדים על ידי ארגוני הטיפוס המקומיים ומספקים הזדמנות טובה ולא יקרה לרכוש נסיון ולהכיר מטפסים ממדינות אחרות. רוב המחנות מיועדים למטפסים צעירים.
להלן הפרטים העיקריים על המחנות לשנה הקרובה.

שונות	מחיר	גיל	איזור	תאריכים	מועדון מארגן	נושא המחנה
	$180US	15-20	Romanian Carpatians	15-24 JUL	FRAE	Mountain Adventure
	pesetas 25000	16-22	Spanish Pyrenees	23-29 JUL	FEDME	Climbing
	2400FF	15-18	French Alps (Oisans)	6-12 AUG	FCAF	Mountaineering
מחיר לא סופי. המחיר ייקבע באפריל 2000	31000SIT לילד 37000SIT להורה	5-10	Julian Alps, Slovenia	7-12 AUG	PZS	Family Mountaineering
	300DM	16-27	Dolomites, Italian Alps	13-19 AUG	AVS + DAV	Climbing
	USD180	16-22	Crimea, Ukraine	18-25 SEPT	UFAC	Climbing Festival
למובילים בעלי נסיון	$1500US	18-25	Tien Shan,	-AUG 16	FFME	Expediition Camp

בסלע, שלג, קרח ומיקס			Kyrghistan	SEPT 13		

המחיר המצויין לכל מחנה הוא במטבע מקומי. המחירים כוללים דמי מחייה. המחיר אינו כולל הגעה לאיזור המחנה וציוד אישי. טפסי הרשמה, תכנית המחנה ופרטים נוספים ניתן לקבל אצל מיכה.

השתלמויות מקצועיות: מיועדות לחברי מועדון המעוניינים לשפר את מיומנויותיהם, להעמיק את הידע התיאורטי והמעשי ו/או ללמוד טריקים חדשים. בהשתלמויות נעבור על נושאים חשובים ותרגולות ברמה גבוהה, שיודגמו על ידי מדריך ולאחר מכן יבוצעו על ידי המשתתפים. המיקום יימסר למשתתפים בזמן ההרשמה. מחיר: 50 ש"ח.

תאריכים:

26/2/2000 מערכות הרמה ורווחי כוח

8/4/2000 מיומנות אישית: חילוץ גולש מהאויר, מעבר קשר, חילוץ מוביל.

3/6/2000 טיפוס מלאכותי

קורסי טיפוס של המועדון האלפיני לישראל

הקורסים מיועדים לחברי מועדון בלבד. הקורס הבסיסי כולל דמי חברות במועדון. על המעוניינים להשתתף בקורסים התקדמים, אך אינם חברי מועדון, לשלם את דמי החבר מראש ולמלא את טופס ההצטרפות, ורק אחר כך יוכלו לקחת חלק בקורסי המועדון.

קורס טיפוס בסיסי

הקורס הבסיסי הינו מודולארי ונמשך מיום אחד ועד ארבעה ימים, על פי הפירוט הבא:

יום ראשון: יסודות- מיועד לאנשים שאין להם רקע קודם בטיפוס, או לאלה הזקוקים לרענון ביסודות הטיפוס. זהו יום המוקדש להיכרות עם יסודות התנועה על סלע, ציוד והשימוש בו, טיפוס בטופ רופ והובלה, קשרים אבטחה נכונה וגלישה נכונה.

יום שני: מתקדם א'- בא כהמשך טבעי ליום הקודם. ביום זה נטפס מספר מסלולים נוספים, תוך לימוד חומר נוסף הקשור בהובלה, בניית תחנה, טיפוס על חבל, פתרון תקלות בגלישה, עגינות, והובלה ראשונה.

יום שלישי: מתקדם ב'- העמקת הידע בנושאי עגינות, טיפוס מסלולים נוספים בטופ-רופ ובהובלה תוך שימת דגש על בניית עמדה לטופ-רופ. כל זאת תוך שיפור היכולת וסגנון הטיפוס.

יום רביעי: מתקדם ג'- יסודות ההובלה. מטיפוס כמספר 2 ועד להובלה מדומה. ביום זה אין אפשרות לקבל יותר משלושה חניכים למדריך. במהלך יום זה תינתן הרצאת מבוא להובלה.

מחיר הקורסים על פי הפירוט בטבלה הבאה*.

מס' חניכים	יום	יומיים	שלשה ימים	ארבעה ימים
1	800	1500	2200	2800
2	500	800	1300	1600
3	400	650	900	1150
4	350	620	750	

המחיר כולל דמי חבר במועדון האלפיני.
דמי החבר הם:
עד גיל 20: 160 ש"ח
מעל גיל 20: 190 ש"ח.
לחברי המועדון תינתן הנחה בגובה דמי החבר

תאריכים: 28-29/1(דרום), 25-26/2 (צפון), 10-11/3(דרום), 14-15/4(צפון), 19-20/5(דרום), 23-24/6(צפון).
כמו כן ניתן לקיים קורסים לפי דרישה, באיזורים ובתאריכים הנוחים למשתתפים.

קורס הובלה

קורס הובלה הוא קורס טיפוס מתקדם ברמה גבוהה ובהדרכה אישית המיועד למטפסים שהם לפחות ברמה של מסיימי קורס טיפוס בסיסי. בקורס זה נעמיק ונתרגל ברמה גבוהה את כלל הנושאים הקשורים להובלה כגון עיגונים, חילוץ, טיפוס מלאכותי, הובלה בחבל יחיד ובחבל כפול, הובלת מסלולים ארוכים ועוד. במהלך הקרוס יינתנו הרצאות עיוניות. רמת הטיפוס אינה חשובה ביותר, אך לשם הפקת המירב מן הקורס רצוי שהחניכים יוכלו לטפס מסלולים של 4c או 5a לפחות (5.6 או 5.7 בדירוג אמריקאי). בקורס הובלה ההדרכה אישית ביחס של מדריך לשני חניכים. יש לציין כי אין מייחסים חשיבות לטיפוס מסלולים קשים במיוחד בקורס אלא לתרגול החומר הנלמד ברמה המתאימה לכל חניך.

יום ראשון ושני: ביומיים הראשונים של הקורס יטפסו החניכים כמספרי 2 (ו- 3) אחרי המדריכים וילמדו טכניקות מתקדמות של שימוש באבני עיגון, על כיווני החבל בטבעות, עגינת כיוון ועגינה אחורית, ניקוי, עבודה מסודרת בתחנה ובניית תחנות מסוגים שונים.

הרצאה: דינאמיקה של נפילות.

יום שלישי ורביעי: ביומיים הבאים יתרגלו החניכים הובלה מדומה תוך תרגול החומר מן היומיים הקודמים. כמו כן ילמדו החניכים ויתרגלו הובלה בטיפוס מלאכותי וחילוץ מוביל.

הרצאה: הובלה בחבל יחיד והובלה בחבל כפול (single rope לעומת double rope ו twin rope).

יום חמישי ושישי: ביומיים האחרונים של הקורס יתרגלו החניכים הובלה בחבל יחיד ובחבל כפול, בטיפוס חפשי ובטיפוס מלאכותי, על פי היכולת האישית ושיקול דעתם של המדריכים.
הרצאה: מולטי פיץ' וקירות גדולים.
מחיר הקורס 2200 ש"ח, (המחיר אינו כולל דמי חבר במועדון האלפיני). קורסי הובלה מתקיימים על פי דרישה.

קורס מדריכים

קורס מדריכי טיפוס מיועד למטפסים בעלי נסיון רב בהובלה, ובעלי רמת טיפוס טובה (על פי דרישות הקבלה). הקורס כולל לימודים עיוניים ומעשיים. החומר שיילמד בקורס כולל חילוץ, עבודה עם קבוצות בטיפוס וגלישה ועוד. הקורס מורכב ממספר חלקים, כפי שיפורט להלן. ומטרתו להכשיר מדריכי טיפוס שיוכלו להתמודד עם מצבים מורכבים בקורסים ובהובלת קבוצות על מסלולי סלע ארוכים.

דרישות הקבלה:

1. חברות במועדון האלפיני.
2. נסיון בהובלה של שנתיים לפחות.
3. ידע מקיף בנושאים הקשורים לטיפוס.
4. רמת הובלה על אבני עיגון (לא על בולטים) של 6a (דירוג צרפתי) או 5.10 (דירוג אמריקאי).
5. נסיון טיפוס בחו"ל.
6. נסיון בהובלת מסלולי מולטי-פיץ' על אבני עיגון.
7. גיל 21 (עד סיום הקורס).
8. תעודת מגיש עזרה ראשונה מע"ר 44 ש' (עד סיום הקורס).

מבנה הקורס:

הקורס יארך כשמונה וחצי חדשים. הקורס מתחלק למספר שלבים ויילמדו בו נושאים עיוניים ומעשיים הקשורים בטיפוס גלישה וחילוץ. בקורס יושם דגש מיוחד על התמודדות עם מצבי בעייתיים בשטח ועל הדרכת טיפוס גלישה וחילוץ.

בנוסף כולל הקורס שעות לימוד בביה"ס למאמנים ולמדריכים במכון וינגייט בנושאים: מתודיקה, אנטומיה, פיזיולוגיה של המאמץ, מבוא לכושר גופני, תזונה במאמץ, השפעות אקלים, תורת הטיול, בטיחות בטיול, היבטים משפטיים של הדרכה בספורט, פגיעות בפעילות, תורת האימון, פסיכולוגיה באימון, מתודיקה מעשית, גיאולוגיה למטפסים, כושר גופני ספציפי, תחרויות - שיפוט וארגון, ארגון מבנה ופעילות המועדון האלפיני.

בשטח: ציוד, מתודיקה מעשית, קירות טיפוס ותחרויות, מגוון נושאים הקשורים בשיטות טיפוס שונות וגלישה, חילוץ, עבודה עם קבוצות מסוגים שונים ועוד.

סה"כ שעות הקורס: 155 ש' שטח + 30 ש' התנסות + 60 ש' וינגייט.

בסוף הקורס תיערך בחינה עיונית ומעשית.

קורס מדריכי טיפוס ייפתח עם מספר מינימאלי של 10 חניכים.

מחיר הקורס:

ביטוח תאונות טיפוס

סוף סוף קיבלנו מחברת הביטוח את פרטי הכיסוי הביטוחי לשנה זו. לשאלות ופניות רבות של מטפסים חברי מועדון ושאינם חברים, הרינו מפרסמים את החומר שקיבלנו.

ביטוח תאונות אישיות וצד ג' לספורטאים:

תנאי ביטוח לספורטאי	עד גיל 20	מעל גיל 20
פיצוי למקרה מוות	42,380	141,275
פיצוי למקרה נכות	211,900 ש"ח	211,900 ש"ח
פיצוי שבועי לאובדן כושר עבודה (מהיום ה-11)	140 ש"ח	585 ש"ח
נזקי שיניים	עד 7060 ש"ח	עד 7060 ש"ח
אישפוז בבי"ח ציבורי	30 ימי אישפוז	30 ימי אישפוז
הוצאות חילוץ והעברה	עד 7060 ש"ח	עד 7060 ש"ח
צד ג' לספורטאים בגבול אחריות של:	עד 428,000 ש"ח	עד 428,000 ש"ח