ПРАВИЛНИК ЗА РАБОТА НА МАКЕДОНСКАТА АЛПИНИСТИЧКА АСОЦИЈАЦИЈА

1. Македонската алпинистичка асоцијација ги обединува алпинистите од Република Македонија, и ја организира и регулира алпинистичката активност.

2. РАБОТНИ ТЕЛА НА АСОЦИЈАЦИЈАТА

Работни тела на МАА се:

· Претседател - кој раководи со МАА и ги организира нејзините активности. Претседателот ја претставува МАА.

· Стручен Совет - го сочинуваат 5 (пет) стручни советници кои му помагаат на претседателот во надгледувањето, организацијата и реализацијата на стручните работи во МАА. По барање на претседателот ја претставуваат асоцијацијата.

· Собир на претставници од Алпинистичките Секции - го сочинуваат по еден претставник од сите активни Алпинистички Секции, Клубови, Друштва (по можност раководителите) кои работат според Правилникот за Работа на МАА. На состаноците на Собирот може да учествуваат повеќе претставници на Алпинистичките Секции, да учествуваат во расправата и да даваат предлози и сугестии, но без право на глас.

Мандатот на Претседателот и Стручниот Совет изнесува четири години, со право на реизбор. Претседателот и Стручниот Совет ги избира Собирот.

За регулирање на одредени активности на МАА, зависно од потребите, се формираат комисии. Нивниот мандат и ингеренции се регулираат со упатство за нивна работа. Овие комисии ги одредува Претседателот заедно со Стручниот Совет, а за одлуката мора да го известат Советот.

3. АЛПИНИСТИЧКИ СЕКЦИИ

Алпинистичките секции можат да бидат два вида:

1. Самостојни Алпинистички Секции, Клубови, Друштва - каде што членуваат најмалку по еден алпинист со називот "Инструктор по Алпинизам" (и повисоко) и еден алпинист со називот "Алпинист".

2. Алпинистички Секции, Клубови, Друштва кои работат под менторство - тоа се оние Алпинистички Секции, Клубови, Друштва кои не ги стекнуваат условите да бидат самостојни. Тие работат под директен надзор - менторство на МАА, или под надзор на Алпинистичка Секција, Клуб, Друштво одредено за тоа од страна на МАА.

Сите Алпинистички Секции, Клубови, Друштва (во понатамошниот текст АС) се обврзани да работат во склад со правилникот за работа и другите акти на МАА, и да ги почитуваат годишните и периодичните планови за активности на МАА.

На крај на годината секоја секција, клуб, друштво е должно да достави до МАА извештај за реализираните активности во изминатата година.

4. АЛПИНИСТИЧКИ НАЗИВИ

Нивото на стручност и степенот на активност во алпинизмот се изразува преку алпинистичките називи. Тие се:

4. 1. Алпинист Курсист

Критериуми:

- Завршен летен курс за алпинизам во времетраење од најмалку десет дена;
- Завршен зимски курс за алпинизам во времетраење од најмалку десет дена;
- Способност за качување во летни услови "како прв", алпинистичка насока со тежина III +;
- Способност за качување "како втор" во летни услови алпинистичка насока со тежина IV +;
- Способност за качување во заснежени кулоари како втор;
- Познавање на теоретскиот дел од програмата за едукација (види прилог-Програма за едукација).

Алпинистичка активност:
Алпинистот со називот Алпинист Курсист може да работи во алпинистичките локалитети само во присуство и под надзор на алпинист со повисок назив. Искачувањето во алпинистички насоки е дозволено само во наврска со алпинисти кои се носители на називот Помлад Алпинист и повисоко.

Полагање: Испитот за алпинист курсист се полага во матичната АС, доколку истата ги исполнува условите за самостојна работа. Во други случаи се полага пред комисија на МАА. Составот на комисијата го одредува Одговорното лице во ЦСО при ФПСМ.

4. 2. Помлад Алпинист

Критериуми:

- Завршен летен курс за помлади алпинисти;
- Завршен зимски курс за помлади алпинисти;
- Способност за качување "како прв" во алпинистичка насока со тежина V +;

- Способност за слободно качување вежбалишта или спортски насоки со тежина VI +;
- Способност за качување заснежени кулоари и комбинирани насоки (карпа-мраз-снег) со тежина М -2 и WI - 2, како прв;
- Да има реализирано најмалку 70 алпинистички искачувања во најмалку 20 различни алпинистички насоки;
- Да има качувано во најмалку три различни локалитети, на најмалку две различни по состав подлоги за качување;
- Да има искачено најмалку две првенствени насоки со должина од 150 метри и повеќе;
- Да ги познава елементите на планинското спасување и спасувањето на карпа;
- Да има реализирано најмалку 20 искачувања во зимски услови, на врвови повисоки од 2000 метри;
- Познавање на теоретскиот дел од програмата за едукација (види прилог-Програма за едукација);
- Најмалку една година активен алпинистички стаж.

Алпинистичка активност:

- Алпинистот носител на називот Помлад Алпинист, може самостојно да качува во алпинистичките локалитети и на вежбалиштата со алпинисти кои имаат ист назив и повисоко.
- Може да води наврска во која има најмногу еден алпинист со називот Алпинист Курсист, но под надзор (или одобрение) на Алпинист, Инструктор по Алпинизам или Инструктор - Алпинистички Водач.
- Не смее да води почетници во алпинистичка насока или на вежбалишта, без надзор на Алпинист или Алпинист Инструктор (и повисоко).

Полагање:

Испитот за називот Помлад Алпинист се полага пред комисија организирана од страна на МАА. Составот на комисијата го одредува Главниот Инструктор на МАА.

4. 3. Алпинист

Критериуми:

- Завршен летен семинар за Алпинисти;
- Завршен зимски семинар за Алпинисти;
- Учество на зимски и летни курсеви како предавач и демонстратор;
- Учество на акции за одржување и уредување на алпинистичките локалитети;
- Способност за качување "како прв" во алпинистичка насока со тежина VI ;
- Способност за слободно качување вежбалишта или спортски насоки со тежина VII ;
- Способност за качување заснежени кулоари и комбинирани алпинистички насоки (карпа-мраз-снег) со тежина М -3, како прв;
- Способност за качување во мраз тежини WI - 4;

- Да има реализирано најмалку 150 алпинистички искачувања во најмалку 35 различни алпинистички насоки;
- Да има качувано во најмалку 5 различни алпинистички локалитети, на најмалку две различни по состав подлоги за качување;
- Да има искачено најмалку 5 првенствени алпинистички насоки, од кои две со оцена V ;
- Да владее со сите елементи на планинското спасување и спасувањето на карпа;
- Да има реализирано најмалку 30 искачувања во зимски услови на врвови повисоки од 2000 метри;
- Да ја владее основната техника на турното скијање;
- Познавање на теоретскиот дел од програмата за едукација (види прилог Програма за едукација);
- Најмалку две години активен алпинистички стаж.

Алпинистичка активност:

Алпинистот носител на називот Алпинист, може самостојно да качува во алпинистичките локалитети и на вежбалиштата.
Може да води наврска во која има алпинисти почетници.
Може да едуцира почетници и курсисти под надзор на активен Алпинист Инструктор.

Полагање:

Испитот за називот Алпинист се полага пред комисија организирана од страна на МАА. Составот на комисијата го одредува Одговорното лице во ЦСО.

4. 4. Инструктор по Алпинизам

Критериуми:

- Завршен летен семинар за Инструктори и кандидати за Инструктори;
- Завршен зимски семинар за Инструктори и кандидати за Инструктори;
- Организација и раководење со најмалку 20 алпинистички табори, од кои најмалку 5 зимски;
- Организација и раководење на најмалку два табора - акции надвор од земјата;
- Организација и раководење на најмалку 8 курсеви и семинари, од кои најмалку 4 во зимски услови;
- Едукација - менторство на најмалку тројца алпинисти, од нивото на почетник до називот Помлад Алпинист;
- Организација и учество во уредување на алпинистички локалитети;
- Способност за качување "како прв" во алпинистичка насока со тежина VII ;
- Способност за слободно качување вежбалиШта или спортски насоки со тежина VII +;
- Способност за качување зимски насоки со тежина M -4, и WI -4;
- Да има реализирано најмалку 300 алпинистички искачувања, во најмалку 60 различни алпинистички насоки;

- Да има качувано во најмалку 10 алпинистички локалитети, на најмалку 4 различни подлоги;
- Да има искачено најмалку 15 првенствени алпинистички насоки, од кои најмалку две со оцена VI , и најмалку пет во зимски услови;
- Да биде способен самостојно да раководи со спасување на планина и на карпа;
- Да има реализирано најмалку 50 искачувања во зимски услови на врвови повисоки од 2000 метри;
- Познавање на теоретскиот дел од програмата за едукација (види прилог Програма за едукација);
- Три години активен стаж со звањето Алпинист.

Алпинистичка активност:

Алпинистот носител на називот Инструктор по Алпинизам може самостојно да едуцира и да ги изведува сите видови на алпинистичка активност.

Полагање:

Испитот за називот Инструктор по Алпинизам се полага пред комисија организирана од страна на МАА. Составот на комисијата го одредува Одговорното лице во ЦСО.

4. 5. Инструктор - Алпинистички Водач

Критериуми:

- Се што е наведено за претходниот назив (Инструктор по Алпинизам);
- Раководење со најмалку две алпинистички експедиции на планини повисоки од 3000 метри при кои се искачуваат насоки со тежина TD (Tres difficile , по француската скала за оценување на алпинистичките искачувања) и повисоко;
- Најмалку две години активен стаж како Инструктор по Алпинизам;
- Истражувачка работа со публикација од областа на алпинистичкиот тренинг, алпинистичката опрема, уредувањето на алпинистичките локалитети и алпинистичкиот експедиционизам.

Алпинистичка активност:

Носителот на називот Инструктор - Алпинистички водач, може самостојно да ги организира и раководи сите облици на активност и едукација во алпинизмот, како и самостојно раководење на алпинистички експедиции, меѓународни собири, семинари и слично.

Полагање:

За овој назив испитот се состои во следење на работата на кандидатот за време на раководењето со алпинистичка експедиција, и одбрана на истражувачка

работа од одредена област на алпинизмот. Составот на комисијата го одредува Одговорното лице во ЦСО.

4. 6. За секој алпинистички назив МАА издава соодветна диплома. Покрај тоа, називот е евидентиран во алпинистичката легитимација на секој алпинист.

- Дипломата и легитимацијата (покрај архивата во МАА) се единствените валидни документи со кои се потврдува алпинистичкиот назив.

4. 7. Секој алпинистички назив може да биде во две фази - "активна" и "неактивна".

Активната фаза на алпинистичкиот назив подразбира исполнување на одреден минимум на алпинистичка активност во текот на секоја календарска година што подразбира:

- Најмалку 20 алпинистички искачувања на сува карпа, во најмалку 10 различни алпинистички насоки;
- Најмалку 3 зимски алпинистички искачувања;
- Најмалку 5 искачувања на планини повисоки од 2000 метри, од кои три во зимски услови;
- Присуство на најмалку два табора организирани од страна на МАА.

За алпинистичките називи Инструктор по Алпинизам и Инструктор - Алпинистички Водач, покрај горе наведеното, потребно е задоволување и на следниво:

- Присуство на летен и зимски семинар за Алпинисти инструктори најмалку еднаш на две години;
- Одржување на еден зимски и еден летен семинар за алпинизам, еднаш на две години (семинарот треба да биде организиран според стандардите на МАА и соодветно пријавен и евидентиран);

Со исполнување на горе наведените критериуми алпинистичкиот назив преминува од "пасивна" во "активна" фаза и обратно.

4. 8. За алпинистичките називи кои се стекнати во друга држава важи следново:

- По автоматизам се признаваат алпинистичките називи кои се добиени во образовна институција која е призната од UIAA (како што се ENSA - Франција, AAI - САД, KA при PZS , и др.);
- Не се признаваат називите добиени од локални клубови и здруженија;
- Доколку МАА смета дека алпинистичкиот назив добиен во странство треба да биде проверен, кандидатот е обврзан да полага практичен и теоретски испит за тоа звање согласно со критериумите на МАА.

5. АЛПИНИСТИЧКИ ИСПИТИ

- Алпинистичките испити се одржуваат за време на алпинистичките табори, курсеви и семинари.
- Алпинистички испит може да се одржи и по барање на кандидатот надвор од горе наведените редовни активности на МАА. Трошоците за испитот во овој случај ги сноси кандидатот.
- Алпинистичките испити за сите називи се состојат од два основни дела - теоретски и практичен.
- Составот на испитната комисија го одредува Одговорното лице во ЦСО. Испитната комисија е составена од три члена, од кои најмалку еден е носител на назив Инструктор по Алпинизам или повисок, а останатите двајца се носители на назив Алпинист или повисок.
- После секој испит се прави записник, кој влегува во личното досие на алпинистот кандидат.
- Кандидатот за полагање надоместува дел од трошоците за спроведување на испитот, а паричниот износ на тој дел го одредува Одговорното лице во ЦСО.
- Заради одржување на локалитетите и зголемување на безбедноста во качувањето секој кандидат задолжително е да исчисти една од постоечките насоки на локалитетот каде се спроведува полагањето и да направи проверка на клиновите со репозиција и замена на дотрајаните и несигурни клинови. За кандидатите за назив Курсист и Помлад Алпинист тоа ќе го прават со помош и надзор на Алпинист.

6. АЛПИНИСТИЧКА ОБУКА

- Секоја алпинистичка обука се изведува под надзор на алпинист со назив Инструктор по Алпинизам (и повисоко) во активна форма;
- Алпинистичките училишта се раководени од алпинист со назив Инструктор по Алпинизам (и повисоко) во активна форма, а се организираат согласно со критериумите на МАА;
- Еднаш (или повеќе пати) годишно МАА организира курсеви и семинари за соодветните алпинистички називи;

7. АЛПИНИСТИЧКИ ЛОКАЛИТЕТИ

- МАА во рамките на своите можности се грижи за алпинистичките локалитети во Република Македонија;
- Интервенции во постоечките алпинистички насоки (промена на клинови, додавање клинови, вадење клинови, поставување сидришта и сл) може да направи само МАА или алпинистите автори (првите искачувачи) на насоката;
- Секоја интервенција - промена во алпинистичките насоки што не е во согласност со светските алпинистички стандарди и критериумите за работа на МАА, и за којашто не е известена МАА, се смета за акт со кој се загрозува безбедноста на алпинистите;

- За секоја промена што е забележана или направена во алпинистичките локалитети треба да биде информирана МАА и сите АС;
- Секој алпинист кој качува во алпинистички локалитет должен е да ја процени безбедноста на алпинистичката насока, и самиот да донесе одлука за својата активност, при што одговорноста за безбедноста при качувањето секогаш е лична;
- Со оглед на карактерот на алпинизмот како спорт и дејност, и прифатените стандарди од оваа област во светот, МАА не гарантира безбедност при качувањето во алпинистичките локалитети;
- При качувањето во алпинистичките локалитети секој алпинист - качувач во локалитетот е должен да се придржува кон стандардите за безбедно качување, како во поглед на користењето на потребната опрема за качување и психофизичката подготвеност, така и во поглед на целокупното однесување во алпинистичкиот локалитет;
- На акциите кои се организирани од МАА со цел уредување на алпинистичките локалитети, задолжително е присуството на сите АС и нивните членови;

8. АЛПИНИСТИЧКИ АКЦИИ

- Алпинистичките акции (табори, курсеви, семинари, качувања, експедиции) можат да бидат организирани од страна на МАА; од страна на АС која ги исполнува критериумите за организирање таков вид алпинистичка акција; и алпинисти поединци со соодветни квалификации, согласно со критеримуите за работа во МАА;

- Акциите организирани од страна на МАА имаат карактер на државни алпинистички активности;
- На редовните алпинистички акции организирани од страна на МАА - (таборите, курсевите и семинарите), АС и нивните членови должни се на редовно присуство;
- Алпинистичка акција од државен карактер треба да биде раководена или да се изведе под надзор на алпинист со назив Инструктор по Алпинизам (и повисоко) во активна форма;
- МАА во рамките на своите можности организира акции од државен карактер и надвор од нашата земја. Изборот на учесници ќе се врши на најмалку два Алпинистички собири кои ќе се организираат во нашите локалитети според критериуми кои однапред ги утврдуваат Претседателот и Стручниот Совет. На истите собири се одредува и Раководител на Акцијата кој е должен да води Дневник на активности за целата акција и по завршувањето на акцијата да поднесе Извештај за реализирани активности и финансиски трошоци.
- За една алпинистичка акција да има карактер на акција на МАА, потребно е истата да биде во склад со програмата за работа и критериумите на МАА, а организаторот на истата да ги исполнува потребните услови за организирање таков вид алпинистичка акција;
- Алпинистичките акции кои се изведуваат надвор од нашата земја, а се организирани од АС, имаат карактер на државни алпинистички акции доколку се истите во склад со критериумите на МАА, и се организирани од самостојни АС кои редовно учествуваат во активностите на МАА;

- МАА нема да подржува алпинистички акции кои се организираат од друштва (клубови) и поединци кои не се редовни во активностите на МАА, и кои не ги почитуваат критериумите за работа.

ПРИЛОГ
ПОДГОТВИТЕЛНИ ПРОГРАМИ ЗА СТЕКНУВАЊЕ
АЛПИНИСТИЧКИ НАЗИВИ

ПРИЛОГ БРОЈ 1
ПОДГОТВИТЕЛНА ПРОГРАМА ЗА ЗВАЊЕТО
АЛПИНИСТ КУРСИСТ

1. Основни рељефни форми на карпа и планина и ориентација на планина.

2. Планирање на една планинарска и алпинистичка тура.

3. Облека за движење и престој во планина.

4. Алпинистичка опрема:
- карабинери, видови и намена
- јажиња, видови и намена
- појаси,
- шлем,
- патики за качување...
Основно за опремата за качување и нејзино одржување.
5. Постапки при одредени планинрани и непланирани ситуации во карпа.

6. Најчести повреди во планина и основи на прва помош (основно).

7. Системи на карпа:
- сидришта
- самоосигурување и осигурување на партнерот
- системи за извлекување
- системи за самоизвлекување
- движење по гребен
- паралелна наврска
- абзел (спуштање со јаже) од карпа

8. Основно за системите во снег:
- глечерска наврска
- сидриште во снег и мраз
- осигурување во снег
- осигурување во мраз
- абзел низ заснежена падина

9. Алпинистички јазли.

10. Качување:
- Качување како прв насока со тежина III +
- Слободно качување со тежина V
- Качување во мраз како втор
- Ноќно качување како втор
- Техничко качување

11. Основно за скалите за оценување на тежините на насоките.

12. Основно за алпинистичкиот експедиционизам.

13. Алпинистичка етика (слободно качување, почит кон карпата, колегијалност, вистинито прикажување на резултатите...).

14. Одржување на алпинистичките локалитети.

ПРИЛОГ БРОЈ 2
ПОДГОТВИТЕЛНА ПРОГРАМА ЗА НАЗИВОТ
ПОМЛАД АЛПИНИСТ

1. Основни рељефни форми на карпа и планина (камин, плоча, жлеб, кулоар, падина, врв, седло, гребен и сл.).

2. Основи за ориентацијата во природа (работа со компас, читање карта, одредување страни на светот).

3. Постапка при подготовка за заминување на планина или качување на карпа (планирање на маршот/насоката, избор на опрема, временска прогноза...).

4. Облека за движење и престој во планина (пантолони, јакни, чевли, шатори, вреќи, прибор за готвење...).

5. Алпинистичка опрема:
- карабинери, видови и намена
- јажиња, видови и намена
- појаси,
- шлем,
- патики за качување...

Основно за опремата за качување и нејзино одржување.

6. Непредвидени ситуации во карпа (паѓање на партнерот, враќање од карпа, основни поими за бивак во карпа).

7. Најчести повреди во планина и основи на прва помош (основно).

8. Системи на карпа:
- сидришта
- самоосигурување и осигурување на партнерот
- системи за извлекување
- системи за самоизвлекување
- движење по гребен
- паралелна наврска
- абзел (спуштање со јаже) од карпа

9. Основно за системите во снег:
- глечерска наврска
- сидриште во снег и мраз
- осигурување во снег
- осигурување во мраз
- абзел низ заснежена падина

10. Алпинистички јазли.

11. Качување:
- Качување како прв насока со тежина V +
- Слободно качување со тежина VI +
- Качување со дерези на карпа како втор
- Качување во мраз како втор M - 2, и WI - 2
- Ноќно качување како прв
- Техничко качување

12. Познавање на скалите за оценување на тежините на насоките.

13. Основно за алпинистичкиот експедиционизам.

14. Алпинистичка етика (слободно качување, почит кон карпата, колегијалност, вистинито прикажување на резултатите...).

15. Одржување на алпинистичките локалитети.

ПРИЛОГ БРОЈ 3
ПОДГОТВИТЕЛНА ПРОГРАМА ЗА НАЗИВОТ
АЛПИНИСТ

1. Форми на планинскиот рељеф (падина, врв, седло, гребен и сл.).

2. Основни рељефни форми на карпа (камин, плоча, жлеб, кулоар и сл.).

3. Основни поими за ориентација во природа (работа со компас, читање карта, одредување страни на светот).

4. Планирање на една планинарска тура - марш (патување, временско планирање, планирање на опрема, храна и сл).

5. Планирање на едно алпинистичко искачување (потребна опрема, планирано време, временска прогноза, избор на правец кај првенствени искачувања...).

6. Основи на планинската метеорологија и климатологија.

7. Облека за движење и престој во планина (пантолони, јакни, чевли, шатори, вреќи, прибор за готвење...).

8. Алпинистичка опрема:
- карабинери, видови и намена,
- јажиња, видови и намена,
- појаси,
- шлем,
- патики за качување...
... основни карактеристики за целата алпинистичка опрема (сува карпа и мраз) со употреба и одржување.

9. Организација на бивак во карпа (кога се одлучуваме на бивак во карпа, барање на место за бивак, опрема за бивакување, принуден бивак).

10. Најчести повреди на планина и основи на прва помош (основно).

11. Основно за планинските масиви во светот (да се знаат најголемите планински масиви и локалитети во светот).

12. Системи на карпа, мраз и снег:
- сидришта,
- самоосигурување и осигурување на партнерот,
- системи за извлекување,
- системи за самоизвлекување,
- поставување и движење по фиксно јаже,
- движење по гребен,
- паралелна наврска,
- глечерска наврска,
- сидриште во снег и мраз,
- осигурување во снег,
- осигурување во мраз,
- абзел (спуштање со јаже) од карпа,
- спасување на карпа,
- организирање и учество во спасителна акција на карпа и планина,
- абзел низ заснежена падина.

13. Алпинистички јазли.

14. Качување:
- Качување како прв насока со тежина VI ,
- Слободно качување со тежина VII ,

- Качување со дерези на карпа како прв,
- Качување во мраз како прв насоки со тежина M - 3 и WI - 4,
- Ноќно качување како прв,
- Техничко качување.

15. Основи на алпинистичкиот тренинг.

16. Познавање на скалите за оценување на тежините на насоките.

17. Основно за алпинистичкиот експедиционизам.

18. Алпинистичка етика (слободно качување, почит кон карпата, колегијалност, вистинито прикажување на резултатите...).

19. Одржување на алпинистичките локалитети.

ПРИЛОГ БРОЈ 4
ПОДГОТВИТЕЛНА ПРОГРАМА ЗА НАЗИВОТ
ИНСТРУКТОР ПО АЛПИНИЗАМ

1. Се што е опфатено во програмата за звањето алпинист.

2. Основи на работата со почетници:
- приод кон почетниците
- проценка на способностите (психички и моторни)
- правилно дозирање на обуката
- контролни мерења (сила, издржливост, КВС капацитет, координација),

3. Организација на работа со групи почетници - организација на алпинистички курс (зимски, летен).

4. Организација на алпинистички табор (избор на локалитет - зимски/летен, категорија на учесници, сместување, исхрана, организација на спасителна служба...).

5. Организација на алпинистички семинар и алпинстичко советување.

6. Организација (план и подготовка) на алпинистичка акција (избор на локалитет, избор на луѓе, избор на опрема, организација на патувањето и престојот, раководење со работниот тим).

7. Основи на организацијата на спасителна акција - летна/зимска.

8. Алпинистички експедиционизам:
- масиви/локалитети и соодветни сезони
- класична и мини експедиција
- класичен експедициски стил и алпски стил
- основно за експедициската опрема

- транспорт на опрема и луѓе
- исхрана за време на експедиции и акции

9. Психологија на работа со група/тим.

10. Организирање теоретска настава.

11. Едукативни предавања за пошироката јавност.

12. Организирање испит за алпинистичко звање.

13. Работа со напредни алпинисти.

14. Организација на тренингот:
- основно за физиологијата на тренингот
- основно за методологијата на тренингот
- седмичен тренинг
- месечен тренинг
- сезонска програма
- годишна програма
- програма за подготовка за експедиции од различен тип
- тренинг за слободно качување
- индивидуално следење и дозирање на тренингот
- основни реквизити за тренинг
- превентива против повреди за време на тренинг

15. Изработка на водач за алпинистички локалитет.

16. Организација на работата во алпинистичка секција.

ПРИЛОГ БРОЈ 5
ПОДГОТВИТЕЛНА ПРОГРАМА ЗА НАЗИВОТ
ИНСТРУКТОР - АЛПИНИСТИЧКИ ВОДАЧ

1. Се што е предвидено за претходниот назив.

2. Организација на алпинистичко училиште - примена на современи наставни методи.

3. Водење почетници и клиенти на планина и карпа.

4. Истражувачка работа од областа на:
- алпинистичката опрема;
- алпинистичкиот тренинг;
- техниките на качување;
- едукациските методи;
- одржување на алпинистички локалитети;
- алпинистички експедиционизам.

5. Програма за подготовка и реализација на алпинистичка експедиција.

6. Резиме - согледувања од алпинистичка експедиција.

7. Изработка на стратегија за јавен настап од областа на алпинистичката дејност.

8. Меѓународни алпинистички организации, форми на здружување и соработка.

9. Современи стандарди на алпинистичката дејност во светот.

Скопје, 17.03.2007 година.

МАКЕДОНСКА АЛПИНИСТИЧКА АСОЦИЈАЦИЈА
претседател: Борче Манев