

Прайс-лист услуг маунтинбайка Bike ë Life

название	описание	стоимость приключения	график (постоянный)	график в праздничные дни
MTB Level One 45 мин <i>Катание на горном велосипеде с инструктором.</i> <i>Сложность – легкий.</i> <i>Можно детям от 13 лет.</i>	Вводное занятие по маунтинбайку на котором Вы узнаете: • как устроен современный горный велосипед • научитесь кататься и управлять им • эффективно и безопасно тормозить • заезжать в гору и спускаться вниз • прыгнете свой первый, безопасный дроп – 10 см-) (drop – это прыжок с парапета/ступенек/обрыва, в общем - с высоты). Занятие проходит на поляне в базовом лагере Bike ë Life. Освоив базовые элементы, мы сделаем несколько радиальных выездов в лес в близи лагеря. В стоимость входят: • Горный кантри/трейловый велосипед и шлем (Cannondale, Norco, Spezialized, Gary Fisher, Format) • Работа тренера-инструктора • Шкафчик для хранения вещей во время занятия Организация тура: • Запись на рецепции отеля, по телефону или whats app +7921 372 50 19 • Начало занятия согласно расписанию • Занятие проходит в группах от 1 до 6 человек • Велосипеды подбираются по росту • Необходимо прийти в базовый лагерь Bike ë Life за 10-15 минут до начала для подготовки • Форма одежды: спортивная по погоде в т.ч. перчатки, шапочка и солнцезащитные очки. Обувь - закрытая с плоской подошвой, не натирающая ноги	1 000 руб	Суббота и воскресенье 10.00 11.00 15.00 16.00 20.00 21.00	3 и 10 мая 10.00 11.00 15.00 16.00 20.00 21.00
«Озерный Траверс» велотур 7 км – 1,5 часа <i>Сложность - легкий со средними элементами.</i>	Живописный тур вокруг 4-х озер. Маршрут пролегает по лесным грунтовым дорогам, тропинкам и трейлам по усмотрению гида в зависимости от уровня подготовки группы. Подготовительная часть тура включает в себя мини-тренировку по основам катания и техники управления горным велосипедом.	1 500 руб	Суббота и Воскресенье 12.00 17.00	3 и 10 мая: 12.00; 17.00

Можно с детьми от 13 лет.	Наш тур начинается в базовом лагере на вершине горы. Освоив катание по разному рельефу, мы сделаем несколько радиальных выездов на вершине, вокруг базового лагеря и после этого отправимся по пути основного маршрута. Мы проедем мимо конюшни и по лесной дороге вдоль старого карьера, выедем к первому каскаду спусков средней сложности. Это будет «захватывающий дух» спуск с ветерком-) Вы испытаете самые положительные эмоции, а на выкате в плоскость, улыбка будет сиять на Вашем лице-). Далее мы одолеем несколько подъемов, увидим разные озера, «секретный пляж», останки «эпохи октябрят и пионеров». В меру устав, довольные и счастливые, вернемся на базу через главный вход. В стоимость входят: • Горный кантри/трейловый велосипед и шлем (Cannondale, Norco, Spezialized, Gary Fisher, Format) • Работа гида-инструктора • Памятное видео о приключении на экшн камеру • Трейловый рюкзак для личных вещей (при необходимости) • Бутылка воды Организация тура: • Запись на рецепции отеля, по телефону или whats app +7921 372 50 19 • Старт группы согласно расписанию, из базового лагеря Bike Æ Life на вершине горы • Тур проходит в группах от 2 до 6 человек • Велосипеды подбираются по росту • Необходимо прийти в базовый лагерь Bike Æ Life за 15-30 минут до времени старта для подготовки • При раннем туре обязательно нужно позавтракать • Форма одежды: спортивная по погоде в т.ч. перчатки, шапочка и солнцезащитные очки. Обувь - закрытая с плоской подошвой, не натирающая ноги			
----------------------------------	---	--	--	--

Корпоративный трейл-тур «Семиозерье» От 7 до 25 км – 1,5 – 4 часа. Сложность – на выбор: легкий/средний/сложный	Авторский тур для компании. Проводится на территории района «Аврора-Клуб» – Семиозерье – Поляны. Вокруг 9 озер. Его формат, насыщенность, сложность, маршрут и наполнение могут быть самыми разными в зависимости от: • состава группы • уровня физической и технической подготовленности участников • формата и количества дней пребывания на территории «Аврора-Клуб» • HR-задач от руководителя Это может быть интересная, спокойная велопогулка; полноценная тренировка; исследовательский, приключенческий формат в виде квеста или мини соревнования. В стоимость входят: • Горный кантри/трейловый велосипед и шлем (Cannondale, Norco, Spezialized, Gary Fisher, Format) • Работа гида-инструктора • Памятное видео о приключении на экшн камеру • Трейловый рюкзак для личных вещей (при необходимости) • Бутылка воды Организация тура: • Запись на рецепции отеля, по телефону или whats app +7921 372 50 19 • Старт группы в согласованный день и время, из базового лагеря Bike ě Life на вершине горы • Тур проходит в группах от 2 до 8 человек • Велосипеды подбираются по росту • Необходимо прийти в базовый лагерь Bike ě Life за 15-30 минут до времени старта для подготовки • При раннем туре обязательно нужно позавтракать • Форма одежды: спортивная по погоде в т.ч. перчатки, шапочка и солнцезащитные очки. Обувь - закрытая с плоской подошвой, не натирающая ноги • Стоимость тура зависит от его формата и продолжительности	От 9 000 до 100 000	Предварительная запись по телефону или whats app +7 921 372 50 19
--	---	-----------------------------------	---

Индивидуальное занятие с инструктором на горном велосипеде. Для новичков. 1,5 часа Мужчины и женщины. Дети с 13 лет.	Учебно-тренировочное занятие для новичков. Подойдет в первую очередь тем, кто делает первые шаги в катании на маунтинбайке, хочет попробовать данный вид активности и понять, что это такое или просто хочет разнообразить свою физическую активность. Проводится на территории «Аврора-Клуб» и района «Семиозерье». После подборки велосипеда и его настройки под будущего райдера, начинается тренировка, которая включает в себя: • Общую и специальную разминку • Развивающие упражнения на велосипеде • Разучивание какого-либо технического элемента • Элементы общей физической подготовки • Катание по трассам и трейлам В стоимость входят: • Горный кантри/трейловый велосипед и шлем (Cannondale, Norco, Spezialized, Gary Fisher, Format) • Работа тренера-инструктора • Памятное видео о тренировке на экшн камеру • Шкафчик для хранения вещей во время занятия • Бутылка воды Организация тренировки: • Запись на рецепции отеля, по телефону или whats app +7921 372 50 19 • Начало тренировки согласно дню и времени записи • Тренировка может проводиться в формате соло (1 чел) или сплит (2 чел) • Велосипеды подбираются по росту • Необходимо прийти в базовый лагерь Bike Æ Life за 15-20 минут до времени начала тренировки • При ранней тренировке обязательно нужно позавтракать • Форма одежды: спортивная по погоде в т.ч. перчатки, шапочка и солнцезащитные очки. Обувь - закрытая с плоской подошвой, не натирающая ноги	2 000 руб – соло (1 чел) 3 000 руб – сплит (2 чел)	Предварительная запись по телефону или whats app +7 921 372 50 19
---	---	--	---