

Плыть по реке с попутным ветерком, готовить обед на костре, рассматривать лесных птиц и даже черепах... Это не просто мечты уставшего офисного работника. Это реальное время препровождение в выходные дни. Ведь для того, чтобы слиться с природой, необязательно долго собирать чемоданы и отправляться в дальние края. В апреле в Воронежской области открывается сезон походов на байдарках.

Ни мысли о работе

Походы на байдарках по рекам области - отличный способ отвлечься от проблем, забыть обо всём на свете и как следует отдохнуть на природе. Можно с семьёй, можно с друзьями, а можно - с коллегами. Корпоративные походы на байдарках организуют туристическая

иФ ЭТО ИНТЕРЕСНО

Маршруты на байдарках разнообразны. Вот несколько примеров:

① **Поход по реке Усманка:** от Сомово до Рамони.

② **Поход по реке Воронеж:** по границе Воронежской и Липецкой областей до Рамони.

③ **Поход по реке Битюг классический:** от села Старая Чегла до Коршево, это Хреновской бор, между Анной и Бобровом, лесная часть Битюга.

реклама

Отдохнём душевно



Сезон походов на байдарках стартует в апреле.

фирма «Странник» и команда психологов из компании «Класс Шестакова».

- Походы делятся на две части: сборные и корпоративные, - поясняет Олег МОЛЧАН, директор фирмы «Странник». - В сборный тур может записаться любой желающий, у нас на сайте есть специальное распи-

сание. Также мы устраиваем корпоративные туры для организаций. Составляем программу в зависимости от их желаний и потребностей.

Так совмещают приятное с полезным - отдых и психологический тренинг, благодаря которому коллектив начинает работать слаженно.

- Байдарочный поход - это такой досуговый обучающий инструмент, - поясняет Наталия ШЕСТАКОВА, психолог, управляющая компанией «Класс Шестакова». - Он учит человека быть более целеустремлённым, коммуникабельным, эффективным. Тренинг автоматически становится командообразующим, нацеленным на результат, а это и есть

его основная задача. Даже один выезд в году со своей командой произведёт хороший эффект - каждый сотрудник сможет показать себя с лучшей стороны.

На природе проводятся самые разные тренинги для выработки определённых навыков, например, лидерства, коммуникации или принятия решений.

- Есть упражнение, которое очень хорошо ложится на природные условия: страна немых, глухих или слепых, - рассказывает Наталия Михайловна. - Например, страна немых, когда люди не разговаривают в течение суток, изъясняясь только жестами. При этом надо ставить палатку, справляться на байдарке - а многие видят её впервые! Здесь отрабатывается уникальный навык чувствительности людей к невербальным сигналам. Людям становится легче понимать друг друга, они более



④ **Поход Нижний Битюг:** от Боброва до села Мечётка. Это совмещение лесной части с меловыми горами.

⑤ **Поход Верхний Битюг** плюс небольшая экскурсионная программа в Эртиле - казачий хуторок.

⑥ **Поход по реке Тихая Сосна** с осмотром заповедника Дивногорье. Ковыльные степи, меловые горы.

осознанно относятся к самому процессу говорения. Такие техники возможны только в условиях байдарочного похода.

Вместе веселей

Во время похода можно и порыбачить, и поиграть в волейбол, и поесть шашлычка... Это то же самое, что обычный выезд на природу, только перемещается вы на байдарке. К каждой группе - от 10 до 15 человек - приставлены инструкторы, которые закупают продукты, подготавливают снаряжение, ставят палатки, готовят еду на костре.

- Мы уделяем большое внимание безопасности, - объясняет Олег Молчан. - Перед выходом в поход обязательно регистрируем группу в МЧС. Кроме того, автоматически вместе с путёвкой человек приобретает медстраховку. И конечно, наши инструкторы - профессионалы своего дела.

Такие походы можно организовать на выходные или на целую неделю. Главное, не ошибиться в выборе фирмы. Дело в том, что в нашем городе есть только одна компания, которая имеет право заниматься этим видом деятельности: «Странник - Воронеж».

Елена КОТЕНЁВА

Туристическая фирма «Странник» находится по адресу: г. Воронеж, ул. Моисеева, 45а. Тел. 220-55-62.

ДНИ ЗАЩИТЫ ОТ ЭКОЛОГИЧЕСКОЙ ОПАСНОСТИ НАЧАЛИСЬ В ВОРОНЕЖЕ

АиФ-ЧЕРНОЗЕМЬЕ
№ 16, 2012 г. WWW.CHR.AIF.RU