

# БЪЛГАРСКА ФЕДЕРАЦИЯ ПО КАТЕРЕНЕ И АЛПИНИЗЪМ

## Програма за развитие на спорта 2020-2024 година

### I. Въведение

Настоящата Програма за развитие на спорта (наричана по-нататък Програмата) на Българска федерация по катерене и алпинизъм (БФКА) начертава основните насоки за развитие на спортовете, администрирани от БФКА – спортно катерене, ски-алпинизъм, ледено катерене, алпинизъм за периода 2020-2024 г. Програмата е изготвена в съответствие със Закона за физическо възпитание и спорта, Националната програма за развитие на физическото възпитание и спорта, и други стратегически документи. Програмата е отворен документ, може да се доразвие, актуализира или допълни в периода ѝ на действие.

### II. Съвременно състояние и проблеми

През 2019 г. Българската федерация по катерене и алпинизъм отбелязва 90-годишнината от основаването на Българския алпийски клуб, което се счита за началото на организираното алпийско движение в България. Самият факт, че вече 90 год. вече у нас се практикуват катерене и алпинизъм говори достатъчно за традициите и интереса към тези спортове. В края на 2019 г. в БФКА членуват 32 клуба с над 600 индивидуални членове, а БФКА е член на три международни спортни федерации - Международен съюз на алпийските асоциации (UIAA), Международна федерация по спортно катерене (IFSC) и Международна федерация по ски-алпинизъм (ISMF).

БФКА и клубовете – членове на федерацията работят в няколко направления:

1. Спорт за учащи - деца в предучилищна възраст, ученици и студенти.
2. Спорт за всички – за спортуващи в свободното си време граждани в активна трудоспособна възраст.
3. Спорт за високи постижения – за спортисти с цел постигане на високи спортни резултати в официалните международни състезания.

Поради спецификата и различията в отделните спортове, които администрира БФКА, те ще бъдат разгледани и в отделна част.

Основни проблеми:

- 1.1. Недостатъчна изградена инфраструктура за практикуване на катерене и алпинизъм на открито.

В по-голямата си част спортовете, администрирани от БФКА се практикуват на открито, на естествени форми, скали, планини, разположени на територия – публична държавна или общинска собственост, като достъпът до тях е напълно свободен. По тази причина изградената инфраструктура не генерира преки приходи, които да бъдат ползвани за развитие и поддръжка. Приходите за местните общности са косвени - чрез посещения и пребиваване на български и чуждестранни катерачи в селищата и местата, намиращи се в близост до катерачните обекти. В общинските бюджети не се отделят никакви средства за развитие и поддръжане на катерачната инфраструктура на открито. На практика грижата за развитие и поддръжане на катерачните обекти на открито е преобладаващо чрез доброволни усилия и труд.

- 1.2. Недостатъчен брой зали и изкуствени стени за катерене.

Предвид големия интерес към катеренето сред децата от най-ранна възраст и възрастовата специфика, залите с изкуствени катерачни стени са най-подходящи за начално обучение и занимания с деца. Състезанията по спортно катерене, които са включени в следващите две олимпиади – в Токио и Париж, се провеждат на изкуствени структури. В България на практика има едва няколко стени, които отговарят на стандартите на международната федерация за провеждане на официални международни състезания. По тази причина и националните отбори по спортно катерене са принудени да водят голяма част от подготовката си в чужбина.

#### 1.3. Недостатъчни финансови ресурси.

Средствата в централния и общински бюджети предназначени за спорт не са достатъчни за осигуряване възможности на голяма част от населението да спортува. На практика всеки спортуващ заплаща индивидуално участието си в спортна дейност. Практикуващите спортовете на открито, каквито са част от администрираните от БФКА, са облагодетелствани от наличието на изградена катерачна инфраструктура, която е със свободен достъп.

#### 1.4. Недостатъчна реклама и информираност на населението относно възможностите за практикуване на катерене и алпинизъм.

#### 1.5. Липса на система за повишаване на квалификацията на спортно-педагогическите кадри и възможности за кариерното им развитие.

Липсата на стабилно и предвидимо финансиране на дейностите на спортните клубове пречи и на възможността им да наемат необходимите квалифицирани спортно-педагогически кадри. Малка част от клубовете са в състояние на предложат трудов или граждански договор на треньорите / инструкторите, които водят занимания. На практика голяма част от тренировъчните занимания се провеждат от треньори на доброволни начала, което поставя под въпрос ефективността и мотивацията на треньорските кадри.

#### 1.6. Недостатъчен административен капацитет в спортните клубове, което възпрепятства участието им в програми за финансиране на дейността им.

Мерки и дейности за решаване на проблемите:

1.1.1. Участие в проекти за изграждане на катерачна инфраструктура към общини, национални и природни паркове, европейски и други програми за финансиране с цел изграждане на нови катерачни маршрути с различна категория на трудност и цялостно устройство на катерачните обекти. Подобряване на катерачната инфраструктура и създаване на по-добри и безопасни условия за спорт и отдих.

1.1.2. Създаване на оптимални условия и насърчаване на децата, учащите и студентите към системно практикуване на спорта като средство за здравословен начин на живот, физическо и духовно развитие.

1.1.2. Увеличаване на броя на децата, учениците, студентите, участващи в спортни дейности.

1.1.3. Разширяване на обхвата на спортуващите учащи - включване на деца в риск и деца в неравностойно положение в занимания по катерене и алпинизъм.

1.1.4. Взаимодействие с ВУЗ-ове и НСА за организиране на регионални и национални студентски първенства.

1.1.5. Участие в проекти за реновиране и изграждане на зали и стени за катерене в цялата страна.

1.1.6. Повишаване на административния капацитет на спортните клубове чрез организиране на семинари по различни теми на управление на спорта и спортните клубове като юридически лица с нестопанска цел.

### **III. Спортно катерене**

#### **1. Тенденции в световния и българския спорт**

В спортното катерене в световен мащаб в последните години се наблюдава възходящо развитие

във всички аспекти на спорта – брой занимаващи се спортисти, брой състезатели и държави в официалните международни състезания, повишаване нивото на трудност на катерачните маршрути в състезанията, подобряване качеството на провежданите състезания. Всичко това води до все по-голяма конкуренция в състезанията, на СП в почти всички възрастови групи и дисциплини конкуренцията е над 100 състезатели. Това поставя под изпитание организаторите на най-важните форуми – СП, които на практика вече се провеждат за около 10 дни. Най-важното събитие в историята на спортното катерене беше решението на МОК да включи спорта в програмата на ОИ в Токио 2020 г. по предложение на домакините, както и в МОИ 2018 г. Това даде допълнителен тласък в развитието на спорта. Олимпийското признание на катеренето доведе до утвърждаване на нови правила в спорта, което постави редица изпитания пред атлетите. На практика олимпийската дисциплина – комбинацията, накара болшинството спортисти да се състезават в дисциплини, в които не са „специалисти“, най-типичен е случаят със скоростта. Друга съществена промяна в правилника беше намаляване на времето за катерене в боулдъра и трудността. В комбинацията също беше прието ново правило - с провеждане на финален кръг (досега комбинацията беше комплексно класиране от индивидуалното класиране в 3-те дисциплини на катеренето – трудност, боулдър и скорост). Всички тези нови правила наложиха значителна промяна в стила на катерене, стратегията по време на състезание, начина на подготовка на състезателите. И докато през последните години се прилагаха гъвкави решения, съобразени с новите, въведени за първи път правила, вече се прилагат устойчиви модели за подготовка и участие в състезанията. През 2018 г. се състоя дебюта на спортното катерене на МОИ в Буенос Айрес, където за наша гордост Петър Иванов зае 6-то място при юношите. Друга отчетлива тенденция в спортното катерене, особено при жените, е понижаване на възрастта за върхова спортна изява. Редица състезателки от юношеските групи, се състезават успешно при жените, явлението по-рядко се наблюдава при мъжете. В спортното катерене в състезанията за мъже и жени имат право да участват състезатели над 16 г. Много състезатели в горните 2 групи на юноши и девойки се състезават и при мъже и жени. Малкият брой състезатели, които ще участват на ОИ през 2020 г. - по 20 мъже и жени, обуславя огромната конкуренция за тези места. На практика самото класиране за ОИ 2020 г. е сериозно постижение на фона на близо 700 състезатели, които имат право да спорят за тези 40 места. Вече е потвърдено от организаторите на ОИ 2024 г., че катеренето ще бъде включено в програма на ОИ в Париж, остава само гласуването в изпълнителния комитет и конгреса на МОК. Добрата новина за ОИ в Париж е, че катеренето ще участва с две дисциплини – комбинация трудност+боулдър и скорост. Все още не е известно дали спортното катерене ще бъде включено в програмата на МОИ в Дакар през 2022 г., очакваме, че по подобие на ОИ 2020, което предхождаше решението за МОИ през 2018, след потвърждението на спортното катерене на Париж 2024 да бъде решено и спортното катерене да бъде в програмата на МОИ 2022 г.

В България също се наблюдава устойчиво развитие на спорта. Спортното катерене е представено в БФКА с най-много картотекирани състезатели, участници в състезания, брой проведени прояви от ДСК. Клубовете, които развиват спортно катерене и са взели участие в състезания, са около 15. Проблем за повечето клубове е материалната база – зали и стени за катерене. На практика няма клуб, който да е собственик на зала, всички клубове имат различни наемни отношения със собствениците на спортни обекти. Това рефлектира и върху спортистите и възможностите за подготовка, защото треньори и спортисти са зависими по отношение ползване на материалната база. Има чувствителен недостиг на стени за катерене или части от тях, които да се ползват изключително за състезателни маршрути. Това налага част от подготовката да се провежда в чужбина. Друг проблем е недостигът на треньорски кадри. За съжаление голяма част от завършващите НСА със специалност „треньор по туризъм-алпинизъм“ или „Треньор по спортно катерене“ не остават в системата на спорта и търсят реализация в други професионални

области.

Затвърждава се тенденцията в детски групи да имаме много добре подготвени деца, които са естествения резерв в групите за високо спортно майсторство. Нагледен е примерът с Александра Тоткова (род. 2005 г.), която в няколко поредни години печелеше най-силните състезания в света за деца до 14 г., през 2019 г. беше за първа година при девойките и спечели сребърен и бронзов медал на СП. Слав Киров (род. 2005) също имаше редица успехи при децата до 14 г., и в неговата първа година при юношите през 2019 г. беше финалист в почти всички официални състезания, в които взе участие. Мартина Бангеева (род. 2006 г.) и Николай Русев (род. 2006 г.) са следващите много талантиливи деца, с победи в най-силните международни състезания за деца до 14 г., които през 2020 г. ще бъдат за първа година при юноши / девойки. Истинското предизвикателство за треньорите обаче остава запазването на силните изяви на юношите и девойките в по-горните възрастови групи и най-вече изграждането им като успешни състезатели при мъже и жени.

Съставът на националния отбор по спортно катерене е предимно от млади състезатели. Една от причините е тенденцията, която вече споменахме – на по-ранна възрастова специализация и спортна изява в спортното катерене. Радваща е тенденцията на продължаване на успехите и при юноши и девойки на децата със силни изяви в детските групи, което ни дава увереност, че ще продължат своето възходящо развитие и при юношите и девойките.

#### **4. Конкретни цели**

##### 4.1. Ежегодно в периода на програмата

- 2-ро място на СП за ю/д
- 2-ро място на ЕП за ю/д
- 1-во място на ЕК за ю/д
- 1-во място на 3-те международни състезания за деца до 14 г. - Youth Color Climbing Festival; Petzen Climbing Trophy; Rock Junior
- 1-во място на БП м/ж/ю/д
- 20-то място на СП за м/ж
- 15-то място на ЕП за м/ж

##### 4.2. 2021 г.:

- спечелване на 2 квоти за МОИ в Дакар, Сенегал

##### 4.3. 2022 г.:

- 3-то място на МОИ

##### 4.4. 2023 г.

- спечелване на квота за ОИ в Париж, Франция

##### 4.5. 2024 г.:

- 10-то място на ОИ в Париж, Франция

## 5. Състав на национален отбор по спортно катерене

Александра Тоткова	2005 г.
Слав Киров	2005 г.
Иван Бонев	2004 г.
Христо Урумов	2003 г.
Петър Атанасов	2003 г.
Димитър Русев	2003 г.
Матей Мицев	2002 г.
Стоян Петров	2001 г.
Петър Иванов	2000 г.
Филип Дончев	1998 г.
Юлия Керемедчиева	1994 г.

## 6. Научно и медицинско осигуряване

- Антропометрия – ръст, тегло, индекс на телесната маса, процент телесни мазнини, процент мускулна маса

- Функционална диагностика – специализиран тест за аеробна мощ на горна част на тялото  
Основни параметри: Пикова мощност (W), Относителна мощност (W/kg), VO<sub>2</sub>peak (ml/min/kg), анаеробен праг (лактатен праг и вентилаторен праг)

- Специализирани тестове:

а) апаратурни тестове за сила - F<sub>max</sub>, максимална сила; F<sub>max</sub>/kg, максимална сила, отнесена към собственото тегло (относителна сила); I<sub>es</sub>, индекс на експлозивната сила (F<sub>max</sub>/TF<sub>max</sub>); S<sub>grad</sub>, градиент на силата (темп на нарастване на силата); F<sub>avg</sub>, средна сила; F<sub>avg</sub>/kg, средна сила, отнесена към собственото тегло; I<sub>fat</sub>, индекс на умора

б) апаратурни тестове за специфична силова издръжливост на сгъвачите на пръстите  
Работа в зададени Граници (s); J, импулс на силата; J/kg, импулс на силата, отнесен към собственото тегло

в) Оценка на локалния мускулен аеробен капацитет

Параметър: аеробен индекс, изчислен на базата на двата теста за силова издръжливост

г) Тестове за сила на мускулатурата на раменния пояс

Два теста: вис на сгънати ръце, изпълнени с две ръце и с една ръка

д) Тест за гъвкавост

Дълбочина на наклона (от тестовата батерия Еврофит)

## 7. Тренировъчни бази

Залите за катерене, на които ще се провежда подготовката на състезателите са: в София – зала Уолтопия, зала Бонсист, НСА, във Велико Търново – ДКС „Васил Левски“ и зала „Боулдърспот“, в чужбина – катерачни зали и центрове в Грац, Имст, Инсбрук, Митердорф - Австрия, Мюнхен, Франкфурт - Германия, Любляна - Словения

## IV. Ски-алпинизъм

### 1. Тенденции в световния и българския спорт

Ски-алпинизмът е с богати традиции в България, през 2018 г. отбелязахме 50-год. от първото организирано състезание у нас. Известно в зараждането си като „алпийско ски-рали“, през

годините спортът претърпя големи промени и развитие, бяха променени значително правилата за провеждане на състезания, бяха въведени нови дисциплини. Ски-алпинизмът, както и спортното катерене, до 2008 г. беше под шапката на UIAA (Международната федерация по катерене и алпинизъм), когато се отдели в самостоятелна федерация с ясна цел – включване на спорта в олимпийската програма. През 2016 г. ISMF (Международната федерация по ски-алпинизъм) получи пълно признание от МОК. През 2020 г. ски-алпинизмът беше включен в програмата на МОИ в Лозана, Швейцария, където 48 атлети на възраст 17-18 г. взеха участие в 3 от дисциплините на ски-алпинизма – индивидуално, спринт и щафета. Ски-алпинизмът, за разлика от спортното катерене, е спорт с по-късна възрастова специализация, което се обуславя от характера на спорта – функционален, свързан с много технически и специализирани умения. Това може да се види и в участието в официалните международни състезания - докато в спортното катерене броят състезатели юноши и девойки в СП значително надвишава броя на мъже и жени на СП, в ски-алпинизма е точно обратното. Това е предизвикателство към всички нации, включително и България, които развиват ски-алпинизма – изграждането на състезатели още в юношеските групи.

В България на практика има няколко клуба, които развиват ски-алпинизъм, което е обяснимо с географското разположение - ски-алпинизма се практикува само в планини. Не можем да не отчетем обаче незавидното положение на клубовете, главно от финансова гледна точка. Това е много скъп спорт, екипировката, дори и за начално обучение е от порядъка на няколко хиляди лева, така че една от големите трудности е привличане на деца и подрастващи за занимания с този спорт. Други трудности са свързани с краткия зимен сезон у нас в сравнение с Алпите например, където състезателите могат да се подготвят на сняг на почти през цялата година. В подготовката си у нас ски-алпинистите използват участие и в други спортове – планинско бягане и колоездене, скай-рънинг, планински маратони. В дългосрочна перспектива залагаме на потясно сътрудничество с БФ ски, с които да се координира беговата и функционална подготовката на състезателите.

## 2. Състав на национален отбор по ски-алпинизъм

Никола Калистрин	1996 г.
Кирил Николов	1982 г.
Петя Тотева	1999 г.
Георги Радев	1986 г.
Светослав Терзийски	1989 г.
Ивона Михайлова	1981 г.
Никола Тодоров	2002 г.
Иван Геров	1982 г.

## 3. Конкретни цели

Ежегодно в периода на програмата

- 10-то място на ЕП кадети / кадетки
- 10-то място на ЕП юноши/девойки
- 10-то място на ЕП младежи
- 25-то място на ЕП мъже / жени
- 30-то място на СП мъже / жени

## **V. Ледено катерене**

В този спорт за съжаление у нас се наблюдава известно отстъпление от позициите, които имаше България до преди няколко години. Това е свързано на първо място с подмладяване на състава. На практика се получи празнина между изградените състезатели, които почти едновременно се отказаха от участия в състезания и липса на ново попълнение млади състезатели. Но смятаме, че тази празнина ще бъде запълнена, защото спортното катерене е естествен източник на състезатели и в леденото катерене. Проблем остава липсата на ледена кула, на която да се провежда тренировъчен процес. Въпреки направените постъпки и планове за изграждане на такава в района на х. „Алеко“ засега няма развитие по въпроса. Така състезателите разчитат на подготовка единствено на естествени форми – скали и замръзнали водопади. Това обаче не е пълноценна подготовка, тъй като в последните години състезанията по ледено катерене се провеждат изключително на изкуствени структури, допълнително обледенени.

### **2. Състав на национален отбор по ледено катерене**

Косьо Локмаджиев	1990
Виктор Терзийски	1981
Радка Петкова	1979

### **3. Конкретни цели**

Ежегодно в периода на програмата

- 10-то място на ЕП
- 15-то място на СП

## **IV. Алпинизъм**

Алпинизмът, както спортното и алпийско катерене, практикувано на скали, на открито, са спортове със свободен достъп за всички. Това е спорт, който може да се упражнява до значително по-късна възраст, много силни алпинисти правят най-значимите си изкачвания след 40-та година. Свободният достъп до катерачните обекти, активното общуване с природата, сравнително дългата продължителност на възможността за практикуване прави популярни и привлекателни катеренето и алпинизма сред хора от всички възрастови групи. Проблем с практикуването на катеренето и алпинизъм срещаме с поддръжката и обезопасяване на катерачните обекти. Тъй като това са обекти на открито и са подложени на различни метеорологични условия през цялата година, катерачните маршрути се нуждаят от периодично обрушване, почистване на разрушена, висяща и опасна скална маса, както и подмяна на осигурителните точки - клинове. Екипирането на нови катерачни обекти и маршрути в повечето случаи се извършва на доброволни начала. БФКА продължава усилията да участва в проекти, свързани с развитие и поддържане на спортната инфраструктура. Друг проблем за практикуването на спортовете на открито е статута на катерачните обекти в защитени територии и достъпа до тях. Екологичното законодателство е рестриктивно по отношение на редица дейности, което рефлектира и върху достъпа до „класически“ катерачни обекти, най-ярък пример за това са резерват „Северен Джендем“ в Стара планина и „Риломанастирска гора“ в Рила. БФКА още през 2016 г. внесо в МОСВ предложение за решение на проблема за катерене на територията на резервати, но от МОСВ все още няма положително решение на

въпроса.

## **2. Конкретни цели**

- подкрепа на проекти в областта на алпинизма, които си поставят спортно – технически цели в духа на съвременния алпинизъм – изкачвания с висока техническа сложност, прокарване на нови маршрути, премиерни изкачвания на девствени върхове;
- участие в проекти за поддържане и развитие на катерачната инфраструктура на открито;
- продължаване на усилията за институционално решение на проблема с достъпа до катерачни обекти, разположени в защитени територии;
- проучване на атрактивни райони за изкачване на неизкачвани върхове и сложно технически стени, както и повторения на сложно-технически маршрути в различни планини по света.