

# **Т у р и з м**

*МБОУ СОШ № 45*

*Учитель физкультуры*

*Бортник Дмитрий Александрович*

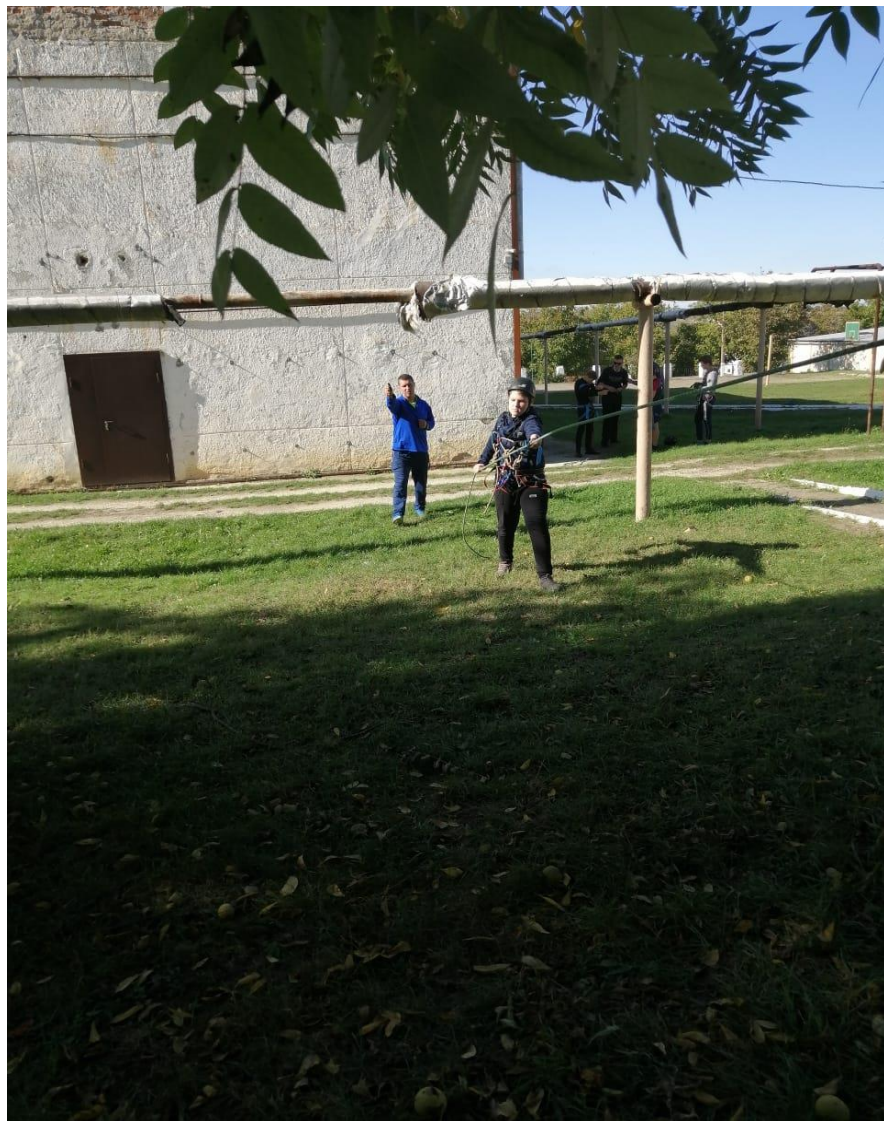
# Готовим верёвки



# Вертикальный подъём и спуск



# Подъём на жумаре



# Параллельная переправа



# Навесная переправа

