



В 1889 году А.В. Пастухов, военный топограф и альпинист, с местным проводником и двумя казаками, совершил первое известное восхождение на Казбек по северному склону. Это дало толчок дальнейшему развитию альпинизма в регионе.

Горы Главного и Бокового Кавказского хребтов привлекают в Осетию любителей восхождений из России и других стран. К вершинам Кавказа ведут маршруты разной степени сложности, от самых простых некатегорийных до сложнейших маршрутов высокой категории сложности.

Привлекают любителей альпинизма в первую очередь такие знаменитые вершины как Казбек (5033,8 м), Джимарайхох (4780 м), Уилпата (4649 м), Тепли (4431,2 м), Адайхох (4404,9 м), Суган (4486,5 м), Чанчахи (4461,5 м), Лабода (4313,7 м). В Осетии много мест, где можно заниматься скалолазанием на естественном рельефе.

В Осетии во времена СССР проходили чемпионаты по скалолазанию на склонах Дарьяльского ущелья. Скалолазание приобрело большую популярность и даже претендует на звание олимпийского вида спорта.

В Цейском ущелье проходят ежегодные сборы альпинистов-спасателей, в 2007 году здесь проходил чемпионат РФ по альпинизму (категория скальных восхождений). В 2009 году состоялась международная альпиниада по восхождению на Казбек.

Замерзающие водопады Осетии дают возможность заниматься таким новым, только набирающим популярность видом спорта как ледолазание. Открытый чемпионат города Москвы по этому виду спорта проходит на уступах замерзших Цейских водопадов.

Маршруты самые разные от простых до имеющих практически вертикальные участки, требующие серьезной альпинистской подготовки участников. Удобно, что замерзающие водопады расположены достаточно компактно, большинство их находятся в Мидаграбине и Горной Дигории.