

53° CORSO ROCCIA AR1 - 2017

Direttore:	Guido Nobile	cell. 331 2727381
Vice Direttore:	Robert Menis	cell. 344 3885252 - robert@menis.eu
Segretario:	Elena Dal Cul	cell. 349 3924395 - elena.dalcul@gmail.com

ISCRIZIONI:

La quota di iscrizione è di 220 € con caparra di 50 € da versare all'atto dell'iscrizione.
A carico di ciascun allievo sono, inoltre, le spese di soggiorno e di trasferimento.
Le iscrizioni sono limitate ai posti disponibili e si ricevono contattando il segretario del corso.
Per accedere al corso è preferibile aver frequentato un corso di Alpinismo - A1 o essere in possesso di una preparazione equivalente.
NB **Le iscrizioni si ricevono esclusivamente inviando mail alla segretaria**

EQUIPAGGIAMENTO:

L'equipaggiamento necessario alla frequentazione delle uscite pratiche verrà indicato dettagliatamente nella serata di presentazione del corso. Indicativamente la dotazione standard richiesta prevede: imbrago basso, caschetto, scarpette d'arrampicata, piastrina, un cordino da 3mt Ø 8mm, 2 cordini da 2mt Ø 7mm, 2 moschettoni a ghiera adatti per sosta, 3 moschettoni HMS, zaino possibilmente da 20/28 litri, abbigliamento idoneo.

Lezioni Teoriche <i>Presso la sede CAI Cividale - ore 20,45</i>	Lezioni Pratiche <i>Gli orari e le località indicate potranno subire delle variazioni per cause contingenti.</i>
27 aprile - giovedì Chiusura iscrizioni e presentazione del corso. Informazioni e consigli sui materiali alpinistici Pericoli della montagna	
04 maggio - giovedì I nodi principali in alpinismo, lezione teorico/pratica	07 maggio - domenica Falesia di Stupizza Ripasso dei principali nodi in azione Tecniche di arrampicata di base Preparazione della sosta Assicurazione ed autoassicurazione
11 maggio - giovedì Topografia ed orientamento Nozioni di primo soccorso	13 maggio - sabato Falesia di Santa Croce - Trieste Tecniche di arrampicata su placca
25 maggio - giovedì Preparazione di una salita in alpinismo	28 maggio - domenica Falesia di Val Romana Alta Progressione in cordata Discesa in corda doppia
	02/03/04 giugno - venerdì - sabato - domenica Arco - Trento Salite di vie a più tiri e affinamento tecnica su falesie in ambienti dalle diverse caratteristiche. Uso delle protezioni
08 giugno - giovedì Serata culturale "Emanuele Cargnello"	
15 giugno - giovedì Catena di assicurazione	17 - 18 giugno - sabato e domenica Passo Falzarego Salite di vie classiche in ambiente montano Uso delle protezioni Consolidamento delle nozioni