

AR2 ^{27esimo} CORSO ROCCIA

PERFEZIONAMENTO

il corso

Il corso è rivolto preferibilmente a chi abbia frequentato un corso roccia AR1 o possieda una esperienza equivalente. Lo svolgimento del corso è subordinato al raggiungimento di un numero minimo di partecipanti.

iscrizioni

La quota di partecipazione è di 220,00 euro. Verrà richiesta una caparra di 30 euro da versare all'atto dell'iscrizione.

A carico di ciascun allievo sono inoltre, le spese di soggiorno e di trasferimento.

Le iscrizioni, limitate ai posti disponibili, si effettuano contattando il segretario del corso alla seguente mail corso.ar2.caiciviale@gmail.com

referenti

Roberto Pivotti,
direttore

Carlo Picotti,
vicedirettore

Martina Gabriele,
segretario

CALENDARIO LEZIONI

teoriche

23 maggio - mercoledì

- Presentazione del corso
- Pericoli della montagna
- Indicazioni su equipaggiamento personale
- Chiusura delle iscrizioni

30 maggio - mercoledì

- Catena di assicurazione avanzata
- Ripasso nodi principali

7 giugno - giovedì

- Serata culturale
Emanuele Cargnello

14 giugno - giovedì

- Storia dell'Alpinismo
- Preparazione fisica ed alimentazione

28 giugno - giovedì

- Tecniche di assicurazione in parete

5 luglio - giovedì

- Preparazione di una salita

18 luglio - mercoledì

- Manovre di autosoccorso

equipaggiamento

Nel corso della prima lezione teorica verranno fornite indicazioni e consigli per l'acquisto dei materiali individuali necessari allo svolgimento del corso. Indicativamente la dotazione standard richiesta contempla: imbrago basso, caschetto, martello da roccia, scarpette da arrampicata, Tuber (e guanto), piastrina (od altro discensore), 1 spezzone di mezza corda da 3,50 m, set di cordini, 2 moschettoni a ghiera da sosta, 3 moschettoni HMS, zaino ed abbigliamento idoneo.

pratiche

2 giugno - sabato

Falesia

- Tecnica di arrampicata
- Utilizzo protezioni veloci

17 giugno - domenica

Falesia

- Realizzazione di soste
- Calata in corda doppia

1 luglio - domenica

Alpi Giulie

- Progressione della cordata

7 e 8 luglio - sabato e domenica

Moiazza, Dolomiti

- Salita di vie classiche

20, 21 e 22 luglio venerdì, sabato e domenica

Passo Sella, Dolomiti

- Manovre di autosoccorso
- Arrampicata artificiale
- Salita di vie classiche