

Guide Alpine

Vallecamonica-Adamello

CORSO ARRAMPICATA NO SPIT (III livello)

Corso outdoor di 2 giornate. Il corso si rivolge a chi arrampica già da primo di cordata e vuole acquisire sulle vie di più lunghezze le tecniche di sicurezza su terreno sportivo e d'avventura.

Programma

- Tecnica di arrampicata (Metodo Caruso): progressione a triangolo.
- Tecnica di sicurezza:
 - monotiri sia sportivi sia d'avventura;
 - utilizzo delle protezioni veloci (nuts, friends) e non (chiodi);
 - costruzione della sosta;
 - arrampicata in artificiale;
 - progressione da secondo e da primo di cordata su vie di più lunghezze su terreno sia sportivo sia d'avventura;
 - corda doppia.

Obiettivi minimi

Perfezionamento della tecnica di progressione da primo di cordata su vie sportive.

- Acquisizione della tecnica assicurazione ad un primo ed ad un secondo di cordata.
- Acquisizione della tecnica di posizionamento delle protezioni veloci.
- Acquisizione della tecnica di discesa in corda doppia.
- Acquisizione della capacità di attrezzare su terreno sportivo una sosta ed una doppia.

Periodo

Su richiesta.

Quota individuale

500 euro (da dividere tra massimo 3 partecipanti)

La quota comprende: l'insegnamento, l'accompagnamento e le spese della Guida Alpina, l'uso dei materiali comuni e l'assicurazione di responsabilità civile.

La quota non comprende: viaggio per raggiungere le località di arrampicata, pranzi e bevande, assicurazione infortuni personale, eventuale pernottamento presso b&b, tutto quanto non specificato alla voce "la quota comprende".



Per informazioni ed iscrizioni:

www.guidealpineadamello.it - info@guidealpineadamello.it

3406142567 / 3474574251