



Guide Alpine

Vallecamonica-Adamello

CORSO AVANZATO DI ARRAMPICATA SU GHIACCIO

Corso outdoor di 2 giornate su ghiaccio. Il corso si rivolge a chi già arrampica su ghiaccio da secondo di cordata e vuole acquisire una maggiore sicurezza che gli garantisca più autonomia.

Programma

- Tecnica di arrampicata (Metodo Caruso):
 - uso evoluto degli attrezzi (piccozze e ramponi)
 - progressione a triangolo.
- Tecnica di sicurezza:
 - monotiri
 - posizionamento delle protezioni (chiodi da ghiaccio) da primo di cordata
 - costruzione della sosta
 - vie di più lunghezze
 - progressione da secondo e primo di cordata
 - corda doppia
 - eventuale introduzione all'autosoccorso della cordata.

Obiettivi minimi

- Acquisizione della tecnica di arrampicata in progressione a triangolo.
- Acquisizione della tecnica di progressione da primo di cordata su itinerario attrezzato.
- Acquisizione della tecnica di posizionamento delle protezioni (chiodi da ghiaccio).
- Acquisizione della tecnica assicurazione ad un primo ed ad un secondo di cordata.
- Acquisizione della capacità di attrezzare su ghiaccio una sosta ed una doppia.

Periodo

Dicembre - Febbraio

Quota individuale

250 Euro

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".

Numero minimo partecipanti: 2

Per informazioni ed iscrizioni:

www.guidealpineadamello.it - info@guidealpineadamello.it

3406142567 / 3474574251