

PRESENTAZIONE E ISCRIZIONI

14 SETTEMBRE 2022

H. 20.30

C/O CAI NOVARA

NECESSARIO PER ISCRIZIONE:
MODULO ISCRIZIONE, FOTOTESSERA,
TESSERA CAI

€ 190*

CONTATTI

340 9622278

segreteria_scuola_cai@meteotrecate.it

FOLLOW US



Corso di arrampicata libera

2022



**Quota di partecipazione comprensiva di assicurazione individuale, iscrizione alla palestra MuroDuro, utilizzo del materiale della scuola (corda). Restano a carico degli allievi le spese di trasferimento, vitto e alloggio*

PROGRAMMA DEL CORSO

LEZIONI TEORICHE

- 19/09 *Tecnica e movimento I*
- 21/09 *Nodi e tecniche di assicurazione*
- 26/09 *Tecnica e movimento II*
- 28/09 *Catena di sicurezza*
- 05/10 *Allenamento*
- 12/10 *Discesa corda doppia e calate*
- 19/10 *Preparazione/Condotta uscita*
- 26/10 *Storia e evoluzione dell'arrampicata*

USCITE PRATICHE

- 24/09 *Val d'Ossola*
- 01/10 *Alpi Graie*
- 15-16/10 *Prealpi Orobiche*
- 29-30/10 *Ponente Ligure*



EQUIPAGGIAMENTO INDIVIDUALE RICHIESTO

Scarpette da arrampicata, 3 moschettoni a ghiera (HMS), tuber (secchiello), un cordino dinamico Ø8mm L. 2.80m, un cordino in kevlar Ø5,5mm L. 2m

N.B.: non effettuare acquisti prima dello svolgimento della lezione sui materiali.

REGOLAMENTO

Il corso è aperto a tutti gli iscritti al Cai con tesseramento in regola per l'anno 2022 e che abbiano compiuto il diciottesimo anno di età. La direzione si riserva di escludere gli elementi ritenuti non idonei o indisciplinati. La direzione si riserva di apportare al programma quelle varianti che si rendessero necessarie, dandone tempestiva comunicazione agli allievi. Gli allievi sono tenuti ad osservare in qualunque momento un contegno di dipendenza disciplinare nei confronti degli istruttori. L'obiettivo della scuola è quello di adottare tutte le misure precauzionali affinché nella frequentazione dell'ambiente montano si operi con il maggior grado di sicurezza possibile; si parla quindi di "ragionevole sicurezza" in quanto nella pratica di montagna un rischio residuo, di cui gli allievi devono essere consapevoli, è sempre presente e non è mai azzerabile.