



# CAI SEZIONE DI RIMINI CORSO ALTA MONTAGNA 2022 in collaborazione con la GUIDA ALPINA TOMMASO CARDELLI

Il corso ha come obiettivo quello di apprendere la progressione su ghiacciaio e terreno misto facile (max 3°) con e senza ramponi, manovre di corda e soccorso, gestione della cordata e programmazione di una gita. Verrà posta particolare attenzione all'aspetto sicurezza in modo da rendere autonomi gli allievi per uscite future. Il rapporto Guida/allievi sarà di 1/8 massimo. Termine iscrizioni: 15 aprile

## MATERIALE:

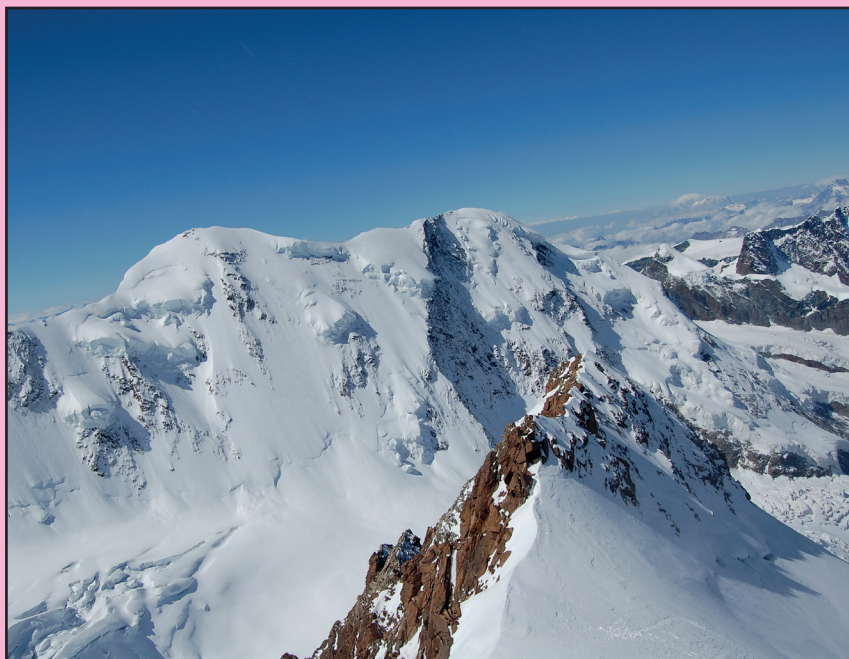
- Zaino (35/40 litri)
- Ramponi
- Piccozza (lunghezza 50 cm circa)
- Imbracatura
- Casco da alpinismo
- 2 moschettoni di bloccaggio (a forma di pera)
- 1 fettuccia (2 giri spalla)
- Lampada frontale e batterie extra
- Scarponi da alpinismo ramponabili o semiramponabili
- Occhiali da sole da ghiacciaio
- Mascherina da sci
- Cappello caldo – lana o pile
- Cappello da sole, visiera parasole (deve stare sotto il casco)
- Guanti leggeri
- Guanti pesanti
- Buff o scaldacollo
- Biancheria intima leggera – sopra e sotto (1 set)
- Calzini caldi
- Maglia (giacca/maglione in pile o lana)
- Pantaloni da arrampicata
- Giacca guscio impermeabile
- Pantaloni guscio impermeabile (Lo stesso vale per i pantaloni impermeabili come per le giacche impermeabili, cioè più leggeri e semplici meglio è. Il costoso Gore-Tex non è necessario e un modello base andrà benissimo).
- Piumino leggero o giacca primaloft

## PER RIFUGIO:

- Maglietta in cotone
- Sacco lenzuolo
- Tappi per le orecchie

## ALTRI OGGETTI:

- Fotocamera e batterie
- Crema solare e protezione per le labbra
- Oggetti personali: occorrente igiene personale
- Piccolo kit di pronto soccorso
- Borraccia e Thermos da 1 litro (infrangibile)
- Pranzi e snack picnic
- Coltello tascabile



## GIORNATE DEL CORSO:

- 26 maggio serata di presentazione del corso preso sede del CAI Rimini. Ore 20:30
- 28 maggio falesia zona Romagna, prove di facile arrampicata e manovre di corda. Ore 8:30 - 17:00
- 18/19 giugno alta montagna Marmolada (pernotto in rifugio)
- 25/26 giugno alta montagna Cevedale (pernotto in rifugio)
- 9/10 luglio alta montagna Monte Rosa (pernotto in rifugio)

In caso di brutto tempo o condizioni non adeguate il corso potrà subire variazioni sia nel luogo che nelle date.

## COSTO:

Il costo per partecipante è di € 400 con 8 partecipanti, € 425 con 7 partecipanti, € 450 con 6 partecipanti (spese di vitto e alloggio personali e della Guida a carico dei partecipanti). Al momento dell'iscrizione verrà versata una caparra di € 100 che sarà restituita solo in caso di annullamento del corso.

## INFORMAZIONI - CONTATTI:

CAI Rimini: Cell. 333.4924010 - cairimini@cairimini.it - Guida Alpina Tommaso Cardelli: tommi@omnimail.sm