



# CAI SEZIONE DI RIMINI

## CORSO ALPINISMO BASE SU ROCCIA 2023

in collaborazione con la

### GUIDA ALPINA TOMMASO CARDELLI

Il corso ha come obiettivo quello di apprendere la progressione su roccia facile (max III - IV su roccia), manovre di corda e soccorso, gestione della cordata e programmazione di una gita. È rivolto a chi ha già esperienza in montagna su ferrate o falesia. Verrà posta particolare attenzione all'aspetto sicurezza in modo da rendere autonomi gli allievi per uscite future. Il rapporto Guida/allievi sarà di 1/6 massimo.

**TERMINE ISCRIZIONI: 15 APRILE 2023**

#### MATERIALE:

- Zaino (35/40 litri)
- Imbracatura
- Casco da alpinismo
- Materiale da arrampicata (rinvii, moschettoni, fettucce)
- Friend e Nuts
- Lampada frontale e batterie extra
- Scarpe da avvicinamento e scarpette da arrampicata
- Cappello da sole, visiera parasole (deve stare sotto il casco)
- Occhiali da sole
- Guanti in pelle leggeri
- Buff o scaldacollo
- Biancheria intima leggera – sopra e sotto (1 set)
- Maglia (giacca/maglione in pile o lana)
- Pantaloni da arrampicata
- Giacca guscio impermeabile
- 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:

- 25 Maggio - Serata di presentazione del corso presso la Sede del CAI Sezione Rimini. Ore 20:30
- 3-4 Giugno - Arco di Trento - Prove di facile arrampicata e manovre di corda. Ore 8:30 - 17:00
- 7 Giugno - Lezione Teorica - Cartografia e Orientamento presso la Sede del CAI Sezione di Rimini. Ore 20:30
- 14 Giugno - Lezione Teorica - Preparazione della Salita presso la Sede del CAI Sezione di Rimini. Ore 20:30
- 25 Giugno - Torri del Sella
- 1-2 Luglio - Dolomiti di Brenta (pernotto in rifugio)
- 15-16 Luglio - Catinaccio (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 € 470 con 6 partecipanti, € 500 con 5 partecipanti, € 530 con 4 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: Mauro Campidelli - Cell. 339.8947050 - cairimini@cairimini.it

