



CAI SEZIONE DI RIMINI

CORSO ARRAMPICATA SPORTIVA 2023

in collaborazione con la

GUIDA ALPINA TOMMASO CARDELLI



L'obiettivo del corso è quello di imparare le tecniche base di progressione e assicurazione su roccia sia da secondi di cordata sia da primi di cordata. Verrà posta particolare attenzione all'aspetto sicurezza in modo da rendere autonomi gli allievi per uscite future. Al tempo stesso durante le giornate di arrampicata si vedranno le varie tecniche di progressione su roccia applicate ai diversi tipi di terreno (terreno appoggiato e verticale).

Il rapporto Guida/allievi sarà di 1/8 massimo.

ISCRIZIONI ENTRO IL:
15 MARZO 2023

MATERIALE:

- Scarpe da trekking o avvicinamento
- Pantaloni da trekking o da ginnastica
- T-shirt, felpa o maglia in pile, piumino leggero e giacca antipioggia
- Zaino da trekking o arrampicata da 30 litri circa
- Occhiali da sole
- Borraccia da almeno 1,5 litri
- Pranzo al sacco ed eventuali barrette per la giornata
- Scarpette da arrampicata (alla serata di presentazione spiegheremo che tipo di scarpetta acquistare)
- Imbraco, casco, moschettoni, corda e rinvii saranno forniti dalla Guida per chi ne fosse sprovvisto

GIORNATE DEL CORSO:

- 9 Maggio - Presentazione del Corso e Materiali presso la Sede CAI Sezione di Rimini. Ore 20:30
- 13/14 Maggio - Weekend in Falesia Romagna - Marche. 8:30 - 17:00 (destinazione da decidere in base al meteo. Rientro presso la propria abitazione la sera)
- 20/21 Maggio - Weekend in Falesia Romagna - Marche. 8:30 - 17:00 (destinazione da decidere in base al meteo. Rientro presso la propria abitazione la sera)
- 28 Maggio - Giornata conclusiva del Corso in Falesia Romagna - Marche. 8:30 - 17:00 (destinazione da decidere in base al meteo. Rientro presso la propria abitazione la sera)
- 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

COSTO:

Il costo per partecipante è di € 240,00 con 8 partecipanti, € 265,00 con 7 partecipanti, € 290,00 con 6 partecipanti. Al momento dell'iscrizione verrà versata una caparra di € 100,00 che sarà restituita solo in caso di annullamento del corso.

INFORMAZIONI - CONTATTI:

CAI Rimini: Mauro Campidelli - Cell. 339.8947050 - cairimini@cairimini.it