



SCUOLA DI MONTAGNA "Lino Vici" CAI SEZIONE DI RIMINI



CORSO DI ARRAMPICATA LIBERA 2024 - CORSO AL1



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).

**ISCRIZIONI ENTRO IL
10 MARZO 2024**

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
- Scarpette da arrampicata (alla serata di presentazione spiegheremo che tipo di scarpetta acquistare)
- Imbraco
- Casco

MOSCHETTONI, CORDA E RINVII SARANNO FORNITI DALLA SCUOLA

GIORNATE DEL CORSO

- Lunedì 22 Aprile: Presentazione del Corso e Materiali - Sede CAI Sezione di Rimini Ore 20:30
- Sabato 27 Aprile: Palestra al coperto o Falesia - 08:30 - 18:00 (Tecnica individuale e progressioni fondamentali)
- Domenica 28 Aprile: Falesia Romagna - Marche. 08:30 - 18:00 (Propedeutica al movimento e approccio al verticale)
- Martedì 30 Aprile: Geologia e geomorfologia, Catena di assicurazione - Sede CAI Sezione di Rimini Ore 20:30
- Sabato 4 Maggio: Falesia Romagna - Marche. 08:30 - 18:00 (Manovre di sicurezza su monotiro)
- Mercoledì 8 Maggio: Palestra al coperto 20:30 - 23:00 (Gestione del monotiro e utilizzo dei vari bloccanti)
- Sabato 11 e Domenica 12: Falesia Romagna-Marche o fuori regione con la Guida Alpina Tommaso Cardelli
- Giovedì 6 Giugno: Preparazione della Salita - Sede CAI Sezione di Rimini Ore 20:30
- Giovedì 13 Giugno: Meteo - Cartografia - GPS - Sede CAI Sezione di Rimini Ore 20:30

NOTA. In caso di brutto tempo e condizioni non adeguate il corso potrà subire variazioni di luogo e di date. Le lezioni di giovedì 6 e 13 giugno in comune con i corsi di Alta Montagna e Alpinismo Base e sono facoltative.

COSTO. Il costo per partecipante è di € 250,00 con un minimo di 5 e un massimo di 8 partecipanti. Al momento dell'iscrizione verrà versata una caparra di € 100,00 che sarà restituita solo in caso di annullamento del corso. Per caparra e saldo: Bonifico a CAI Sezione di Rimini - IBAN: IT23N0200824203000000757024

INFORMAZIONI-CONTATTI

Direttore del Corso IAL Renato Placuzzi Cell. 333.4924010 - placuzzirenato@gmail.com