

# ALPINISMO ESTIVO LUGLIO 2018

## PROGRAMMA CORSO AVANZATO

### A CHI È DEDICATO

Questo corso è dedicato a chi, già con esperienza di arrampicata in falesia, vuole avvicinarsi all'affascinante mondo dell'arrampicata in ambiente su terreno d'avventura, cioè senza la presenza sistematica degli spit come protezioni.

### SCOPO DEL CORSO

Lo scopo del corso è di fornire, agli amanti della arrampicata in montagna, le basi per frequentarla in modo sicuro e completo, in modo da poter affrontare con consapevolezza itinerari alpinistici.

Si cercheranno anche degli itinerari non tipicamente di stampo "classico", alla scoperta degli angoli più segreti della montagna, per affinare anche le tecniche di orientamento e della lettura in maniera approfondita di una guida cartacea.

Impareremo a gestire al meglio la cordata, con un particolare occhio di riguardo alla sicurezza di ogni membro della cordata su terreno roccioso alpinistico, per arrivare ad affrontare in autonomia i più celebri itinerari delle Alpi e degli Appennini.

### ARGOMENTI

Ripasso sui materiali e sulla sicurezza (nodi, ancoraggi su roccia, soste, discesa in corda doppia, assicurazione al primo e secondo di cordata su itinerari a più tiri, gestione della cordata); la catena della sicurezza.

Le protezioni mobili: friends/camalots, nuts, tricams, chiodi. Caratteristiche e tecniche di posizionamento.

Allestimento di soste da abbandono (per eventuale linea di calate in corda doppia) e cenni sui paranchi.

Lezione sui pericoli oggettivi, soggettivi e minimizzazione dei rischi.

### DIFFICOLTÀ

Riservato a chi arrampica già in falesia possibilmente con esperienza su vie multipitch sportive. **Richiesto almeno 5c/6a grado in falesia.**

### DATE DEL CORSO

**DOMENICA 15, 22, 29 LUGLIO E DOMENICA 5 AGOSTO.**

Le date sono orientative, sarà poi compito della guida alpina che vi accompagnerà a definire di volta in volta le uscite anche in base alle condizioni metereologiche

### ATTREZZATURA NECESSARIA

Attrezzatura: Imbragatura da alpinismo, scarpette da arrampicata, moschettoni a ghiera, discensore tipo "Reverso" (o similari), **casco da alpinismo**, 2 fettucce da 120cm, 1 cordino di kevlar da 80cm .

Abbigliamento: adatto all'arrampicata in montagna, giaccia antivento, cappello, occhiali da sole, crema solare.