



## Corso di alpinismo

### **Finalità:**

- conoscere le tecniche di protezione per le ascensioni di vie di arrampicata di più tiri.
- acquisire capacità pratiche per la gestione della cordata in salita e in discesa.

**Durata:** 3 giorni

**Luogo:** falesia della Castelletta (AN). NB: il sito del corso può variare in funzione delle condizioni meteo

**Date:** vedi calendario online (2, 3 e 10 giugno 2023)

**Costo a persona:** 400€ (iva compresa)

### **Argomenti:**

- La dotazione personale per vie di arrampicata di più lunghezze
- 1. Ancoraggi di sosta di progressione; tipi di collegamento dei punti
- 2. Chiodi da sosta e da progressione; caratteristiche e destinazione d'uso, modalità di infissione
- 3. Ancoraggi temporanei (dadi e friend); caratteristiche e destinazione d'uso modalità d'uso
- 4. Assicurazione al primo di cordata e al secondo di cordata
- 5. Ancoraggi da abbandono per la discesa su corda
- 6. Discese in corda doppia; cordino di calata e assicurazione, nodi autobloccanti e freni, gestione delle corde.

**Modalità di svolgimento:** il corso si svolge in due giorni consecutivi e un successivo giorno (sabato o domenica), prevede un impegno temporale non inferiore a sette ore al giorno in ambiente naturale a circa 1000 metri di quota o meno.

**Prerequisiti:** avere conoscenze e abilità di base sulle tecniche di arrampicata su roccia, ad esempio avere frequentato un corso di arrampicata ed essere in grado di arrampicare sul grado 5c di falesia.

### **Dotazione fornita da XMONT**

- imbracatura, moschettoni, corda, casco, cordini, ed ogni altra attrezzatura per la sicurezza e svolgimento del corso.

Nota. I partecipanti sono invitati a portare la loro attrezzatura, qualora ne siano forniti. Vi invitiamo a non fare acquisti di attrezzature prima del corso.

### **Dotazione propria obbligatoria**

- Attrezzatura: zaino (almeno 20lt), scarpe da arrampicata e da avvicinamento
- Abbigliamento e altro: giacca (traspirante e impermeabile) maglione (tipo pile), cappello, occhiali da sole, oltre ad ogni altro tipo di abbigliamento con cui si è abituati a praticare attività in montagna. Una riserva idrica di almeno un litro, una riserva alimentare per la giornata.

### **L'attività sarà confermata al raggiungimento di minimo 3 partecipanti**

Nota. Date e località possono variare in funzione delle condizioni meteorologiche

**Grado di impegno dell'attività:** 2 vd. <http://www.guidealpinework.it/scale-di-difficolta/>

Per le iscrizioni compilare il modello dal sito.

Per ulteriori informazioni inviare una email a [info@xmont.org](mailto:info@xmont.org) o telefonare ai numeri sottostanti

Guida Alpina-Maestro di alpinismo Marco Vallesi tel. 335.5494766