

Corsi Cascate di Ghiaccio **Stagione 2011** **III° Modulo: Corso di SICUREZZA e AUTOSOCCORSO** **su cascate di ghiaccio**

La scuola delle Guide Alpine propone un corso per approfondire il tema della sicurezza (soste, protezione del tiro, doppie) e dell'autosoccorso sul terreno delle cascate di ghiaccio.

Corso adatto a chi ha frequentato i corsi base ed evoluto su cascate o a chi pratica regolarmente l'arrampicata su cascate di ghiaccio ma vuole imparare le tecniche e manovre per muoversi in piena autonomia e sicurezza.

Programma generale

Il corso si svolge in due giornate generalmente consecutive.

Programma del 1° giorno:

- soste su ghiaccio, abalokof (clessidre di ghiaccio)
- soste su roccia
- come proteggere al meglio un tiro su ghiaccio
- corde doppie
- paranchi

Programma del 2° giorno:

- autosoccorso al secondo di cordata
- autosoccorso al primo di cordata
- nozioni di primo soccorso sanitario

Materiale necessario

Scarponi impermeabili, ghette, imbracatura, casco, 2 moschettoni a ghiera, cordini in kevlar, chiodi da ghiaccio, ramponi, 2 piccozze da cascata, 2 mezze corde..

Per chi ne fosse sprovvisto, XMountain fornisce imbracatura, casco, moschettoni, corda, ramponi, 2 piccozze.

Periodo: febbraio

Costi

Costo a persona (4 persone) = € 155,00

Costo a persona (3 persone) = € 195,00

Costo a persona (2 persone) = € 280,00

Costo per corsi individuali = € 540,00

Il costo comprende:

la Guida Alpina e l'assicurazione infortuni per i partecipanti

NOTA: Nel caso di corso programmato in 2 giornate consecutive con pernottamento, le spese della Guida Alpina sono da dividere fra i partecipanti.

Modalità di iscrizione: via email: infoverona@xmountain.it o telefonare al 348 – 1463700.

Indicare / dire: in quanti si è e il periodo e i giorni disponibili per effettuare il corso.

Per i corsi collettivi (min. 4 persone), non appena si formerà il gruppo minimo di 4 partecipanti vi contatteremo immediatamente per programmare l'inizio dell'attività.