

Corsi Cascate di Ghiaccio **Stagione 2012**

I° Modulo: Corso BASE di sicurezza e arrampicata su cascate di ghiaccio

La scuola delle Guide Alpine propone un corso base per muovere i primi passi verso questa bellissima disciplina. L'obiettivo del corso è fornire gli elementi di base della sicurezza e della tecnica di arrampicata in piolet-traction su cascate di ghiaccio.

Il corso è rivolto a chi vuole approcciarsi in sicurezza a questa fantastica disciplina con una corretta impostazione tecnica.

Programma generale

Il corso si svolge in due giornate generalmente consecutive.

Programma del 1° giorno:

- utilizzo materiali,
- nodologia di base,
- progressione fondamentale (ovvero su terreno appoggiato),
- utilizzo chiodi da ghiaccio

Programma del 2° giorno:

- chiodi da ghiaccio (prova di salita da primi di cordata assicurati da una corda dall'alto),
- soste a terra e prova di discesa in corda doppia (nodi autobloccanti)

Materiale necessario

Scarponi impermeabili, ghette, imbracatura, casco, 2 moschettoni a ghiera, ramponi, 2 piccozze da cascata. Per chi ne fosse sprovvisto, XMountain fornisce imbracatura, casco, moschettoni, corda, ramponi, 2 piccozze.

Periodo: gennaio

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.