

Corso cascate di ghiaccio inverno 2018





CORSO DI ARRAMPICATA SU CASCATA DI GHIACCIO

Il corso ha le seguenti finalità:

Mettere in grado i partecipanti di arrampicare da capo cordata su cascate di difficoltà corrispondente al livello raggiunto, apprendere le tecniche di salita più appropriate, valutare la sicurezza legata alla conformazione della cascata e dell'ambiente invernale.

Durata di svolgimento

Una lezione serale di teoria e cinque domeniche di arrampicata diluiti nei mesi di gennaio e febbraio

Località di svolgimento

Valle di Daone, val Paghera, valle di Saviore, val di Brenta, Dolomiti, o altre località in funzione alle condizioni delle cascate

Attrezzatura personale

Scarponi da alpinismo con predisposizione per rampone ad attacco rapido

Abbigliamento invernale

2 picozze da cascata

1 paio di ramponi da cascata ad attacco rapido

Imbragatura

Casco

Discensore (secchiello) + moschettone a ghiera

3 moschettoni a ghiera

1 cordino kevlar cm 120

1 fettuccia cm 120

2 fettucce cm 60

1 piastrina con due moschettoni a ghiera

N.B. possibilità di noleggio attrezzatura (casco, imbrago, piccozze, ramponi)

Costo

€ 300,00 + IVA a persona (min 4 partecipanti) escluse le spese di viaggio a carico dei partecipanti

Programma

- valutare i pericoli oggettivi dovuti alla conformazione della cascata
- come e dove costruire una sosta sicura
- quale è l'attrezzo consigliato per fare una buona sosta al compagno
- la progressione della cordata
- la corda doppia utilizzando la tecnica Abalakof

giovedì 11 gennaio ore 20,30/22,30 teoria:

materiale e attrezzatura personale

domenica 14 gennaio 1° lezione:

Utilizzo corretto di picozze e ramponi

Progressione di base in traversata

Progressione fondamentale

domenica 21 gennaio 2° lezione:

Progressione fondamentale con spaccata

Posizione base a triangolo e chiodatura

Progressione fondamentale e chiodatura

domenica 28 gennaio 3° lezione:

Progressione fondamentale e chiodatura da capo cordata

Utilizzo della piastrina

Discesa in corda doppia

domenica 4 febbraio 4° lezione:

Arrampicata su mono tiri da capocordata

Recupero del compagno con la piastrina

Costruzione di un Abalakof

domenica 11 febbraio 5° lezione:

Composizione e progressione della cordata

Salita di una cascata con cordate indipendenti

INFO

www.guidaalpinarobi.it

cell. 3358339653 e-mail info@guidaalpinarobi.it