



CLUB ALPINO ITALIANO

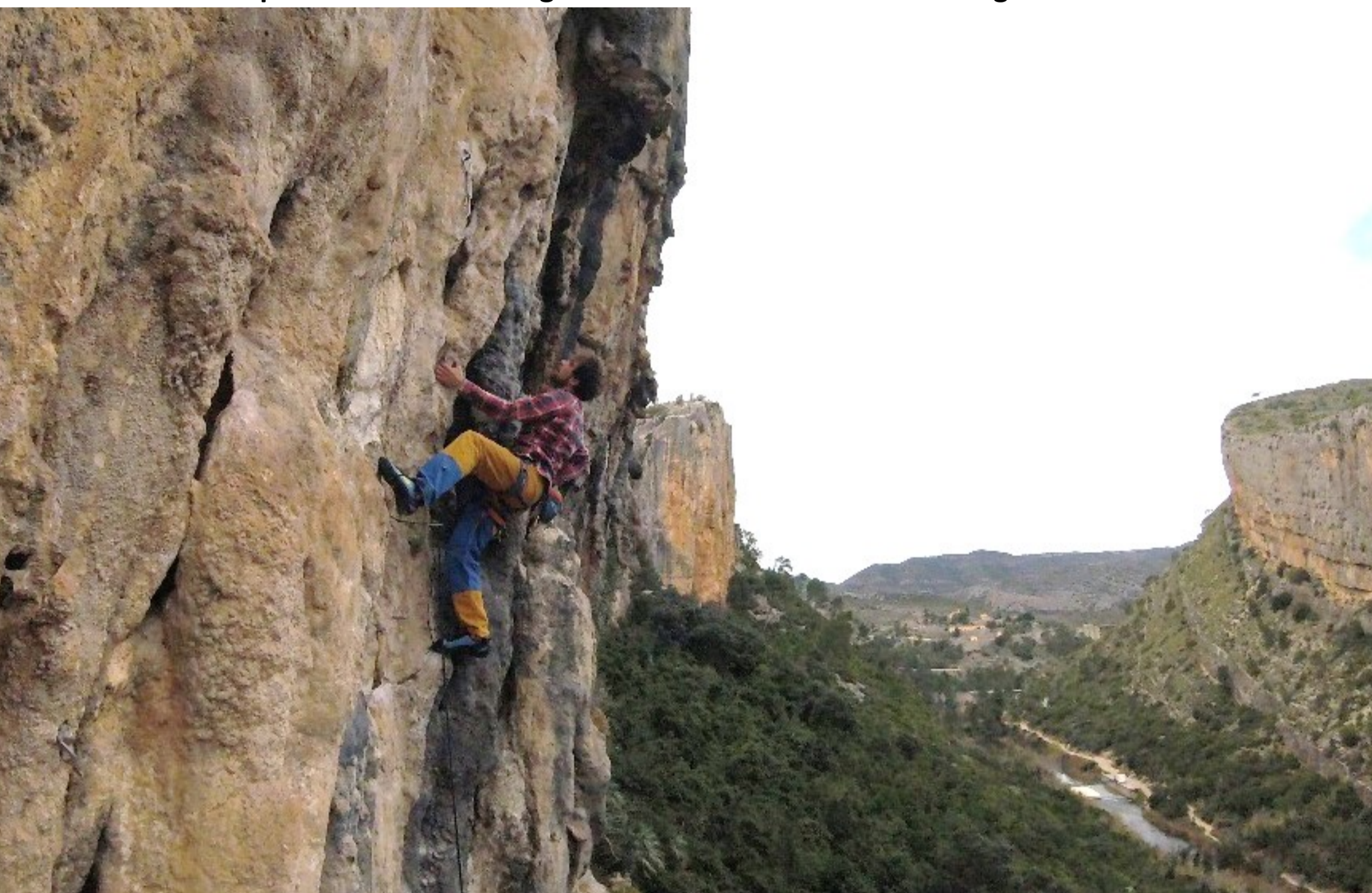
Sezione di Spilimbergo



Scuola di Alpinismo e Scialpinismo "Marcello Foscatto"

9° CORSO di ARRAMPICATA SPORTIVA

Apertura iscrizioni 1 luglio 2022 – Chiusura iscrizioni 26 agosto 2022



PROGRAMMA DEL CORSO

DATA	ARGOMENTI E TIPO DI LEZIONE			
Ven 02/09	Apertura corso - materiali - nodi	LT	Sab 24/09	Ricognizione e preparazione di un itinerario in falesia LPI
Mer 07/09	Tecniche di assicurazione Equilibrio in arrampicata	LPI	Gio 29/09	Allenamento, traumi e alimentazione LT
Lun 12/09	Tecniche di progressione avanzata	LPI	Sab 08 – Dom 09/10	Uscita finale LPI
Gio 15/09	Catena di assicurazione	LPI	Mer 12/10	Storia dell'arrampicata sportiva LT
Sab 17/09	Progressione da 1° di cordata in falesia	LPI	Ven 14/10	Boulder LPI
Mar 20/09	Volo controllato e trattenuta Aspetti psicologici in arrampicata	LPI		

LT: lezione teorica
LPI: lezione pratica indoor
LPI: lezione pratica in falesia

COSTO DEL CORSO: 200,00 €

PER INFORMAZIONI E PREISCRIZIONI: Nicola Narduzzi 3331132130

Per ulteriori informazioni consultare il sito www.scuolacaispilimbergo.it

La direzione si riserva la facoltà di apportare variazioni al programma, annullare o rinviare parte di esso, qualora le condizioni meteo o cause di forza maggiore lo richiedessero.