

INFORMAZIONI

- La scuola di alpinismo “Franco Gessi” della sezione del Club Alpino Italiano (C.A.I.) di Bassano del Grappa organizza l’XI° corso di Arrampicata Libera 2017 (AL1).
- Le finalità del corso sono di trasmettere i fondamentali delle tecniche di arrampicata e le conoscenze necessarie per potersi muovere in sicurezza su itinerari attrezzati.
- Il programma si divide in 8 uscite pratiche e 7 lezioni teoriche da tenersi in sede.
- Il numero massimo di partecipanti è fissato in 20 allievi.
- Per la partecipazione al corso non sono necessari requisiti particolari, è sufficiente una normale preparazione fisica.
- La Direzione è affidata a:
Direttore:
- Federico Bortignon (IAL - IAEE)
Vice Direttori:
- Damiano Alberton (SEZ)
- Fabrizio Cucinato (SEZ)
La stessa si riserva di apportare eventuali modifiche al programma.
- Per informazioni è possibile rivolgersi presso la Sezione del C.A.I. di Bassano del Grappa, in via Schiavonetti, condominio Sire, nei giorni di apertura di martedì e venerdì dalle 21.00 alle 22.30

PROGRAMMA

SETTEMBRE

Mer. 20	Sede	Presentazione del corso e finalità, storia dell’arrampicata, presentazione e consigli equipaggiamento richiesto
Mer. 27	Sede	Esercizi propedeutici all’arrampicata, modo di legarsi, presentazione dei materiali
Ven. 29	Indoor	Progressioni fondamentali, sostituzioni, ripasso del modo di legarsi

OTTOBRE

Dom. 01	Stallavena	Uso dei piedi, progressioni fondamentali, uso dei freni
Mer. 04	Sede	Catena (1° parte)
Sab. 07	Schievenin	Progressione a triangolo, assicurazione con bloccanti
Dom. 08	-	Eventuale uscita di recupero

Mer. 11	Sede	Catena (2° parte)
Dom. 15	Valle S. Felicità	Salita di itinerari, prove di trattenuta, manovra anello chiuso
Mer. 18	Sede	Frequentazione siti, geomorfologia applicata all’arrampicata, etica e problematiche ambientali
Ven. 20	Montebelluna	Progressioni laterali e evolute, assicurazione al primo
Dom. 22	Costa	Salita monotiri, ripasso manovre
Mer. 25	Sede	Traumatologia e Allenamento
Sab. 28	Arco	Salita monotiri
Dom. 29	Arco	Salita monotiri

NOVEMBRE

Mer. 08	Sede	Chiusura corso
---------	------	----------------

ISCRIZIONI

Le iscrizioni al corso si apriranno martedì 06 Settembre 2017 alle ore 21:00, fino al raggiungimento del numero previsto di allievi.

Per iscriversi al corso è necessario:

- Essere soci del Club Alpino Italiano;
- Avere compiuto 18 anni
- Essere in regola con il bollino di iscrizione al Club Alpino Italiano per l'anno 2017;
- Aderire all'integrazione assicurativa da effettuare al momento dell'iscrizione al Club Alpino Italiano, o al rinnovo del bollino annuale;
- Versare la quota d'iscrizione pari a 160 euro;
- Presentare un certificato d'idoneità sportiva non agonistica;
- Consegnare n°2 foto formato tessera;
- Compilare e firmare il modulo d'iscrizione, e l'informativa sulle responsabilità e i pericoli che l'attività dell'arrampicata comporta.

EQUIPAGGIAMENTO

- L'equipaggiamento minimo richiesto consiste in:
 - casco
 - imbracatura
 - scarpette.

Per chi ne fosse sprovvisto si consiglia l'eventuale acquisto solo dopo la lezione sui materiali.

Per ulteriori informazioni:

<http://www.caibassanograppa.com>

<http://www.scuolafrancogessi.it>

email: gessi@cnsasa.it



Scuola di Alpinismo
FRANCO GESSI

alpinismo



scialpinismo



cascate di ghiaccio



sciescursionismo

roccia



arrampicata libera

CLUB ALPINO ITALIANO



sez. BASSANO DEL GRAPPA



CLUB ALPINO ITALIANO



BASSANO DEL GRAPPA

Scuola di Alpinismo
FRANCO GESSI



Finale Ligure

**XI° CORSO DI
ARRAMPICATA LIBERA**

ALI 2017