



Corso base cascate di ghiaccio

Per chi muove i primi passi

Il corso è rivolto a chi si vuole avvicinare a questa disciplina in sicurezza e nella maniera più corretta. Il fine del corso è quello di fornire gli elementi base della tecnica di arrampicata su ghiaccio (piolet traction), e delle principali manovre di sicurezza.

Programma generale

Il corso si svolge in due giornate ritrovo sabato 23 gennaio a Sottoguda (BL)

Programma 1° giorno:

- Progressione fondamentale di base
- Utilizzo dei materiali
- Nodologia di base

Programma 2° giorno

- Progressione fondamentale di base
- Tecnica di discesa in corda doppia
- Soste e chiodatura

Materiale necessario

Abbigliamento invernale (siamo a contatto con il ghiaccio) e scarponi da montagna. Per chi ne fosse sprovvisto, XMountain Dolomiti può fornire piccozze, ramponi, imbracatura, casco.

Periodo

Sabato 23-Domenica 24 gennaio

Costi

Costo a persona € 125 (4 persone), € 165 (3 persone), € 245 (2 persone)

Costo corso individuale € 480

Il costo comprende:

Prestazione della Guida Alpina.

Il costo non comprende :

Spese di viaggio, in caso di corso svolto in due giornate consecutive eventuale pernottamento della guida alpina (da dividere tra i partecipanti).

Modalità di iscrizione o ulteriori info: Contattare la segreteria generale

info@all-mountain.org

Telefoni: 3319185660- 3497799214

WWW.ALL-MOUNTAIN.ORG