



CLUB ALPINO ITALIANO
SCUOLA DI ALPINISMO "Vero Masoni"
Sez. Sesto Fiorentino – Pistoia

2° Corso di Arrampicata Libera AL2

Presentazione del corso

Caratteristiche e finalità:

Il corso si rivolge a chi arrampica già da primo di cordata su monotiri di difficoltà di almeno 5c.

Sono previste lezioni indoor, uscite in falesia e su vie a più tiri con protezioni fisse – fix o resinati.

Il corso prevede il ripasso delle tecniche fondamentali di arrampicata, l'insegnamento o il miglioramento delle tecniche evolute, l'approfondimento della conoscenza dei materiali e delle tecniche per la sicura al capocordata e di tutta la catena di assicurazione.

Verranno inoltre spiegati i fondamenti dell'allenamento, dell'alimentazione ed alcune manovre utili nelle vie di più tiri.

Costo:

Il corso ha un costo di 230 Euro, comprende l'utilizzo di una struttura indoor e delle corde; non comprende le spese per i trasferimenti, i soggiorni o altro non espressamente specificato.

Iscrizione:

Per l'iscrizione sono necessari i seguenti:

Iscrizione al CAI

Versamento dell'intera quota al momento dell'iscrizione

Certificato medico per idoneità alla pratica sportiva non agonistica

Foto tessera

I documenti sopra indicati dovranno essere validi per l'intera durata del corso

Le iscrizioni si aprono il 1 Gennaio 2023 e si concludono il 15 febbraio 2023, i posti disponibili sono 8

Gli allievi verranno accettati ad insindacabile giudizio del direttore che potrà prevedere una serata indoor precedente il corso medesimo durante la quale verranno testate le capacità richieste.

Durata del corso:

Il corso ha una durata indicativa di sei mesi, il direttore potrà ridurre o estendere la durata in considerazione del livello raggiunto dagli allievi durante lo svolgimento del corso stesso e delle condizioni meteo.

Il programma definitivo seguirà entro Dicembre

Direttore (INAL) Maurizio Morandini

Per Informazioni Gianni Bruno giannibruno.fi@gmail.com