



SCUOLA DI ALPINISMO E DI ARRAMPICATA LIBERA

SANDRO PARTEL
CLUB ALPINO ITALIANO SEZ. DI CAGLIARI

Direttore della Scuola - INA Corrado Pibiri

**XXXVI Corso Avanzato su Roccia -AR2-
6 Novembre / 4 Dicembre 2019**

Il corso è rivolto a quanti vorranno perfezionare l'arrampicata su roccia in montagna. In parete si approfondiranno le tecniche di assicurazione, l'uso di protezioni tradizionali e di clean climbing, la realizzazione di soste, la corda doppia. Lo scopo è fornire le nozioni per raggiungere una maggiore indipendenza su terreno alpinistico. Si affronteranno pertanto salite dove sarà fondamentale integrare le protezioni presenti e le soste. Durante il corso saranno inoltre approfondite diverse manovre per il primo autosoccorso della cordata.

Calendario degli appuntamenti

Mercoledì 6 Novembre ore 20:30 sede CAI

Presentazione del Corpo Istruttori, presentazione del Corso, Pericoli e sicurezza

Domenica 10 Novembre ore 09:30 P.ta Pilocca

Attrezzature individuali, materiali per la progressione tradizionale. Tecniche di assicurazione. Soste. Corde doppie. Movimentazione in parete. Progressione della cordata su vie a più tiri. In serata, a Domusnovas, lezione teorica "preparazione di una salita"

Mercoledì 13 Novembre ore 20:30 sede CAI. La catena di sicurezza

Venerdì 15 Novembre In serata partenza per Dorgali (NU)

Sabato 16 Novembre ore 09:00 Doloverre di Surtana- Dorgali. Materiali per la progressione tradizionale. Tecniche di assicurazione. Soste. Salite in montagna su vie a più tiri.

Ore 19:30 Preparazione di una salita. Lettura di una guida, Scala delle difficoltà. Allertamento dei soccorsi

Domenica 17 Novembre ore 09:00 C.Gonone. Tecnica di salita su vie a più tiri. Autosoccorso della cordata. Arrampicata su vie di più tiri. Corde doppie, ancoraggi

Mercoledì 21 Novembre ore 20:30 sede CAI. Cartografia e orientamento.

Domenica 24 Novembre ore 09:30 Masua

Arrampicata su vie di più tiri. Corde doppie, ancoraggi

Mercoledì 27 Novembre ore 20:30 sede CAI

Storia dell'Alpinismo . Traumatologia e Pronto Soccorso

Venerdì 29 Novembre In serata partenza per Dorgali (NU)

Sabato 30 Novembre ore 08:00 Valle di Lanaitho

Salite in montagna su vie a più tiri.

Domenica 1° Dicembre Ore 09:00 Doloverre di Surtana- Dorgali. Salite in montagna su vie a più tiri.

Mercoledì 4 Dicembre ore 20:30 sede CAI, consegna diplomi, cena sociale, chiusura del corso.

Direttore del corso: Istruttore Nazionale di Alpinismo, Corrado Pibiri

Il corso, che avrà un numero massimo di 8 allievi, è aperto ai soci, maggiorenni, del Club Alpino Italiano.

Il costo del corso è di € 300,00 ed è comprensivo di iscrizione al CAI, assicurazione e dispense. Tutti i materiali, ad esclusione delle scarpette tecniche per l'arrampicata, verranno messe a disposizione dalla Scuola. I costi relativi ai trasferimenti in auto, vitto e alloggio sono a carico dei partecipanti.

E' necessario un certificato medico che attesti l'idoneità alla pratica di attività sportiva non agonistica.

Le iscrizioni scadono il 6 Novembre.

La direzione del corso si riserva la facoltà di apportare eventuali modifiche al programma.

Informazioni e iscrizioni: saal.caicagliari@gmail.com