



CORSO DI ARRAMPICATA IN FESSURA



Le GUIDE ALPINE BORMIO organizzano un corso di arrampicata in fessura.

Le fessure sono quanto di più elegante ed estetico la natura ci offra per salire una parete e nel contempo ci propongono sovente una scalata rude e poco affine alla progressione a cui siamo abituati.

Un terreno tutto da scoprire, dove la tecnica è fondamentale per ottimizzare la nostra scalata.

Il Corso sarà articolato in 2 lezioni pratiche.

È richiesto un buon livello di arrampicata outdoor (almeno 6a).

Il corso mira a sviluppare la corretta tecnica d'incastro base (dita, mano, pugno), l'uso dei piedi, la fasciatura, il posizionamento e l'estrazione delle protezioni veloci, l'utilizzo dei freni.

Lo scopo del corso è quello di fornire ai singoli allievi le nozioni per acquisire la capacità di muoversi in maniera autonoma.

PROGRAMMA CORSO

1° LEZIONE:

Dopo una breve presentazione dei materiali e la costruzione dei guantini da fessura, arrampicheremo su mono tiri con corda dall'alto utilizzando le tecniche d'incastro specifiche (dita, mano, pugno).

2° LEZIONE:

Lezione pratica sul piazzamento di protezioni veloci (friends e nuts) e a seguire, in base al livello di arrampicata dei partecipanti, arrampicata da capo cordata sfruttando le tecniche di arrampicata in diedri, camini e off widht.

DOVE

Val Masino, Cadarese, Valle dell' Orco.
Ritrovo da concordare con la guida.

MATERIALE PERSONALE

imbracatura, scarpette comode (tipo Mytos o TC Pro), casco, nastro per le mani, guanti da fessura, magnesite, friends e nuts, corda, rinvii e freno.

QUOTA ISCRIZIONE

180 euro/persona.

LA QUOTA COMPRENDE

Insegnamento della Guida Alpina.
Materiale d'uso comune.

LA QUOTA NON COMPRENDE

Le spese personali di viaggio, vitto ed eventuale alloggio. La quota non comprende tutto ciò specificato nella voce "la quota comprende" e tutte le spese di viaggio, vitto e alloggio della guida alpina, che verranno divise tra i partecipanti al corso.

ATTENZIONE!

Il corso partirà al raggiungimento minimo di 4 persone e terrà conto di un rapporto Guida-Cliente idoneo agli obiettivi didattici della singola giornata.

L'iscrizione si intende effettuata all'atto del versamento dell'intera quota che deve avvenire entro la prima lezione del corso.