



# CORSO AVANZATO CASCATE DI GHIACCIO



Il corso è lo **step successivo** per tutti coloro che abbiano già frequentato il nostro corso base, oppure che abbiano già provato ad arrampicare su ghiaccio e vogliano implementare le loro competenze tecniche e riguardanti la sicurezza. L'obiettivo è quello di **aumentare le competenze personali**, affinché possano maturare tutti gli elementi necessari per scalare con maggior consapevolezza ed autonomia.

## ARGOMENTI TRATTATI

- Tecnica di progressione a triangolo, in arrampicata top rope
- Chiodatura
- Costruzione delle soste e Abalakov
- Scelta dell'itinerario
- Gestione dell'arrivo in sosta e discesa in corda doppia

## DOVE

**Alpi Centrali.**

Luogo specifico da concordare con la Guida in base alle esigenze del gruppo ed alle condizioni.

## DURATA

**2 giorni**

## ESPERIENZA RICHIESTA

Il corso è adatto a chi ha già frequentato il nostro corso BASE o abbia già un minimo di esperienza su ghiaccio.

## ATTREZZATURA TECNICA

Zaino da 30 l, 2 piccozze da piolet traction, ramponi per cascate di ghiaccio, casco, imbracatura, daisy chain o fettuccia cucita da 120 cm, 3 moschettoni a ghiera HMS, freno, cordino per autobloccante (materiale fornito per chi non lo possedesse. Possibilità di noleggio scarponi).

## ABBIGLIAMENTO

Abbigliamento adeguato all'attività outdoor: maglia termica a maniche lunghe, pile, piumino, giacca in gore-tex, calzamaglia, pantalone in schoeller e/o pantalone in gore-tex, berretto, buff, 2 paia di guanti (leggero, medio), calze termiche, occhiali da sole.

## PREZZO

**270 € a persona.** 3/6 persone per Guida.

*La quota comprende: Materiale d'uso comune.*

*La quota NON comprende: vitto, alloggio, trasporti (auto ed eventuali impianti a fune) sia personali che della Guida Alpina (da dividere tra i partecipanti).*

**Su richiesta e con almeno 3 partecipanti si possono organizzare sessioni in date a richiesta.**