



CLUB ALPINO ITALIANO Sezione di Piacenza

Scuola di Alpinismo "Bruno Dodi"

14° CORSO ARRAMPICATA LIBERA - ANNO 2019

Programma di massima

delle lezioni teoriche e delle uscite in ambiente

24-Set. mar. Apertura iscrizioni al Corso

01-Ott. mar. Chiusura iscrizioni al Corso

Appuntamento			Argomento
03-Ott.	gio.	teoria	Inaugurazione del Corso - Abbigliamento e materiali.
08-Ott.	mar.	teoria	Storia dell'arrampicata-norme di comportamento
10-Ott.	gio.	teoria	Nodi principali per arrampicata +?
13-Ott.	dom.	Ambiente	Intr. al gesto-progressioni di base-(top rope-freno)
17-Ott.	gio.	teoria	Etica,regole e terminologia,letture guide,gradi di difficoltà,e materiali per attrezzare
24-Ott.	gio.	teoria	Catena di Assicurazione-Ordinamento del CAI
27-Ott.	dom.	Ambiente	Ripasso prog.-Chiarimenti sulla C.A.- concetti sull'assicurazione, uso dei freni,dialoghi,comandi,controlli-(top rope-C.C.-freno)
30-Ott.	mer.	pratica	Conoscenza bloccanti ass.,e loro uso-concetti sul Capo di Cordata
04-Nov.	lun.	pratica	ripasso prog.-progressioni evolute:triangolo di base,sostituzione di base
09-Nov.	sab.	pratica	Manovre sui monotiri 1°e 2° parte - soste su roccia
10-Nov.	dom.	Ambiente	Ripasso-arrampicata da C.C.-uso B.A.-concetti sul C.C.
16-Nov.	sab.	pratica	introduzione al boulder-parata-tecniche-etica e regole
20-Nov.	mer.	pratica	Prove di volo controllato-arrampicata da C.C.
23-Nov.	sab.	Ambiente	Ripasso-dubbi chiarimenti-top rope-C.C.-freno-B.A.
24-Nov.	dom.	Ambiente	Arrampicata su boulder in ambiente-o falesia
26-Nov.	mar.	teoria	Allenamento,qualità condizionali e traumatologia
28-Nov.	gio.	teoria	Geologia:tipi di roccia e le varie tecniche per salirle
30-Nov.	sab.	Ambiente	Via sportiva in ambiente,cena
01-Dic.	dom.	Ambiente	Affiancamento della cordata autonoma
06-Dic.	ven.	teoria	Chiusura del corso

NOTE :

La Direzione del Corso si riserva il diritto di apportare al programma le variazioni che, a suo insindacabile giudizio, saranno ritenute necessarie.

Al momento dell'iscrizione verrà richiesto un sunto dell'attività svolta in montagna.

Info e contatti

Direttore della Scuola: Pietro Agosti I.N.A. 320 2352153

Direttore del corso: Raffaele Sbarbada I.A.L. 338 5725733

e-mail scuoladialpinismo@caipiacenza.it