



CLUB ALPINO ITALIANO Sezione di Piacenza

Scuola di Alpinismo "Bruno Dodi"

15° CORSO ARRAMPICATA LIBERA - ANNO 2021/22

*Programma di massima
delle lezioni teoriche e delle uscite in ambiente*

07-Dic. mar.			Apertura iscrizioni al Corso
14-Dic. mar.			Chiusura iscrizioni al Corso
Appuntamento			Argomento
17-Dic.	ven.	teoria	Inaugurazione del Corso - Abbigliamento e materiali.
21-Dic.	mar	teoria	Storia dell'arrampicata-norme di comportamento
11-Gen.	mar	teoria	Nodi principali per arrampicata +?
16-Gen.	dom.	Ambiente	Intr. al gesto-progressioni di base-(top rope-freno)
18-Gen.	mar	teoria	Etica,regole e terminologia,letture guide,gradi di difficoltà, e materiali per attrezzare
20-Gen.	gio.	teoria	Catena di Assicurazione-Ordinamento del CAI
23-Gen.	dom.	Ambiente	Ripasso prog.-Chiarimenti sulla C.A.- concetti sull'assicurazione, uso dei freni,dialoghi,comandi,controlli-(top rope-C.C.-freno)
25-Gen.	mar	pratica	Conoscenza bloccanti ass.,e loro uso-concetti sul Capo di Cordata
27-Gen.	gio.	pratica	ripasso prog.-progressioni evolute:triangolo di base,sostituzione di base
01-Feb.	mar	pratica	Manovre sui monotiri 1° parte - soste su roccia
03-Feb.	gio.	pratica	Manovre sui monotiri 2° parte - soste su roccia
06-Feb.	dom.	Ambiente	Ripasso-arrampicata da C.C.-uso B.A.-concetti sul C.C
09-Feb.	mer.	pratica	introduzione al boulder-parata-tecniche-etica e regole
11-Feb.	ven.	pratica	Prove di volo controllato-arrampicata da C.C.
13-Feb.	dom.	Ambiente	Arrampicata su boulder in ambiente-o falesia
17-Feb.	gio.	teoria	Allenamento,qualità condizionali e traumatologia
24-Feb.	gio.	teoria	Geologia:tipi di roccia e le varie tecniche per salirle
26-Feb.	sab.	Ambiente	Via sportiva in ambiente,cena
27-Feb.	dom.	Ambiente	Affiancamento della cordata autonoma
04-Mar.	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 del corso: Raffaele Sbarbada I.A.L. 338 5725733
	Direttore della Scuola: Pietro Agosti I.N.A. 320 2352153
	e-mail scuoladialpinismo@caipiacenza.it