



www.orizzontiverticali.eu

Guide Alpine

Corso d'arrampicata base

Questo corso è l'ideale per chi non ha mai provato ad arrampicare e vuole fare una prima esperienza. Il corso sarà strutturato in 4 giornate in cui tratteremo i seguenti temi:

Primo giorno: sabato 15 Maggio "Sasso d'Erba"

Questa palestra d'arrampicata si chiama così non perché si tratta di una parete particolarmente erbosa, ma perché sorge nelle vicinanze della cittadina d'Erba da cui appunto prende il nome. Grazie alla facilità degli itinerari che questa parete offre cominceremo a muovere i primi passi sulla roccia.

Il programma del primo giorno prevede:

- conoscenza dell'attrezzatura
- tecniche d'assicurazione
- tecnica base d'arrampicata.

Secondo giorno: sabato 29 Maggio "Sasso Bianco" Val Chiavenna" o Sasso di Remenno" -

Val Masino.

- Sulla magnifica roccia della Val Masino impareremo ad arrampicare sul granito, che richiede una tecnica particolare.
- tecnica di progressione in cordata
- tecnica di discesa in corda doppia

Terzo giorno: domenica 6 Giugno "Grignetta"

Finalmente metteremo in pratica quello che abbiamo imparato nelle giornate precedenti con una bella salita di più tiri su una delle fantastiche guglie della grigna.

Quarto giorno: Sabato 12 Giugno

Via di granito di più tiri (prob.Val di Mello)

Attrezzatura individuale: Imbracatura bassa, casco, zaino, scarpette d'arrampicata (per chi ne fosse sprovvisto la forniremo noi **senza** nessun costo aggiuntivo)

Il costo del corso è di 280 € con un minimo di 4 partecipanti

- L'intero importo del corso e' da saldare alla prima giornata sabato 15 Maggio.
- La quota non comprende gli spostamenti in auto che sono a carico dei partecipanti.
- Seguirà un corso avanzato solitamente di 3/4 giornate.

Mail: info@orizzontiverticali.eu Cell: 3397468633 Cell : 3483051722

Guarda le foto dei corsi nella pagina Arrampicata di www.orizzontiverticali.eu