



Corso d'alta montagna livello base nel gruppo dell' Ortles-Cevedale

Il corso si propone di trasmettere ai partecipanti le tecniche base per la movimentazione in sicurezza sui vari tipi di terreno e situazioni imposte dalla frequentazione dell'alta montagna.

Saranno trattati i seguenti argomenti:

- legatura e progressione in cordata su ghiaccio
- progressione con piccozza e ramponi
- Introduzione alle tecniche d'autosoccorso (recupero da crepaccio)

Il corso è strutturato in due giornate suddivise nel seguente modo:

1°giorno - sabato 03 luglio

Oggi andremo al Rifugio Quinto Alpini in Val Zebbru', prima in jeep poi a piedi, e nel pomeriggio metteremo i ramponi sul ghiacciaio e tratteremo alcuni degli argomenti del programma.

2°giorno - domenica 04 luglio

Salita al Monte Zebbru' 3740m. ...durante la salita tratteremo il cramponage e le tecniche di legatura.

Durante la serata passata al rifugio discuteremo insieme le problematiche inerenti la frequentazione dell'alta montagna.

Il programma è rivolto anche a chi non ha mai frequentato l'alta montagna e vuole fare una prima esperienza, per partecipare al corso non è richiesta nessuna capacità tecnica particolare ma solo un buon allenamento alle lunghe camminate.

Il costo di partecipazione con un minimo di tre partecipanti è di € 230

La quota comprende: l'accompagnamento e l'insegnamento della guida (spese comprese), il noleggio dell'attrezzatura tecnica occorrente esclusi gli scarponi, il trasferimento in jeep e la mezza pensione al rifugio.

Per Info, date o quant'altro:

www.orizzontiverticali.eu

cell. 339 7468633

info@orizzontiverticali.eu

cell. 348 3051722