



CORSO AVANZATO DI ARRAMPICATA LIBERA AL2 2023

5-6-7 e 12-13-14 Maggio 2023 - Campania, Molise/Abruzzo

OBIETTIVI GENERALI

Sviluppare ulteriormente, rispetto al corso AL1, le abilità arrampicatorie; Apprendere le procedure necessarie alla percorrenza di itinerari a più tiri sportivi (manovre, allestimento soste); Approfondire le conoscenze finalizzate alla sicurezza della progressione sia su monotiri che su vie lunghe sportive ed approssimare le principali operazioni di autosoccorso della cordata; Approfondire gli aspetti tecnici e culturali dell'arrampicata e delle problematiche dell'ambiente in cui si svolge.

LEZIONI TEORICHE

Materiali e catena di sicurezza; Progressione su vie a più tiri (*multipitch*); Allenamento e traumatologia; Geologia ed arrampicata; Lettura di una guida di arrampicata. Storia e cultura del CAI.

LEZIONI PRATICHE

Tecnica del movimento in arrampicata: progressioni di base ed evolute; Le soste; Calate in corda doppia e risalita su corda; Manovre di autosoccorso.

PROGRAMMA

1° Weekend giorni 5-6-7

5-6/05 @ Atena Lucana

Tecnica del movimento in arrampicata: controllo delle capacità dei partecipanti; tecnica del movimento in arrampicata: le progressioni evolute – assicurazione con la tecnica del falso primo.

7/05 @ San Liberatore

Calate in corda doppia e risalita su corda.

2° Weekend giorni 12-13-14

12/05 @ Abruzzo - Molise

Via multitiro - allestimento soste su ancoraggi esistenti - Calate;

13/05 @ Abruzzo - Molise

Via multitiro - Calate - Manovre di autosoccorso della cordata;

14/05 @ Abruzzo - Molise

Via multitiro - Calate - chiusura corso.



Contatti

www.scuolabelsud.it - scuolabelsud@gmail.it

Davide Di Giosafatte 330 462938

REQUISITI DI AMMISSIONE

essere in buone condizioni fisiche e di allenamento;
essere in possesso dell'attrezzatura personale:
casco, imbrago basso, scarpe da arrampicata, 2 moschettoni a pera con ghiera, 2 cordini in keular/dynema da 3,5m e 1,5m, 1 freno/piastrina completo di 2 moschettoni a D con ghiera, zaino da arrampicata; essere in regola con il tesseramento CAI per l'anno 2023; capacità minima arrampicatoria da capocordata su monotiri di difficoltà 5c (scala francese) o aver frequentato almeno un corso AL1.

MODALITA' D'ISCRIZIONE

Gli interessati, in possesso dei requisiti di ammissione, dovranno comunicare la loro adesione **entro e non oltre il 16/04/2023**, inviando il MODELLO, a disposizione sul sito www.scuolabelsud.it, all'indirizzo scuolabelsud@gmail.com allegando un **certificato medico di idoneità** alla pratica dell'alpinismo non agonistico ed **un anticipo di €50** sulla quota personale di concorso alle spese del corso fissata in **€250,00**

N.B.: I SOCI DELLE SEZIONI CAI SOSTENITRICI DELLA SCUOLA, IN POSSESSO DEI REQUISITI, AVRANNO PRIORITA' NELLE ISCRIZIONI

Direttore del corso

INAL Andrea Sgrosso
335 5389505

Vice Direttore

IAL Francesco Sorgente