

60° CORSO di Roccia AR2

N°6 lezioni teoriche e

N°6 uscite pratiche in ambiente

Presentazione corso 11.06.2019

Apertura iscrizioni 13.06.2019

Chiusura iscrizioni 30.07.2019

Quota iscrizione € 150.00

Numero iscritti: 5/6

Ammissione riservata a soci che hanno già frequentato corsi base

Obbligatoria iscrizione al CAI

Lezioni teoriche ore 21.15 sede CAI Monza

Lezioni teoriche

ore 21.15 – martedì e giovedì

05 settembre Presentazione corso
AR1 e AR2

10 settembre **Corde&nodi AR1

12 settembre Manovre di corda avanzate

17 settembre Catena di sicurezza
In palestra di arrampicata

19 settembre Impostazione e movimenti
d'arrampicata in palestra

24 settembre Manovre di corda avanzate
(es.paranchi) in palestra

03 ottobre Allenamento

10 ottobre Conduzione della cordata
e pericoli in montagna

15 ottobre Conclusioni fine corso

Lezioni pratiche in ambiente e località di svolgimento

15 settembre 1ª lezione pratica
Arrampicata su calcare
Progressione della cordata in parete
Grigna meridionale o località similare

Uscita in rifugio
21-22 settembre 2ª e 3ª lezione pratica
Uscita in ambiente dolomitico
Impostazione dell'arrampicata
artificiale con ancoraggi mobili
Progressione e autoassicurazione

29 settembre 5ª lezione pratica
Arrampicata su granito
Basi tecniche di arrampicata con
protezioni mobili, varianti di soste
Località da stabilire

Uscita in rifugio
12-13 ottobre 8ª e 9ª lezione pratica
Arrampicata su gneis
Sbarua

05-06 ottobre Eventuali date di recupero

**AR2 osservatori