CORSO ARRAMPICATA LIBERA AL2 2015

PROGRAMMA DEL CORSO

Sabato 8.8.2015:
Ritrovo nel piazzale del negozio Sportler di Silea (Treviso) ore 5.45, partenza ore 6.00, ritrovo ore 12.00 a Briancon (Francia).
Sistemazione nel campeggio e lezioni teoriche di catena di sicurezza, organizzazione uscita.

Domenica 9.8.2015:
Uscita di arrampicata in falesia, comportamenti da assumere, rischi/pericoli, gestione dei monotiri.

Lunedì 10.8.2015:
Uscita di arrampicata in falesia, tecniche di movimento, trattenuta del volo al primo di cordata.

Martedì 11.8.2015:
Uscita di arrampicata in falesia, assicurazione al compagno che arrampica con diversi freni.

Mercoledì 12.8.2015:
Uscita in falesia, soste, corde doppie, manovre autosoccorso.

Giovedì 13.8.2015:
Uscita di arrampicata boulder su massi naturali, rischi/pericoli, tecniche di parata, lezione teorica medicina primo soccorso, metodologia dell'allenamento.

Venerdì 14.8.2015:
Uscita di arrampicata su itinerari attrezzati a più tiri, boulder su massi naturali.

Sabato 15.8.2015:
Uscita di arrampicata.

Domenica 16.8.2015:
Uscita di arrampicata. Partenza per il rientro prevista alle ore 15.00.