

48° CORSO ROCCIA - AR1 - 2012		
Direttore:	Guido Nobile	331 4801832
Vice Direttore:	Luca Gubana	347 1707931 - gubalu@alice.it
Segretario:	Marco Kraner	347 1009378 - m.kraner@molaro-pezzettaeassociati.it
<p>ISCRIZIONI : La quota di iscrizione è di 180 € con caparra di 50 € da versare all'atto dell'iscrizione. Per chi ha già frequentato il medesimo corso presso la nostra scuola, la quota è ridotta a 150 € con caparra di 50 € da versare all'atto dell'iscrizione. A carico di ciascun allievo sono, inoltre, le spese di soggiorno e di trasferimento. Le iscrizioni sono limitate ai posti disponibili e si ricevono presso la segreteria sezionale o contattando il segretario del corso. Per accedere al corso è necessario aver frequentato un corso di alpinismo base (A1) o essere in possesso di una preparazione equivalente.</p>		
<p>EQUIPAGGIAMENTO: Imbrago basso, caschetto, scarpette d'arrampicata, piastrina (od altro discensore), n° 3 moschettoni HMS, 2 moschettoni adatti per sosta con ghiera, 3 m di cordino Ø 8 mm, n° 2 spezzoni di cordino Ø 7mm da 1,8 – 1,5 m, zaino ed abbigliamento idoneo. Nel corso della prima lezione teorica verranno fornite indicazioni e consigli per l'eventuale acquisto della suddetta attrezzatura.</p>		
Lezioni Teoriche		Lezioni Pratiche
Venerdì – 27 aprile Chiusura delle iscrizioni e presentazione del corso		
Venerdì – 04 maggio Descrizione dei principali materiali alpinistici		
		Domenica 06 maggio Palestra indoor Tecniche di arrampicata Esecuzione dei nodi di legatura
Venerdì – 11 maggio Nodi fondamentali		
		Domenica 13 maggio Palestra di roccia di Stupizza Ripasso dei principali nodi Preparazione della sosta Assicurazione ed autoassicurazione
Venerdì – 18 maggio Catena di assicurazione		
		Domenica 20 maggio Palestra di roccia di Duino Discesa in corda doppia Tecniche di aderenza
Venerdì – 25 maggio Meteorologia Topografia ed orientamento		
		Domenica 27 maggio Palestra di roccia di Musi Tecnica di superamento delle difficoltà
Venerdì – 01 giugno Pericoli della montagna preparazione di una salita		
		Domenica 03 giugno Palestra di roccia del Glemina Procedimento in cordata Uso delle protezioni
Martedì – 12 giugno Alimentazione per l'alpinismo Nozioni di pronto soccorso		
		Sabato 16 - Domenica 17 giugno Passo Falzarego Salite di vie classiche in ambiente montano
		Sabato 15 - Domenica 16 settembre Cadini di Misurina Salite di vie classiche in ambiente montano