



CORSO DI FERRATE

Proponiamo ai soci un corso di vie ferrate guidato dall'aspirante guida alpina Andrea Testa di Padova.

Il corso con date che andremo a definire è così strutturato:

INCONTRI PROPEDEUTICI		
ARGOMENTO	CONTENUTO	DURATA
Materiali/Attrezzature	Conoscere i materiali impiegati nell'alpinismo con particolare riferimento all'attività delle ferrate e percorsi attrezzati. Approfondirne l'aspetto tecnico e modalità di utilizzo. L'equipaggiamento di base.	2 ore (serata)
Catena della sicurezza Rischi della montagna	Apprendere i concetti fondamentali della sicurezza legati alle caratteristiche tecniche dei materiali, al loro utilizzo e alle tecniche di progressione.	2 ore (serata)

USCITE		
LUOGO	PROGRAMMA	DURATA
PALESTRA DI ROCCIA (Rocca Pendice – Teolo PD)	<u>Nodologia</u> Nodi per legarsi, di giunzione, per la sicurezza. Nodi autobloccanti (prusik, marchand) Nodi per la sicurezza (barcaiolo e mezzo barcaiolo) <u>Tecnica di arrampicata</u> Progressione fondamentale di base Arrampicata lungo monotiri con la corda dall'alto	1 GIORNO
PALESTRA DI ROCCIA (Rocca Pendice – Teolo PD)	<u>Ripasso lezione precedente</u> <u>Nodologia</u> <u>Soste veloci</u> Realizzazione di soste su ancoraggi fissi della ferrata <u>Discese e calate</u> Discese in corda doppia e calate assistite	1 GIORNO
AMBIENTE VIA FERRATA PROPEDEUTICA (ARCO TN)	Progressione in ferrata con kit. Progressione in ferrata con kit e legati in cordata Progressione in conserva in salita e discesa al di fuori della ferrata su terreno pericoloso.	1 GIORNO

AMBIENTE VIA FERRATA (Monte Grappa – Sass Brusai)	Salita in autonomia lungo una ferrata di livello medio facile	1 GIORNO
AMBIENTE VIA FERRATA (Monte Schiara – Ferrata Zacchi/Berti/Marmol)	Salita in autonomia di una ferrata di livello medio	2 GIORNI (WEEK- END)

Materiali/Equipaggiamento: La Guida Alpina fornisce le corde..

Materiale necessario: Abbigliamento idoneo (pantaloni da trekking, giacca in goretex, pile, berretto, guanti), pedule o scarponi da trekking. Zaino piccolo da giornata (max 35/45 lt). Imbrago basso, casco, Kit da ferrata, 2 moschettoni HMS a ghiera, 2 cordini in kevlar lungh. 120 cm, 1 anello di fettuccia da 60 cm, 1 anello di fettuccia da 120 cm.

Quota di partecipazione: Min 5 partecipanti: € 330,00/eur cad. Min 10 partecipanti: € 300,00/eur cad. La quota comprende la Guida Alpina, il noleggio del materiale alpinistico, la copertura assicurativa RC. **La quota non comprende il trasporto, l'eventuale alloggio in rifugio e utilizzo di impianti di risalita.**

Per informazioni: **Segreteria CRAL Araba Fenice cell 3455787523**
Salmaso Salmaso Filippo – cell. 349 8876764,
Fabris Ennio 3407181391.

SCADENZA ADESIONI 10 MAGGIO 2012

Alla segreteria Cral Araba Fenice fax 049 8252422

ADESIONE AL CORSO DI FERRATE

Il/la sottoscritto/a _____ nato a _____

il _____ residente a _____

Ufficio / Agenzia _____ tel _____

telefono di casa o cellulare (per comunicazioni varie) _____

intende partecipare al corso di vie ferrate proposto.

Autorizzo l'addebito di € _____ Iban _____

Le persone non clienti di Banca Antonveneta dovranno bonificare a favore " Cral Araba Fenice Veneto di Padova, Codice IBAN: IT 19 A 05040 12159 000001420363 con causale : corso di ferrate 2013.

Data, _____ Firma _____