

## **STAGE DI VIE LUNGHE SPORTIVE 2019 2gg**



**Finalità:** lo stage fornisce le conoscenze e le abilità per la gestione in autonomia di salite su vie di arrampicata sportiva a più tiri. E' rivolto a chi abbia già seguito un corso base o sia comunque in grado di eseguire correttamente le manovre di routine in arrampicata su monotiri; il livello minimo richiesto è il 5c-6a da secondi. Si svolge nell'arco di due giorni come indicato nel programma.

### **Materiale personale**

Casco, imbraco, scarpette comode, 12 rinvii, corda singola, una fettuccia chiusa da 120 cm, 1 fettuccia da 60 cm, 1 daisy-chain, 1 cordino in kevlar da 120 cm, 5 moschettoni a ghiera, un freno tipo "Reverso"; abbigliamento completo da arrampicata e scarpe da avvicinamento. Materiale eventualmente fornito dalla guida.

### **Contenuti del corso**

- Materiale per vie multipitch sportive
- La sosta: tipologie e collegamento degli ancoraggi. gestione della sosta in caso di corda singola
- Cordata a comando singolo e a comando alternato. Recupero del secondo.

## Guida Alpina - Maestro D'Alpinismo Riccardo Quaranta

Iscritto al Collegio Nazionale Guide Alpine Italiane  
Albo professionale dell'Abruzzo n.IT65A000039  
P. IVA: 01728360700  
www.riccardoclimbing.com



- Corda doppia: attrezzatura personale e posizionamento di una corda doppia.
- Autosoccorso (principi)
  - Risalita su corda singola (caduta in traverso)
  - Calata del compagno con uso del "Reverso"
  - Paranco semplice (uso di autobloccanti vari)
- Esercitazione su una via a più tiri e gestione della cordata.

### Località

Molise, la sede esatta sarà comunicata ai partecipanti via privata.

**Costo:** euro 120,00/persona in 4, 220,00/persona in 2 che comprende l'accompagnamento da parte della Guida; spese di spostamenti, vitto e alloggio a carico degli allievi. **Anticipo di 70,00 euro da versare su c.c. (intestato a Riccardo Quaranta IBAN: IT11M0306903805100000090267) come conferma iscrizione improrogabilmente entro il 6/11/2019; causale "corso arrampicata multipitch nome cognome". Tale anticipo non sarà restituito in caso di assenza dell'allievo.**

**Info e contatti:** [info@riccardoclimbing.com](mailto:info@riccardoclimbing.com) cell. +393394360362