

## **Stage evoluto di dry e misto** **14-15 marzo 2020**



Percorso formativo che si rivolge a chi voglia approfondire la propria tecnica e abilità su terreno di misto/dry/ghiaccio con particolare riferimento alla tecnica di piolet traction (uso di due piccozze in trazione)

### **Argomenti trattati nelle due giornate**

#### **I giornata (Matese)**

Dry-tooling: uso di piccozze e ramponi su terreno di dry puro; esercitazione pratica, anche con un solo attrezzo. Uso di protezioni mobili su tale terreno.

#### **II giornata (Mainarde)**

Progressione su terreno misto, a tiri di corda, con uso di due attrezzi.

**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



**Equipaggiamento:** Imbracatura, 2 piccozze tecniche (da piolet, eventualmente noleggiabili), 4 moschettoni a ghiera, discensore tipo "Reverso", casco, 2 fettucce da 120cm, 1 cordino di kevlar da 1,5 m, ramponi 12 punte classici o monopunta; scarponi ramponabili; mezze corde e corda intera; kit ARTVA/pala/sonda se necessario. **kit ARTVA/pala/sonda noleggiabile a 20 euro.**

**Pre-requisiti:** arrampicare su vie di roccia di difficoltà almeno di 5c/6a da primi; avere solida esperienza di alpinismo invernale su itinerari classici (di difficoltà almeno AD); essere autonomi nelle manovre su vie a più tiri.

### **Abbigliamento:**

Occhiali da sole per alta montagna/ghiacciaio, berretto, buff o foulard, guanti da alta montagna, ghette, calzamaglia in fibra, dolcevita in fibra, guscio impermeabile, pantalone da montagna in shoeller, calze da montagna. Nello ZAINO, di capienza sufficiente, troveranno posto: T-shirt in fibra di riserva, maschera da sci; guanti leggeri di riserva lampada frontale con pile nuove; piccola farmacia personale (compeed, aspirina, crema solare ad alta protezione) sopra pantaloni impermeabili; macchina fotografica compatta, per chi volesse; thermos 1l.

### **Organizzazione e costi**

E' possibile partecipare anche ad una sola delle due giornate, ma sarà data precedenza a chi si prenoterà per entrambe. Max 4 persone per la prima giornata, 3 nella seconda; costo I + II giornata 180 euro/persona, costo giornata singola 100 euro/persona. Le iscrizioni sono da perfezionarsi mediante versamento di una caparra di euro 70,00/persona da versare su c.c. intestato a Riccardo Quaranta IBAN IT11M0306903805100000090267 entro e non oltre il 1/3/2020 e non sarà rimborsata in caso di assenza dell'allievo.