

## CORSO BASE ALPINISMO INVERNALE (CAMPITELLO MATESE)

13 e 14 febbraio 2022



In questo corso viene trattata la tecnica di progressione su terreno innevato/ghiacciato con piccozza e ramponi, l'auto arresto in caso di scivolata. Si valuterà l'ambiente in cui ci si muove per analizzare i vari pericoli oggettivi e la scelta della traccia durante la gita. Si introdurrà l'aspetto della nivologia e l'uso di ARTVA, PALA e SONDA con un'esercitazione pratica sul campo. Si introdurrà la progressione in conserva con uso quindi di corda ed imbracatura. Step adatto a chi vuole spostarsi dal trekking estivo a quello invernale e a chi voglia iniziare il percorso per i corsi successivi.

### **Argomenti trattati**

Materiali: conoscenza ed uso. Lezione di cramponage (uso dei ramponi punte a piatto/frontali), uso della piccozza classica; auto-arresto in caso di caduta. Lezione su pericoli oggettivi e soggettivi, elementi di nivologia e valanghe; ricerca ARTVA dispersi in valanga. Introduzione alla progressione in conserva.

**Equipaggiamento:** piccozza classica, ramponi 12 punte classici, casco, scarponi da montagna invernali impermeabili; kit ARTVA/pala/sonda (kit noleggiabile a 20 euro), casco e imbraco. Eventuale materiale mancante (escluso gli scarponi) può essere fornito dalla guida.

### **Abbigliamento:**

**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



Occhiali da sole per alta montagna/ghiacciaio, berretto, guanti da alta montagna, ghette, calzamaglia 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, guanti leggeri di riserva, lampada frontale con pile nuove; piccola farmacia personale (compeed, aspirina, crema solare ad alta protezione); macchina fotografica compatta, per chi volesse; **thermos 0,5l min.**

### **Iscrizione e costi**

Costo dello stage: 120,00 euro/persona per min. 5, max 7 partecipanti.

La quota d'iscrizione comprende la formazione da parte della Guida Alpina - Maestro D'Alpinismo La quota NON comprende tutto quanto non elencato precedentemente.

**Le iscrizioni sono confermate UNICAMENTE mediante versamento della quota del corso entro il 30/1/2022.** Per le modalità di versamento della stessa scrivere una email a [info@riccardoclimbing.com](mailto:info@riccardoclimbing.com) con proprio nome, cognome, residenza e c.f.

### **VITTO E ALLOGGIO**

Varie possibilità nel comprensorio di Campitello Matese (B&B, hotel) e possibilità di cenare presso birreria con cucina convenzionata ("Ciapìn" Birreria con cucina, San Massimo, <https://www.facebook.com/Birreria-con-Cucina-Ciapìn-225791578762/?fref=ts>)

### **PROGRAMMA**

Il dettaglio del programma sarà comunicato agli iscritti mediante creazione di un gruppo WhatsApp entro il mercoledì precedente le date del corso.

N. B : a giudizio della guida, la gita può essere modificata, sospesa o annullata, in qualsiasi momento, anche in considerazione delle condizioni climatiche e di preparazione dei clienti.