

1° Corso Arrampicata Libera AL1

Scopo del corso è fornire agli allievi una preparazione tecnica adeguata alla pratica dell'arrampicata in falesia

Direttore del corso: Tentori Stefano – Cell. 338.7673582

Segretaria: Panzeri Daniela – Cell. 349.6745927

MODALITÀ DI ISCRIZIONE

- Domanda di iscrizione su apposito modulo debitamente compilato, firmato e corredato da una fotografia formato tessera.
- Certificato medico di idoneità fisica alla pratica dell' alpinismo a carattere non agonistico.

Sono ammessi al corso i soci C.A.I. con tessera in regola per il 2026 di età superiore ai 18 anni e fino ad esaurimento dei 10 posti disponibili.

QUOTA DI ISCRIZIONE

250,00 € da versare al momento dell'iscrizione.

La quota comprende: assicurazione infortuni, manuale d'arrampicata e attestato di frequenza al corso.

LE ISCRIZIONI SI RICEVONO PRESSO:

- Sede C.A.I. Calolziocorte – Corso Dante, 43
Tel. 0341.504329 – calolziocorte@cai.it
- Sede C.A.I. di Cisano Bergamasco – Via D. Savio 3/c
Tel. 338.7737300 – caicisano@gmail.com

Ogni Martedì e Venerdì dalle ore 21.00 alle 23.00

Termine ultimo per le iscrizioni 15/09/2026

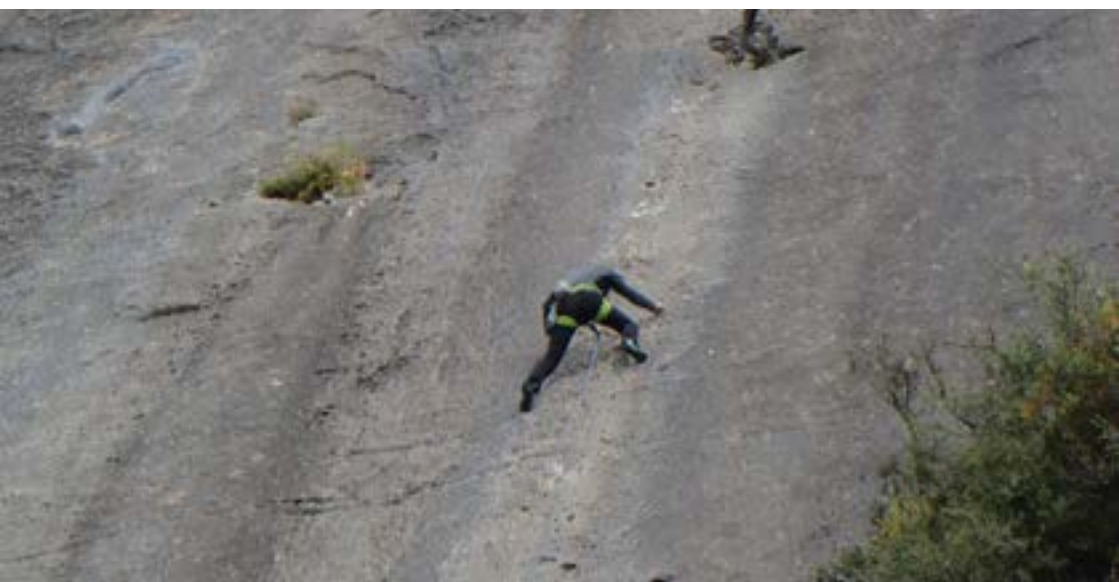
EQUIPAGGIAMENTO INDIVIDUALE

Imbragatura, scarpette d'arrampicata, casco e zaino.

Il resto del materiale sarà fornito dalla scuola.

CLUB ALPINO ITALIANO

Sezione di Calolziocorte / Cisano Bergamasco
Sottosezione di BERGAMO



LEZIONI TEORICHE

Alle ore 21.00 presso la sede C.A.I. di Calolziocorte

- 17/09 Presentazione del corso, metologie e tecniche
- 24/09 Traumatologia e alimentazione
- 01/10 Materiali e catena di assicurazione
- 08/10 Storia dell'arrampicata sportiva
- 15/10 Come frequentare i siti dell'arrampicata

LEZIONI PRATICHE

- 19/09 Utilizzo corda e metodi di assicurazione
- 26/09 Uscita in Falesia
- 03/10 Uscita in Falesia
- 10/10 Uscita in Falesia
- 17-18/10 Uscita Finale Ligure

N.B. La direzione del corso si riserva la facoltà di non accettare e/o limitare la frequenza, agli allievi che si dimostrino non idonei per la manifestata incapacità o indisciplinazione. La data e/o le località delle lezioni pratiche potranno subire variazioni in base alle condizioni metereologiche.