



CLUB ALPINO ITALIANO
Sezione di Sulmona
Fondata nel 1922

Oggetto: Corso di Arrampicata Base.

La Sezione di Sulmona del Club Alpino Italiano organizza un Corso di Arrampicata Base rivolto ai Soci CAI.

Di seguito riportiamo il calendario delle attività:

- Lezione indoor 12/06/2026
- Uscita outdoor-1 13/06/2026
- Uscita outdoor-2 14/06/2026
- Uscita outdoor-3 20/06/2026
- Uscita outdoor-4 21/06/2026

Le attività si svolgeranno in ambiente naturale, presso falesie individuate sulla base di valutazioni tecniche, di sicurezza e condizioni metereologiche.

Contenuti didattici

- tipologia di attrezzatura e corretto utilizzo
- nodi fondamentali
- tecniche di assicurazione di base ed evolute (mezzo barcaiolo, secchiello gri gri)
- tecnica di base (movimento omologo, omolaterale e incrociato)
- comunicazione verbale col compagno di cordata
- salita da falso primo
- posizionamento dei rinvii e tecnica di moschettonaggio
- manovra in anello chiuso
- arrampicata da primo di cordata
- discesa autoassicurata su itinerari con ancoraggi precari

Numero partecipanti

- Minimo: **4 partecipanti**
- Massimo: **8 partecipanti**

Costo del Corso

Il costo complessivo del corso è pari a **€ 220,00 a partecipante**.

Il pagamento potrà essere effettuato tramite bonifico bancario in due soluzioni:

- acconto **€ 50,00** al momento dell'iscrizione
- saldo **€ 170,00** entro il primo giorno di corso

In caso di rinuncia successiva all'iscrizione l'organizzazione potrà, se possibile, proporre il recupero dell'attività in un corso successivo.

Incluso nel costo

- organizzazione e conduzione
- supporto tecnico
- assicurazione infortuni

Non incluso nel costo

- eventuale noleggio dell'attrezzatura personale di imbrago e caschetto per l'intera durata del corso al costo di **€ 30,00**
- trasferimenti verso i luoghi di attività

Le richieste di adesione dovranno pervenire entro sabato 6 giugno 2026 tramite mail all'indirizzo sulmona@cai.it indicando nome cognome e data di nascita.

In caso di richieste maggiori al numero massimo di partecipanti saranno prese in considerazione le prime otto arrivate.

Agli ammessi al corso saranno date istruzioni per il pagamento delle quote di partecipazione.