

La Scuola di Arrampicata Libera "Lamberto Brucchiotti" in collaborazione con il Club Alpino Italiano Sezione di Rieti, Sezione di Amatrice e Sezione di Frosinone organizza nei mesi di Aprile e Maggio 2016 il 5° Corso di Arrampicata Libera AL1. Il corso ha come obiettivo quello di trasmettere agli allievi le nozioni e le pratiche necessarie a metterli in grado, una volta concluso il corso, di affrontare da "primi" itinerari di arrampicata in falesia.

ISCRIZIONE

Possono iscriversi al corso tutti i soci CAI - anche se nuovi iscritti - di età superiore ai 14 anni; per i minori di 18 anni è richiesta l' autorizzazione di entrambi i genitori (o chi ne fa le veci). Con l' iscrizione al corso l' allievo si impegna ad osservare tutte le disposizioni impartite dalla direzione e dagli istruttori.

La data per la presentazione dell' iscrizione verrà comunicata via mail a tutti coloro che hanno manifestato interesse all' indirizzo mail raffaellatempesta@tiscali.it .

L' iscrizione sarà ritenuta valida solo se sarà compilata la relativa scheda di iscrizione, presentata unitamente ai seguenti documenti:

- tessera CAI in regola

- n. 1 fototessera

- certificato medico (non agonistico) di idoneità fisica

- versamento della quota di euro 150

La quota d' iscrizione dà diritto all' assicurazione C.A.I., all' uso del materiale comune, alla partecipazione alle lezioni teoriche e pratiche. Non comprende il trasferimento ed il pernottamento delle uscite pratiche.

Al corso possono partecipare un massimo di 15 allievi.

ATTREZZATURA

Durante la presentazione del corso gli istruttori indicheranno l' attrezzatura necessaria alla partecipazione al corso.

LEZIONI

Il corso comprende lezioni teoriche in sede ed esercitazioni pratiche in falesia. Le lezioni formativo-culturali, in totale 4, riguarderanno i materiali, la sicurezza e le caratteristiche dell'arrampicata, nonché la tecnica di arrampicata e l'allenamento, permettendo all'allievo di avere una idea dell'arrampicata come sport e disciplina tecnica, divertente e sicura. Le uscite in ambiente, per un totale di 6 giorni (sabato o domenica), si svolgeranno in alcune tra le più belle falesie del Lazio, e permetteranno all' allievo di arrampicare su roccia con difficoltà idonee alle caratteristiche di ciascuno.

Info raffaellatempesta@tiscali.it
[domanda d'iscrizione](#)