



Tecnica di arrampicata

Luca e Valentina Guide Alpine di "In Cordata Scuola di Alpinismo" propongono un 2° corso sulla Tecnica di arrampicata con l'eccezionale presenza di Paolo Caruso.

Luca e Valentina insegnano da 18 anni l'arrampicata e da sempre utilizzano con entusiasmo la Tecnica ed il metodo ideati da Paolo Caruso, collega ed allo stesso tempo maestro.

Per la seconda volta nell'area milanese per tutti, principianti ed esperti, un corso di 4 giornate (due fine settimana), di approfondimento del movimento del corpo umano in arrampicata con la presenza di Paolo Caruso.

CONTENUTI

Corso outdoor di 4 giornate.

Tecnica di arrampicata: progressione incrociata e fondamentale, progressione a triangolo e laterale.

Utilizzo della videocamera per riprese a scopo didattico.

PERIODO

Aprile - Maggio 2017

CALENDARIO DELLE LEZIONI

Uscite su roccia

8 Aprile	Fondamentali e schemi motori. Valutazione del livello dei partecipanti.
9 Aprile	Progressione incrociata e progressione fondamentale.
27 Maggio	Progressione a triangolo, progressione laterale e tecniche complementari.
28 Maggio	Lavori conclusivi in un unico gruppo.

COSTI

Euro 240/persona (min 8 partecipanti).

La quota comprende: Onorario Guide Alpine.

La quota non comprende: spese dei trasferimenti e di vitto e alloggio per le uscite di due giorni. Tali spese, anche della Guida Alpina saranno suddivise tra i partecipanti.

Iscrizioni con versamento di caparra di € 80 entro il 15 Marzo. Obbligatoria iscrizione al GAM

Guide Alpine - Maestri di Alpinismo

Luca Biagini
Valentina Casellato

Tel. +39 3498364119

info@guidealpine.mi.it

www.guidealpine.mi.it