



## **CORSO DI ARRAMPICATA**

*Febbraio - Marzo 2012*

Il corso base di arrampicata costituisce una tappa fondamentale, sia per chi vuole avvicinarsi alla pratica della pura arrampicata sportiva (FREE CLIMBING), sia per chi intende fare alpinismo in montagna. Il corso si compone di 2 parti (una su struttura artificiale e l'altra fondamentale in ambiente naturale). Le lezioni si terranno presso la palestra *Ferrara Climb* dove vedremo tutte le tecniche fondamentali di progressione ed assicurazione che applicheremo poi durante le bellissime uscite su roccia naturale.

Il materiale d'arrampicata (corde, imbraghi e moschettoni) viene fornito dagli istruttori.

Il corso si articola in :

- 7 lezioni di 1h30' su struttura artificiale**
- 1 uscita in ambiente naturale di una giornata in collaborazione con la Scuola d'Alpinismo "A. Montanari" del CAI FERRARA**

### **ISCRIZIONI ENTRO IL 7 FEBBRAIO**

<b>Calendario del corso *</b>	
<b>orario 19,30 - 21,00</b>	<b>Tipo lezione/sede</b>
Martedì 14 febbraio Martedì 21 febbraio Martedì 28 febbraio	<i>Tecnica / palestra</i> <i>Tecnica / palestra</i> <i>Tecnica / palestra</i>
<b>orario 21,00 - 22,30</b>	<i>Tecnica / palestra</i> <i>Tecnica / palestra</i> <i>Tecnica / palestra</i>
Giovedì 9 febbraio Giovedì 16 febbraio Giovedì 23 febbraio Giovedì 1 marzo	<i>Tecnica / palestra</i> <i>Tecnica / palestra</i> <i>Tecnica / palestra</i>
Domenica 26 febbraio <i>Uscita in falesia</i>	

\* il corso potrà essere svolto anche in giorni diversi, alla prima lezione si concorderanno eventuali cambi di date in base alle esigenze dei partecipanti.

## **Quota di partecipazione: 95 euro**

La quota comprende:

lezioni come da programma, assicurazione infortuni, uso dell'attrezzatura (imbraghi, scarpette, moschettoni, corde...) e ingresso gratuito alla palestra durante periodo del corso.

Per partecipare è necessario essere tesserati UISP - Ferrara Climb

**Per ulteriori informazioni e iscrizioni:**

**GIORGIO tel. 348-6434113**

**STEFANO tel. 329-1055042**

email [info@ferraraclimb.it](mailto:info@ferraraclimb.it)

*NB: eventuali lezioni o uscite perse durante il corso, potranno essere recuperate accordandosi direttamente con gli istruttori.*

*Per esigenze particolari di giorni e orari contattateci tranquillamente*

---

**A.S.D. "Ferrara Climb" Palestra di ARRAMPICATA**

**Viale Krasnodar 112-114**

*(presso Scuola Media "De Pisis" Ferrara)*

*Orari di apertura:*

*Dal Lunedì al Venerdì : 17,00 – 23,00*

50 vie di varie difficoltà, zona boulder, oltre 1000 prese!

Corsi per principianti ed attività libera per esperti  
con l'assistenza degli istruttori FASI e della Scuola di Alpinismo  
"Angela Montanari" del Club Alpino Italiano