



CORSO DI ARRAMPICATA

Febbraio - Marzo 2023

- CORSO BASE

Il corso base di arrampicata costituisce una tappa fondamentale, sia per chi vuole avvicinarsi alla pratica della pura arrampicata sportiva, sia per chi intende avvicinarsi all'arrampicata in ambiente naturale. Il corso si compone di 7 lezioni teorico-pratiche in struttura artificiale. Le lezioni si terranno presso la palestra Ferrara Climb dove saranno illustrate le tecniche fondamentali di progressione ed assicurazione per l'arrampicata.

ISCRIZIONI ENTRO IL 28 FEBBRAIO

Calendario delle lezioni *		
orario 20:45 - 22:15	orario 20:45 - 22:15	Tipo lezione/sede
Mercoledì 1 marzo	Martedì 28 febbraio	<i>Tecnica / palestra</i>
Lunedì 6 marzo	Giovedì 2 marzo	<i>Tecnica / palestra</i>
Mercoledì 8 marzo	Martedì 7 marzo	<i>Tecnica / palestra</i>
Lunedì 13 marzo	Giovedì 9 marzo	<i>Tecnica / palestra</i>
Mercoledì 15 marzo	Martedì 14 marzo	<i>Tecnica / palestra</i>
Lunedì 20 marzo	Giovedì 16 marzo	<i>Tecnica / palestra</i>
Mercoledì 22 marzo	Giovedì 23 marzo	<i>Tecnica / palestra</i>

* le lezioni potranno essere svolte anche in giorni diversi. Al primo incontro si concorderanno eventuali cambi di date in base alle esigenze dei partecipanti.

Quote di partecipazione:

- **Corso Base: 95 €**

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

Per iscriversi è necessario passare in palestra, compilare il modulo di partecipazione e versare una caparra di 20 €

*Per partecipare è necessario essere tesserati UISP - Ferrara Climb
La tessera (validità annuale e costo 15 euro) si richiede direttamente in
palestra*

Per ulteriori informazioni e iscrizioni:

STEFANO tel. 329-1055042

email 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 :18,00 – 22,30

50 vie di varie difficoltà, zona boulder, oltre 1000 prese!
Corsi per principianti ed attività libera per esperti
con l'assistenza degli istruttori FASI