



## **CORSO DI ARRAMPICATA**

*Maggio 2018*

### **- 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 4 MAGGIO**

<b>Calendario delle lezioni *</b>		
<b>orario 20,30 - 22,00</b>	<b>orario 19,30 - 20,30</b>	<b>Tipo lezione/sede</b>
Lunedì 7 maggio	Martedì 8 maggio	<i>Tecnica / palestra</i>
Mercoledì 9 maggio	Giovedì 10 maggio	<i>Tecnica / palestra</i>
Lunedì 14 maggio	Martedì 15 maggio	<i>Tecnica / palestra</i>
Mercoledì 16 maggio	Giovedì 17 maggio	<i>Tecnica / palestra</i>
Lunedì 21 maggio	Martedì 22 maggio	<i>Tecnica / palestra</i>
Mercoledì 23 maggio	Giovedì 24 maggio	<i>Tecnica / palestra</i>
Mercoledì 30 maggio	Martedì 29 maggio	<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 €** (minori e studenti 85 €)

*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.*

*N.B. Per iscriversi è necessario recarsi presso la palestra di arrampicata e compilare il modulo di adesione versando una caparra di 20 €*

Per partecipare è necessario essere tesserati UISP - Ferrara Climb

**Per ulteriori informazioni e iscrizioni:**

**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