

## **Attrezzatura:**

Per l'attività in ambiente è richiesta ai partecipanti la normale attrezzatura alpinistica personale per percorsi su terreno roccioso e ferrata:

-

imbrago basso

Casco

moschettoni a ghiera di tipo HMS

cordini e fettucce

kit ferrata omologato;

mezzi guanti da ferrata (consigliati)

I

I seguenti materiali specifici verranno forniti dall'organizzazione del corso:

- corda intera o uno spezzone di corda intera di 30/35 mt;
- kit ferrata ad un ramo auto-costruito (vedi dispensa progressione in conserva con minori

Verranno formate cordate da due AAG ed a turno verranno scambiati i ruoli nella cordata; il kit da ferrata ad un ramo auto costruito sarà utilizzato da chi contestualmente ha il ruolo di capocordata

## **Programma (di massima, soggetto a variazioni):**

### **sabato 23 settembre 2017**

ore 14,30 – Ritrovo hotel (comunicazione successiva), comune di Castelmezzano (Pz) e registrazione dei partecipanti;

ore 15,30-19,30 -Inizio lavori, partenza verso la ferrata Marcirosa , presentazione dell'aggiornamento e presentazione pratica delle tecniche più idonee per l'accompagnamento di minori in ferrata;

ore -20,00 – Cena in rifugio, serata libera.

### **domenica 24 settembre 2017**

ore 7,00 – colazione

ore 08,00 – partenza verso la ferrata Salemmi i. Inizio esercitazione sui vari tratti di ferrata, Durante il percorso ogni componente della cordata, a rotazione, metterà in pratica le tecniche di conduzione presentate sabato.

ore 16,00 Rientro in albergo, scambio di valutazioni sull'attività svolta, saluti e fine lavori