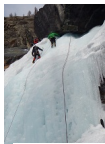


## NOVITA'



**I corsi forniscono le basi per l'arrampicata in sicurezza su cascate di ghiaccio di una o più lunghezze di corda;**

**le lezioni (teoria e pratica) introducono all'utilizzo dell'attrezzatura, alle tecniche di sicurezza e alle tecniche fondamentali ed evolute di progressione su ghiaccio.**

### **Cascate di ghiaccio - Corso base**

- **arrampicata su cascate di ghiaccio di una lunghezza di corda;**
- **uso dell'attrezzatura;**
- **tecniche di sicurezza;**
- **tecniche di arrampicata su ghiaccio (fondamentali).**

**Numero partecipanti: max 5**

### **Cascate di ghiaccio - Corso avanzato**

- arrampicata su cascate di ghiaccio di più lunghezze di corda;
- tecniche di sicurezza;
- tecniche di arrampicata su ghiaccio (evolute).

**Numero partecipanti: max 3**

Durata dei corsi: 3 giorni

**Periodo: Gennaio/Marzo 2020**

**Per ulteriori informazioni: Tel. 331 870 3582 - [info@sardegnaverticale.it](mailto:info@sardegnaverticale.it)**

***Le iniziative sono riservate ai soci tesserati***