

NOVITA'



Corsi di Introduzione e di 1° livello di Torrentismo;

i corsi sono rivolti a quanti volessero iniziare a praticare Canyoning in sicurezza, apprendendo le nozioni fondamentali per una buona formazione tecnica individuale.

Torrentismo - Introduzione

Il corso (teoria e pratica) fornisce le nozioni base per affrontare la discesa di forre semplici.

Argomenti trattati:

- **materiali ed equipaggiamenti di base;**
- **nodi fondamentali;**
- **ambiente forra;**
- **tecniche fondamentali di progressione su corda e su mancorrenti.**

Numero partecipanti: max 6

Periodo: Settembre/Dicembre 2019

Durata: 2 giorni

Torrentismo - 1° livello

Il corso (teoria e pratica) fornisce le nozioni fondamentali per muoversi al meglio nell'ambito di una forra, apprendendo le tecniche individuali necessarie per affrontare un percorso torrentistico, sia a secco che acquatico.

Argomenti trattati:

- materiali e d equipaggiamenti;
- nodi;
- movimentazione in forra: arrampicata, disarrampicata, terreno scivoloso;
- tecniche di progressione su corda (frazionamenti e deviatori, mancorrenti, teleferica);
- tecniche base di emergenza e autosoccorso;
- acqua viva: movimentazione, nuoto, tuffi e toboga;
- meteorologia di base e rischio da piene in forra.

Numero partecipanti: max 6

Periodo: Settembre/Dicembre 2019

Durata: 5 giorni

Per ulteriori informazioni: Tel. 331 870 3582 - info@sardegnaverticale.it

Le iniziative sono riservate ai soci tesserati