

CLUB ALPINO ITALIANO



SOCIETA' ESCURSIONISTI MILANESI

Via A.Volta 22 – MILANO

Telefono: 02-653842

e-mail: segreteria@caisem.org

<http://www.caisem.org>

SCUOLA di ALPINISMO e SCIALPINISMO "SILVIO SAGLIO"

e-mail: scuola4s@caisem.org

15° CORSO di CASCATE di GHIACCIO (2008/2009)

Programma uscita pratica del 10-11 gennaio 2009

Ritrovo e partenza **sabato mattina ore 6:30** nel **parcheggio De Agostini in via Montefeltro a Milano** (nei pressi dell'uscita Autostradale Milano Certosa).

<http://maps.google.it/maps?f=q&hl=it&geocode=&q=via+Montefeltro+Milano&ll=41.442726,12.392578&sspn=8.841901,22.763672&ie=UTF8&ll=45.502076,9.130926&spn=0.016934,0.039053&z=15&q=via+Montefeltro+Milano&iwloc=addr>

Si raccomanda la massima puntualità!

Destinazione: Valle dell'Orco (Noasca)

Programma didattico (consigliato) 1° Giorno

- Ripasso nodi e manovre (soste, auto-assicurazione, freni, assicurazione dinamica).
- Utilizzo degli attrezzi: piccozze, ramponi, chiodi.
- Tecnica di arrampicata su ghiaccio.
- Pratica di arrampicata su ghiaccio in monotiri con moulinette.

Programma didattico (consigliato) 2° Giorno

- Pratica di arrampicata su ghiaccio in monotiri con moulinette.
- Manovre e gestione della cordata su cascata.
- Corda doppia, soste e doppie su abalakov, doppia con recupero del chiodo.

Pernottamento: **Bar/Hotel Gran Paradiso P.za di Noasca - tel 340 4729334**
costo 29.00€ 1/2 pensione con 1° colazione

Recapiti Istruttori per l'uscita:

Lucchini	Fabrizio	334 6250865
Valgattarri	Guido	347 9033781
Cordara	Simone	340 6866082
Gaggianese	Luca	328 9563528
Matoga	Kata	339 5437507
Tortarolo	Massimo	338 7259709