

# Corso di arrampicata sportiva

## MATERIALI DA ACQUISTARE PER PARTECIPARE AL CORSO

*Imbrago basso omologato per uso alpinistico*

*Scarpette da arrampicata*

*Casco per alpinismo omologato*

*2 moschettoni con ghiera di tipo a "D" per uso alpinistico*

*1 moschettone a ghiera di tipo a "PERA" per uso alpinistico*

*1 anello di cordino di tipo "DYNEMA" oppure "KEVLAR" (lunghezza circa 1.8 m) per uso alpinistico*

## RACCOMANDAZIONI

*1. L'imbrago deve essere comodo, deve chiudere bene la vita ed i cosciali non devono essere troppo larghi*

*2. Le scarpette non devono essere esageratamente strette, ma neppure troppo comode: devono "risucchiare" bene il piede ma senza fare male.*

*3. Il casco deve calzare bene*

**I  
m  
a  
t  
e  
r  
i  
a  
l**

*mani e piedi  
di riserva ?*

aiuto !