



Aggiornamento Tecnico Soci



sabato 8 maggio 2010

Generalità:

Una giornata di pratica delle tecniche per mettere in **sicurezza** i compagni di escursione. Non è un corso roccia abbreviato, ma un'esercitazione sulle manovre fondamentali utili per chi accompagna altre persone (amici, familiari) che si trovano in difficoltà su qualche passaggio in roccia.

E' rivolto in particolare ai **Direttori di Gita** e a tutti i Soci – Escursionisti Esperti – che vogliono apprendere o ripassare l'uso elementare della corda.

Programma:

Ritrovo sabato 8/5 h. 8.00 p.le Lotto davanti a Lido: su auto private a Lecco e Rancio, via Quarto. Di qui in 15' si raggiungono le Placchette di S.Martino, dove si svolgeranno le esercitazioni su:

- Esecuzione dei nodi fondamentali e di un imbraco di emergenza
- Posa di una corda fissa
- Autoassicurazione
- Assicurazione del secondo con mezzo barcaiolo e a spalla
- Calata di un compagno
- Discesa in corda doppia
- Assicurazione su via ferrata

Attrezzatura:

Abbigliamento pile giacca a vento, **scarponcini**. Pranzo al sacco.

Graditi ma non obbligatori imbraco, cordino e 2 moschettoni a ghiera, discensore.

Direzione: Commissione Gite Sociali

Iscrizioni:

Riservata ai Soci, il giovedì sera in sede, a cura di

Lorenzo Dotti tel. (sera) 024694555 e-mail : lorenzo.dotti@fastwebnet.it

Costi Soci SEM € 3, CAI € 4 per spese organizzative. Condivisione spese auto