



Corso Base-Intermedio-Avanzato

6 Maggio 2018



Uscita aperta a genitori, parenti e amici Falesia di Montestrutto - Settimo Vittone (Ivrea)



INTERESSE ESCURSIONE

Tecnico - Ludico - Didattica

Impareremo a realizzare i nodi principali e l'imbrago di emergenza. Muoveremo i primi passi su roccia, impareremo l'uso della corda doppia e delle corde fisse e ci divertiremo con il percorso avventura.

ATTIVITÀ PREVISTA

La falesia si trova tra vigneti e ulivi e si raggiunge facilmente dal parcheggio attraversando un grande prato, dove si trova anche un bar.

Il luogo si presta benissimo ad una giornata con le famiglie, all'insegna del gioco e del divertimento.

A seconda delle esperienze pregresse dei ragazzi, a ciascun gruppo verranno proposte attività che consentiranno di apprendere e/o migliorare le conoscenze e la tecnica dell'assicurazione e della progressione su roccia, imparando innanzitutto le regole che consentono lo svolgimento di questa attività nel pieno rispetto delle indispensabili condizioni di sicurezza.

Ai ragazzi più piccoli verrà anche proposto il percorso avventura recentemente realizzato nell'area adiacente alla falesia.

Anche i genitori potranno cimentarsi con l'arrampicata e divertirsi, se lo vorranno, con il percorso avventura!

Termineremo la giornata con una merenda a base di pane e nutella offerta dagli Accompagnatori!

COME RAGGIUNGERE LA FALESIA

Percorrendo la SS26 nel tratto tra Ivrea e Quincinetto si trova il Comune di Settimo Vittone: provenendo da Milano prendere la Torino-Aosta e uscire a Quincinetto. Poco dopo l'abitato di Settimo c'è la frazione di Montestrutto; molto evidente accanto alla statale vi è una centrale elettrica dietro la quale corre parallela una strada (cartello indicatore: Montestrutto) che immette nel parcheggio del prato sotto le pareti ben visibili.

Una bella occasione di stare insieme imparando le tecniche di arrampicata, le manovre di corda e l'uso delle corde fisse

PROGRAMMA

Andata

Ritrovo: **Piazzale Lotto – ore 7:10**

Partenza: **Puntuali – ore 7:30**

Ritorno

Arrivo: **Piazzale Lotto – ore 19:30 circa**

Mezzo di trasporto: **Pullman privato o auto proprie**

N.B.: Per chi utilizza mezzi propri il ritrovo a Montestrutto è alle ore 9:30

Riferimenti: **Alessandra - Thea**

COSTI

- Per coloro che usufruiranno del pullman: **€ 10,00**
- Per i genitori o i ragazzi non iscritti al corso che volessero cimentarsi con il percorso avventura la quota è di **€ 10,00**
- Per tutti i non soci Cai è necessario attivare una assicurazione obbligatoria al costo di **€ 5,00**

ISCRIZIONI

Entro domenica 29 aprile 2018

Si prega di confermare/disdire **IN OGNI CASO** la partecipazione di **TUTTI GLI ISCRITTI** alla data dell'8 aprile o di comunicare nuove adesioni rispondendo via mail

EQUIPAGGIAMENTO

Abbigliamento per il viaggio:

Calzettoni, pantaloni lunghi, maglietta (meglio se traspirante), pile, scarponcini, cappellino con visiera, scarpe da ginnastica per arrampicare.

Nello zaino:

Giacca a vento, un ricambio completo di vestiario, berretto di lana, cappellino con visiera, guanti, occhiali da sole, crema solare protettiva, borraccia (piena), sacchetto per immondizie, block notes, una penna, cordino e moschettoni, tessera Cai, fotocopia tessera sanitaria, pranzo al sacco.

Da lasciare in pullman:

Scarpe di scorta, un ricambio completo di vestiario

Equipaggiamento: (per chi li possiede)

Caschetto, imbrago, scarpe da arrampicata