



## CLUB ALPINO ITALIANO

Scuola Intersezionale Umbra di Alpinismo e Sci Alpinismo "G. Vagniluca"

### CORSO AR1 – primavera 2009

#### LEZIONI TEORICHE

(le lezioni teoriche sono aperte a tutti i soci del CAI. Quelle domenicali si svolgono al termine delle esercitazioni pratiche, quelle infrasettimanali si svolgono nella sede CAI della località indicata, con l'eccezione della lezione "il movimento per l'arrampicata" che si svolge a S. Giustino presso il centro sportivo "Peter Pan")

argomento	data	ora	località	relatore
Materiali per l'alpinismo	4-mag	21.00	Foligno	Sandro Pierbattisti
Storia dell'alpinismo	10-mag	16.00	Pale	Marco Geri
Il movimento per l'arrampicata	13-mag	17.00	S. Giustino	Marco Geri
Preparazione di una salita	17-mag	16.00	Colle Tordina	Mirco Ranocchia
Tecniche di assicurazione	28-mag	21.00	Gubbio	Roberto de Bennisuti
	11-giu	21.00	Perugia	Pierluigi Meschini
Topografia e orientamento	28-mag	21.00	Perugia	Roberto Monsignorini
	11-giu	21.00	Gubbio	Marco Geri
Allenamento e alimentazione	4-giu	21.00	Gubbio	Alessandro Pascolini
	4-giu	21.00	Perugia	Francesco Brunelli
Ambiente alpino e geologia	20-giu	17.00	Dolomiti	Anna Bigozzi

#### USCITE PRATICHE

data	località	argomento
10-mag	Pale	Tecnica di arrampicata
17-mag	Colle Tordina	Corda doppia
31-mag	Falcioni	Progressione della cordata
7-giu	Balza della Penna	Vie di più tiri
	Monte Nerone	
	Gelagna	
20-giu	Dolomiti	Vie in ambiente
21-giu	Dolomiti	Vie in ambiente