

# CORSO ARRAMPICATA su GHIACCIO

## VAL BADIA - DOLOMITI

Il mondo delle cascate di ghiaccio è quanto di meglio lo scalatore possa immaginare; la gestualità dell'arrampicata unita all'ambiente affascinante della montagna invernale innevata.

Grazie alle attrezzature oggi disponibili ed alle nuove tecniche di progressione l'arrampicata su cascata di ghiaccio può essere praticata da tutti coloro che vogliono vivere forti emozioni a stretto contatto con la natura.



### PROGRAMMA:

**1° giorno:** materiali moderni da arrampicata su ghiaccio, norme comportamentali e di sicurezza da osservare, effettuazione di monotiri su diverse conformazioni di ghiaccio.

**2° giorno:** tecnica di arrampicata, ancoraggi su ghiaccio, chiodatura, soste, abalakov, discesa in corda doppia.

**3° giorno:** salita di un cascata di più lunghezze di corda dove metteremo in pratica quanto appreso nei giorni precedenti.

*Per motivi organizzativi o dovuti alle condizioni meteorologiche il programma potrà subire alcune piccole variazioni.*

### INFO:

**MARCO KULOT | Guida Alpina UIAGM/IFMGA**

Tel. + 39 347 232 1481 | Email: marco.kulot@liberamentemontagne.it

### SCHEDA

**Attività:** arrampicata su cascate di ghiaccio

**Difficoltà:**  
principiante – intermedio

**Periodo:** dicembre-marzo

**Quota:** € 340,00/pers.  
(con 4 partecipanti)

### **Cosa portare:**

- casco e imbrago
- scarponi da montagna ramponabili
- termos
- doppio paio di guanti
- bastoncini da trekking
- zaino 30-35 l

### **La quota comprende:**

- accompagnamento da parte di Guida Alpina UIAGM/IFMGA;
- uso del materiale comune (corde, moschettoni, ecc.)

### **La quota non comprende:**

- trasporti, impianti di risalita, pasti e pernottamenti;
- noleggio attrezzatura individuale (casco, imbrago, piccozze e ramponi)
- quanto non espressamente specificato a "La quota comprende".