



Club Alpino Italiano

Scuola di Alpinismo

Romagna Verticale

Sezioni CAI di Cesena, Faenza, Forlì, Imola, Ravenna

CORSO DI ARRAMPICATA LIBERA SU ROCCIA DI PRIMO LIVELLO AL1 - 2026

Obiettivi generali: il corso prevede l'insegnamento delle nozioni e delle tecniche per praticare in modo consapevole l'arrampicata in falesie di roccia attrezzate. È un corso base dove però, data l'attività praticata, è richiesto un buono stato di forma fisica e di predisposizione atletica.

PROGRAMMA:

Lezioni teoriche e teorico/pratiche

1. **Martedì 17 Marzo 2026: Sede CAI Cesena:** Presentazione corso, Conoscenza degli allievi, motivazioni, cos'è il CAI. Conoscenza materiali.
2. **Venerdì 20 Marzo 2026: Palestra indoor:** Propedeutica del movimento e approccio al verticale. La tecnica individuale in arrampicata, le progressioni fondamentali.
3. **Martedì 24 Marzo 2026:** Storia dell'arrampicata e accenni di Geologia applicata all'arrampicata. (Sede cai)
4. **Sabato 28 Marzo 2026:** Caratteristiche ed utilizzo dei Materiali. Nodi e legature.
5. **Sabato 25 aprile 2026:** Scale delle difficoltà e lettura di una guida.
6. **Da definire (dopo il 26 Aprile):** Cena di fine corso con briefing e consegna attestati partecipazione.

Le lezioni si terranno presso una sede CAI delle Sezioni patrocinanti la Scuola che verrà comunicata ai partecipanti prima dell'inizio del corso.

Lezioni pratiche in ambiente

1. **Sabato 28 e Domenica 29 Marzo 2026: Tanaccia (RSM) Saiano (Valmarecchia RN).** Catena d'assicurazione e metodi di assicurazione. Gestione del monotiro. Esercizi su progressioni fondamentali in parete.
2. **Sabato 11 e Domenica 12 Aprile 2026: Falesie marchigiane.** Ancoraggi e soste. Tecniche di assicurazione. Progressioni fondamentali ed evolute su roccia.
3. **Sabato 25 e Domenica 26 Aprile: Val d'Adige (VR) o Arco (TN).** Utilizzo freni e bloccanti, prova di volo.

N.B. le destinazioni delle uscite potranno subire variazioni di destinazioni in funzione delle previsioni metereologiche

Per ulteriori informazioni rivolgersi a:

DIRETTORE: Mattia Buldrini (IAL) Cel. 333 2489409 - mattiabul80@gmail.com

SEGRETERIA: Samuele Mazzolini (INAL) Cel. 348 9363193 – mazzolinisamuele@gmail.com

MODALITA' DI ISCRIZIONE

Per l'iscrizione al corso è necessario rivolgersi al referente della Scuola Romagna Verticale della





ROMAGNA VERTICALE

Club Alpino Italiano

Scuola di Alpinismo

Romagna Verticale

Sezioni CAI di Cesena, Faenza, Forlì, Imola, Ravenna

propria Sezione CAI e precisamente:

CAI CESENA: Erica Ricci 353 420 5840 - erica.ricci1@gmail.com

CAI FAENZA: Serghej Regnoli 335 330 672 - serghej.r@alice.it

CAI FORLÌ: Michael Strazza 340 352 9425 – michael-90@hotmail.it

CAI IMOLA: Andrea Bonaccorso 349 361 3088 - andrea.bonaccorso5@gmail.com

CAI RAVENNA: Andrea Lorenzetti 349 713 3947 - ilgrandelorenz@gmail.com

QUOTA DI ISCRIZIONE: € 350,00

Scadenza iscrizione 20/02/2026 o ad esaurimento posti disponibili.

La quota di iscrizione al corso comprende la partecipazione a tutte le lezioni teoriche e pratiche, il materiale didattico relativo al corso, l'utilizzo del materiale della Scuola.

Non comprende: i costi personali di trasporto, vitto, pernottamenti, eventuali impianti di risalita e il materiale personale richiesto dalla Direzione del corso che sarà specificato nella prima serata di presentazione del corso.

