

Corso base di arrampicata sportiva: dall'indoor alla natura

cosa	www.giorivolta.eu Questo corso è rivolto a coloro che intendono avvicinarsi alla pratica dell'arrampicata, intesa come progressione su parete indoor o su roccia. Le 4 lezioni di due ore ciascuna si svolgeranno in palestra indoor. Gli argomenti trattati riguardano le tecniche di progressione e la sicurezza. Un'uscita finale sarà fatta in ambiente su roccia: sole e caldo assicurati!
quando	Lezioni indoor dalle 19,30 alle 21,30: 24/11 29/11 6/12 13/12 La data outdoor verrà concordata con i partecipanti
dove	In un centro di arrampicata in zona Milano
info	Giovanni Rivolta, Guida Alpina 349.6730776 info@giorivolta.eu www.giorivolta.eu
con	Procurarsi scarpette d'arrampicata e vestiario comodo
quanti	Minimo 3 massimo 5 persone per massimizzare l'apprendimento
costo	170€ a testa per l'intero corso: include l'uso dei materiali (corda, rinvii, imbrago, caschetto) e l'assicurazione in caso d'infortunio. Non comprende l'ingresso in palestra, mezzi e costi di trasporto per la giornata in ambiente che sono a carico dei partecipanti.



Corso base di arrampicata sportiva: dall'indoor alla natura

Giovanni Rivolta Guida Alpina
3496730776 info@giorivolta.eu
www.giorivolta.eu