

MONTAGNA: ASD GRAN SASSO ORGANIZZA CORSO CRAMPONAGE E PICCOZZA

22 Gennaio 2018



L'AQUILA - Presentazione del corso di Cramponage e tecnica classica della piccozza organizzato dall'Asd Respira il Gran Sasso, domani, martedì 23 gennaio 2018 alle 18,30 nella sala conferenze del Coni in via Montorio al Vomano, all'Aquila.

Tra le varie attività invernali che la montagna ci offre - dicono gli organizzatori - la possibilità di camminare su terreno innevato mediante il corretto uso di ramponi e piccozza sta alla base di qualsiasi altra forma di esercizio che vogliamo mettere in pratica.

Durante la camminata, l'equilibrio risulta essere la componente principale; quando un disequilibrio avviene su un terreno dove non è consentito un veloce recupero, allora le conseguenze possono essere molto gravi. Questo è il motivo per cui dobbiamo dedicare alla camminata sul terreno ghiacciato una particolare attenzione, nell'analisi del gesto e della sua esecuzione. Progredire con i ramponi in modo corretto è il modo migliore per prevenire incidenti, oltre che per risparmiare energie preziose.

Attraverso l'insegnamento di Guide Alpine di provata esperienza - continuano gli organizzatori - vi porteremo a conoscere il corretto utilizzo dell'attrezzatura, la tecnica di piedi e con la piccozza. Allo stesso tempo vivrete dei momenti di divertimento e di socialità unici, entrando in contatto con persone che condividono la vostra stessa passione.

Il corso si svolgerà in due giornate, 11 e 18 febbraio, o in un weekend unico e si terrà sul Gran Sasso. La scelta precisa della località e delle date verrà concordata tra gli iscritti e la guida di riferimento che verrà loro assegnata.