

Associazione Culturale e Sportiva Dilettantistica Francesco d'Assisi

OBIETTIVI CORSO DI ARRAMPICATA PER BAMBINI E RAGAZZI

Il 16 gennaio 2016, presso la sede centrale dell'Istituto Oriani, si è svolta l'inaugurazione delle due pareti di arrampicata sportiva, costruite nell'ambito del progetto "Sport e legalità" della Presidenza del Consiglio: la parete **Zante** e la parete **Pisa**. La parete di via Zante è stata dedicata a Felicia Novelli, docente di educazione fisica all'Oriani dal 1988 al 2007.

L'Istituto Oriani ha messo a disposizione del territorio queste nuovissime strutture e l'Associazione ha deciso di valorizzarle offrendo questo meraviglioso corso destinato ai bambini, ai ragazzi ed agli adulti.

L'obiettivo principale è consentire agli iscritti di apprendere le nozioni e le tecniche necessarie per condurre autonomamente percorsi di arrampicata.

CONTENUTO DEL CORSO

Il corso prevede lezioni teoriche ed esercitazioni pratiche.

Le prime illustreranno le caratteristiche e le modalità d'uso dei materiali, i metodi di assicurazione e la tecnica di arrampicata.

Le seconde consentiranno:

- di acquisire la necessaria confidenza con gli strumenti e le tecniche di assicurazione;
- di provare i movimenti ed i gesti tecnici, necessari affrontare pareti di roccia;
- di eseguire il necessario allenamento dei muscoli coinvolti nell'esercizio di arrampicata.

INFORMAZIONI SUGLI ISTRUTTORI

Le lezioni saranno impartite da istruttori qualificati associati al Club Alpino Italiano (CAI).