

– MOMENTI FORMATIVI –

AVVICINAMENTO ALLE VIE FERRATE

MAGGIO 2025



ESCURSIONISMO CAI BERGAMO



Informazioni generali

Il percorso di avvicinamento alle vie ferrate è finalizzato alla comprensione e alla pratica consapevole e sicura di tali itinerari.

Comprende **3 serate formative e 3 uscite in ambiente.**

Requisiti di ammissione

- Si richiede una preparazione psico-fisica adeguata per affrontare un'attività motoria impegnativa e prolungata, sia per gli arti inferiori che superiori e assenza di vertigini. **Saranno forniti dettagli sull'attrezzatura e sull'abbigliamento obbligatori.**
- È necessario essere iscritti al CAI e avere regolarizzato il tesseramento per l'anno in corso.
- È richiesta l'età minima di 18 anni.



SERATE TEORICHE FORMATIVE

Mercoledì 7 maggio:

- Presentazione del percorso
- Panoramica storica sulle vie ferrate
- Informazioni sull'attrezzatura necessaria

Mercoledì 14 maggio:

- Approfondimento sull'utilizzo dell'attrezzatura e sui materiali
- Dimostrazione pratica di vestizione
- Illustrazione dei nodi essenziali

Mercoledì 21 maggio:

- Tecniche di progressione in ferrata
- Utilizzo dei materiali che costituiscono la catena di sicurezza

**Le serate formative si terranno al Palamonti,
sede del CAI Bergamo, alle ore 20:45.**

USCITE PRATICHE IN AMBIENTE

Le località saranno comunicate durante le serate informative.

- **Domenica 18 maggio** – sentiero attrezzato
- **Domenica 25 maggio** – via ferrata
- **Domenica 8 giugno** – via ferrata

**Il programma potrà subire variazioni causa meteo, a
discrezione degli organizzatori.**



Quota d'iscrizione 160€ comprensiva di:

- Materiale didattico
- Serate formative
- Spese di viaggio in pullman per le uscite in ambiente (non si accettano trasferimenti con mezzi propri)

Saranno considerati iscritti coloro che hanno versato la quota prevista.

Apertura iscrizioni: 1 aprile 2025

Chiusura iscrizioni: al raggiungimento del numero massimo di 30 iscritti

Iscrizioni: presso la segreteria del PALAMONTI (tel.: 035/4175475)

Oppure tramite BONIFICO BANCARIO:

IBAN IT27003069111661000000012394 c/o Intesa San Paolo, sede di Bergamo, intestato a CAI Sezione di Bergamo causale: nome, cognome, data di nascita – “Avvicinamento ferrate 2025” con contestuale invio alla segreteria della contabile di avvenuto pagamento

e-mail: segreteria@caibergamo.it

Contatti:

Michele 335 7118362

Gigi 347 2201603

