



Stage di avvicinamento all'Alpinismo

Gruppo Geki Arenzano

Mercoledì 4 ottobre – Sede CAI Arenzano Parco di Villa Mina

Andrea Parodi – “Alpinismo e Arrampicata” (20.45/22.30)

Mercoledì 11 ottobre – Palestra di Arrampicata Geki

Marco Colli - Materiali/preparazione salita/catena di sicurezza in via lunga (20.45/22.30)

Domenica 22 ottobre - Rifugio Argentea - manovre (nodi/doppie/ecc) mono e bi-tiri. Max.V



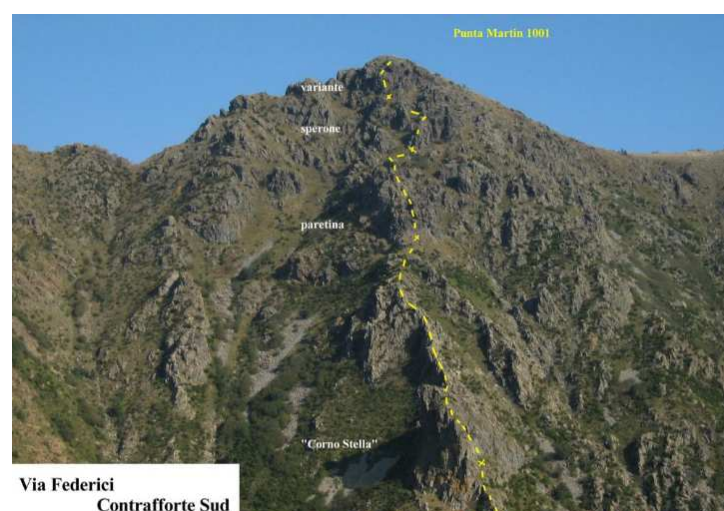
Dedichiamo la mattinata alle doppie e alle manovre dalle soste adiacenti al rifugio ed al pomeriggio arrampichiamo sul versante orientale del monte Argentea

Domenica 29 ottobre – Gita Sociale alla Cresta Est Bric Aguzzo (Cresta Mario) PD+/max IV



Cordate preformate in funzione dei capicordata disponibili

Domenica 5 novembre – Gita Sociale alla Cresta Federici a Punta Martin PD+/max III+



Cordate preformate in funzione dei capicordata disponibili