INMONT
Guide Alpine
Scuola di Alpinismo
Viaggi Avventura

Per info: info@inmont.it
Link: https://inmont.it/tours/corso-alta-montagna-creste-e-misto/

CORSO ALTA MONTAGNA - CRESTE E MISTO



Corso per muoversi in autonomia in alta montagna su vie di medio impegno

euro 490,00
a persona

Persone minime:

Livello di allenamento:Livello allenamento 3

Difficoltà:
3 Alta montagna

LINK ONLINE

Corso Alta Montagna Creste e Misto

L'**alta montagna**, **i ghiacciai, le creste e le vie di misto** richiedono una **conoscenza dell'ambiente**, **tecnica individuale** nell'uso dei ramponi e **metodi di sicurezza e legatura adeguati**.

Per questo Corso Alta Montagna Creste e Misto faremo **base in rifugio** con la formula delle **giornate consecutive**, scelta che ci consente di ottimizzare i tempi e di ottenere il miglior rendimento per quest'avventura in alta montagna.

DETTAGLI



L'**alta montagna, i ghiacciai e le creste nevose**, richiedono **tecnica individuale e metodi di sicurezza adeguati**.
Ancor di più queste tecniche diventano fondamentali con il crescere delle difficoltà e degli obiettivi: **creste affilate, vie di misto**, **pareti nord** sono il terreno di gioco del Corso Alta Montagna Creste e Misto.

Il **corretto uso di piccozza e ramponi**, la progressione in **conserva su ghiacciaio**, il **superamento di pareti di ghiaccio e misto**, argomenti studiati durante il corso base, saranno temi di ripasso e approfondimento. Apprendere tutto ciò durante il Corso Alta Montagna Creste e Misto ci permetterà di acquisire i fondamentali per la nostra progressione in sicurezza in questo terreno.



Affronteremo quindi i temi legati all'**arrampicata e alla sicurezza su creste di misto**, **pareti Nord** e la movimentazione in **ghiacciai complessi** e impegnativi con l'acquisizione delle conoscenze delle manovre di **recupero del compagno da crepaccio**. Nel rifugio approfondiremo argomenti più teorici quali la **topografia e l'uso del GPS**, la **scelta dell'itinerario** e il **pronto soccorso** come anche altri aspetti e argomenti più teorici come il vestiario da utilizzare in alta montagna, come mostra questo simpatico video.

La località verrà scelta in base alle condizioni e disponibilità e potrà variare fra i gruppi del **Monte Bianco** (Rif Torino) o del **Monte Rosa** (Rif Guide d'Ayas).

La **finalità del corso** è quella di apprendere le **nozioni necessarie per affrontare in sicurezza** e autonomia **ghiacciai complessi, creste aeree e pareti nord** (D/D+) come anche **salite in invernale di impegno** nelle montagne di quota più bassa.

Il corso si svolge su **tre giornate consecutive con pernottamento in rifugio.**

Requisiti per l'ammissione al corso: è necessario aver frequentato un **corso base di alta montagna** o possedere una **preparazione equivalente**.

CONDIZIONI

RITROVO

Verrà definito dalla Guida Alpina alcuni giorni prima

ABBIGLIAMENTO E ATTREZZATURA

Abbigliamento da alta montagna con pernotto in rifugio.
Imbracatura, ramponi, piccozza classica, casco.

RAPPORTO

1 : 3

INCLUSO NEL PREZZO

Materiale comune della cordata (corde, protezioni, …)

Attrezzatura personale quale casco, imbraco, ramponi, piccozza (qualora ne foste sprovvisti)

Tutti i costi della Guida Alpina

Servizi di Guida Alpina

Assicurazione recupero e soccorso

NON INCLUSO

Trasferimenti

Vitto e alloggio presso i rifugi

Impianti di risalita qualora previsti

Assicurazione personale, infortunio, annullamento viaggio, smarrimento bagaglio (consigliata)

Tutto ciò che non è specificato alla voce ‘incluso nel prezzo’

Nel caso di **modifica o annullamento dell’attività** come anche di **rinuncia da parte degli iscritti** vi invitiamo a prendere visione del regolamento inMont.

Regolamento

PROGRAMMA

Di seguito il programma di massima che seguiremo durante le giornate del corso.

Il corso è strutturato su tre giornate consecutive e faremo base in un rifugio in quota nei pressi di un ghiacciaio, il nostro terreno di gioco.
La scelta della meta verrà comunicata agli iscritti e dipenderà principalmente dalle condizioni dei ghiacciai e da quelle meteo.
Generalmente le località sono il Monte Rosa (rif Guide d’Ayas) o il Monte Bianco (rif Torino) ma vi sono numerose altre località adatte a questo corso.

Day 01

Una volta raggiunta la località saliremo verso il rifugio che diventerà la base per il nostro corso.
Dopo esserci sistemati per la nostra permanenza, avremo tutto il tempo necessario per ripassare i nodi e le legature tipici di questa disciplina.
Avremo anche la possibilità di effettuare un ripasso approfondito sui temi della scelta della traccia su ghiacciaio, del cramponage, delle soste, dell’uso delle protezioni durante la salita da primo su ghiaccio o misto e dei diversi metodi di sicura da utilizzare in questi frangenti.
Alla sera potremo anche affrontare temi teorici quali l’orientamento e la topografia con l’uso del GPS.

Pernottamento in rifugio

Day 02

Durante la seconda giornata, anche lungo un breve itinerario su cresta o parete, affronteremo nel dettaglio le corrette metodologie e

manovre da utilizzare per garantire la sicurezza della cordata durante la salita e la discesa.
Parleremo ancora di protezioni veloci e soste su neve, ghiaccio e roccia, della tecnica individuale di arrampicata con approfondimenti del cramponage e della piolet traction, delle corde doppie e delle calate nonché delle soste su neve e ghiaccio.

Ci inoltreremo anche in un ghiacciaio complesso e difficile, dovendo individuare la migliore traccia, provando e acquisendo la tecnica sufficiente a trattenere un'eventuale caduta del compagno nel crepaccio. Studieremo infine la complessa manovra del recupero da ghiacciaio.

Faremo quindi rientro nel pomeriggio tardo al rifugio dove potremo, dopo esserci rifocillati, approfondire i temi dell'autosoccorso e del primo soccorso.

Pernottamento in rifugio

Day 03

E' la giornata dedicata a una vera salita. Ove possibile e sicuro potrete essere anche voi a condurre la cordata lungo un semplice itinerario di cresta o attraverso una parete nord allestendo protezioni e soste sempre assistiti dalla Guida Alpina che vi accompagnerà passo a passo lungo questa salita.
E' la maniera migliore per apprendere: il poter condividere le scelte e le decisioni vi accrescerà rendendovi sempre più autonomi e sicuri per salite di maggior impegno lungo gli itinerari classici dell'alta montagna come anche delle salite invernali.

Faremo quindi rientro in valle e quindi a casa ma solo dopo esserci salutati con una birra in mano

Gli argomenti di massima che affronteremo durante queste giornate saranno i seguenti

Materiali

Imbracatura, casco, ramponi, piccozza classica e da piolet

Corda, moschettoni

Freni e ancoraggi (piastrina, secchiello, viti da ghiaccio, corpo morto, cordino di svincolo, …)

Sicurezza

Aspetti generali della sicurezza nella movimentazione su ghiacciaio complesso

Approfondimento su tutti gli argomenti trattati da un punto di vista legato alla sicurezza (oltre che alla funzionalità)

Il corretto uso di imbracatura, casco, ramponi, piccozze, legature, nodi, freni, e concetto di controllo reciproco

Progressione a tiri su terreno misto e neve, protezioni e ancoraggi su neve e soste

Corda doppia e calata

Tecnica individuale, auto-arresto e arresto del compagno

Manovra per il recupero del compagno da crepaccio

Tecnica individuale

Legatura in conserva della cordata, cordata di due, tre o più persone e progressione su ghiacciaio

Cramponage su terreno impegnativo e su misto/roccia – tecnica classica (passo elementare in piano e in diagonale, passo incrociato, passo incrociato sulla massima pendenza, passo misto, tecniche a punte frontali, tecnica di discesa, piolet traction)

Progressione a tiri su terreno misto e neve/ghiaccio, corda doppia

Soste su neve e ghiaccio, prove di trattenuta per scivolata e per caduta in crepaccio con relativa manovra di recupero

MATERIALI

Di seguito troverete l'indicazione per i materiali necessari.
La scelta che dovrete fare per il vestiario **dipenderà dalle previsioni meteo e dall'attività scelta**.

Apri la lista completa

Materiali Alta Montagna – Corsi

LUOGO

Una delle possibili mete del corso: Rif Torino – Monte Bianco