

## PROGRAMMA INVERNALE 2008

In montagna con la Guida Alpina - Maestro di Alpinismo

Roberto Vigiani Davide Benacci Cristian Balducci

### GENNAIO

**12/13 Corso di ghiaccio:** progressione tecnica classica e metodi di assicurazione di base con piccozza e ramponi. Il corso si svolgerà in Appennino e sarà subordinato alle condizioni della neve.

MINIMO 5 PARTECIPANTI

Quota di partecipazione 100€

**19/20 Corso di arrampicata su cascate di ghiaccio:** progressione tecnica in piolet-traction su ghiaccio ripido. Tecniche di scalata su cascate di ghiaccio e metodi di assicurazione. Il corso si svolgerà a Cogne (Valle D'Aosta) o in Val Varaita (Piemonte) ai piedi del Monviso.

*Prenotatevi con largo anticipo!*

**26/27 Freeride:** Due giorni dedicati alle discese fuoripista nel magnifico comprensorio "freeride paradise" situato sul massiccio del Monte Rosa...

### FEBBRAIO

**3-9-10-16-17 Corso di sci-alpinismo:** Il corso è dedicato a tutti coloro vogliono imparare le tecniche di salita e discesa in fuoripista. Durante le giornate saranno trattate oltre le tematiche specifiche dello sci alpinismo anche gli aspetti inerenti alla sicurezza (nivologia, valanghe, cartografia...) ed all'auto-soccorso in valanga (ricerca A.R.V.A.). In base alle condizioni di innevamento e meteo il corso si svolgerà con le prime tre uscite in Appennino e gli ultimi due giorni con una gita sulle Alpi con pernottamento in rifugio (da concordare comunque con i partecipanti).

MINIMO 5 PARTECIPANTI (il materiale necessario può essere reperito presso RVB sport)

Quota di partecipazione 250€

**23-24 Anello del Rondinaio e Monte Cimone:** Sci-alpinismo in Appennino, due salite nell'Appennino Modenese per testare l'allenamento e affinare la tecnica. Pernottamento in Rifugio o per i più temerari in tenda!

MINIMO 5 PARTECIPANTI

Quota di partecipazione 100€

### MARZO

**1-2 Valle Blanche e ghiacciaio del Tula** Per gli amanti del Freeride due discese mozzafiato nel cuore del Massiccio del Monte Bianco: 30 km di sci fuoripista con l'utilizzo della funivia più alta d'Europa.

Prenotazione obbligatoria entro il 17 febbraio.

**8-9 ancora FREERIDE:**

Questa volta visitiamo LA GRAVE una delle stazioni di riferimento per il freeride internazionale.

**15-16 fuoripista in Dolomiti:**

Emozionanti discese in quello che risulta il cuore delle Dolomiti: MARMOLADA e GRUPPO DEL SELLA. Infinite possibilità di discesa: da ampi e regolari pendii a stretti e ripidi canali che impegneranno il freerider più esigente il tutto sempre circondati da incantevoli paesaggi e meravigliosi spazi bianchi.

**15-16/22/29-30 Corso base di Arrampicata su roccia:**

Rivolto ai principianti. Tecniche di base e introduzione alle manovre di corda.

Cinque lezioni teorico-pratiche sui fondamentali dell'arrampicata sportiva svolta in ambiente naturale. MINIMO 5 PARTECIPANTI MASSIMO 8 (per un numero maggiore saranno impiegate 2 guide). Tutto il materiale necessario allo svolgimento del corso sarà fornito dagli organizzatori.

Quota di partecipazione 250€

**28-29-30 Corso di perfezionamento d'arrampicata:**

Tre giorni di Full immersion per capire e correggere la tecnica del movimento sulla roccia. Cureremo anche la parte tattica e psicologica dell'arrampicata con sistemi audiovisivi. Rivolto a chi già arrampica ma vuole migliorare. Luogo di svolgimento del corso Finale Ligure - Albenga

MINIMO 3PARTECIPANTI MASSIMO 6 (per un numero maggiore saranno impiegate 2 guide)

Quota di partecipazione 250€



## TRA MARZO ED APRILE

Sono in programmazione anche ride di scialpinismo come la famosa traversata **CHAMONIX-ZERMAT**: 3-5 giorni in immensi spazi glaciali, paesaggi mozzafiato e fantastiche discese.

Nell'ambito delle grandi ascensioni saliremo il trittico dello scialpinismo sui 4000m: **GRAN PARADISO, MONTE ROSA, MONTE BIANCO**

*Per le salite sopra indicate contattare direttamente le guide alpine che forniranno tutte le spiegazioni necessarie*

**NB** per questioni organizzative chiunque fosse interessato a queste iniziative è tenuto a mettersi in contatto con le **GUIDE PROROCK** entro il 28 Febbraio 2008

Le iniziative della **PROROCK** continuano: sempre nuove proposte in relazione alle condizioni meteo-nivologiche ed alle richieste che giungono

**IL PROSSIMO PROGRAMMA USCIRÀ ENTRO MARZO 2008**  
**RIMANETE AGGIORNATI CONSULTANDO IL NOSTRO SITO ED ISCRIVENDOVI ALLA MAILING LIST**  
**WWW.PROROCK.IT**

### PER INFORMAZIONI:

info@prorock.it

G.A. **ROBERTO VIGIANI** cell. 3488107789, roberto@prorock.it  
a.G.A. **DAVIDE BENACCI** cell. 3472991315, davide@prorock.it  
a.G.A. **CRISTIAN BALDUCCI** cell. 3355763967, cristian@prorock.it