



## CORSO ARRAMPICATA LIBERA MULTIPITCH AL2 2026 - PROGRAMMA

### Presentazione del corso

**lunedì 8 giugno CAI Edelweiss Viale Umbria 126 Milano ore 21**

### Lezioni teoriche in sede, ore 20:30

- gio 10/09 - Nodi e tecniche di assicurazione in falesia
- gio 17/09 - CdA e progressione della cordata
- gio 24/09 - Materiali e attrezzatura siti di arrampicata
- gio 01/10 - Traumatologia
- gio 08/10 - Storia dell'arrampicata
- gio 15/10 - Allenamento
- gio 22/10 - Chiusura del corso

### Lezioni in palestra, ore 20:30

- lun 14/09 - Tecnica di arrampicata 1
- lun 21/09 - Tecnica di arrampicata 2

### Uscite pratiche

- sab 12/09 - Uscita 1 Falesia
- dom 13/09 - Uscita 2 Multipitch
- sab 19/09 - Uscita 3 Multipitch
- sab 26/09 - Uscita 4 Multipitch e manovre
- sab 03/10 - Uscita 5 Multipitch e manovre
- sab 10/10 - Uscita 6 Multipitch