

**ARRAMPICATA LIBERA**

Utilizzo libero del muro di arrampicata dai 18 anni in su. Per iscriversi a questa attività è necessario conoscere le tecniche dell'arrampicata.

**Impianto:** Polo Sportivo Cravino - Via Bassi 11/13

**Periodo:** dal 5 settembre 2022 al 30 giugno 2023

**Giorni e orari di frequenza:** lunedì e mercoledì dalle 18,30 alle 22,00; martedì, giovedì e venerdì dalle 18,30 alle 21,30; sabato dalle 10,00 alle 13,00

**Apertura iscrizioni 01/09/2022**

**Istruttori:** Tancredi Cappa, Giovanni Novara

**Quota di partecipazione universitari:** € 150,00

**Quota di partecipazione esterni:** € 200,00

**Quota di partecipazione universitari da gennaio:** € 90,00

**Quota di partecipazione esterni da gennaio:** € 120,00

**Quota di partecipazione universitari da marzo:** € 60,00

**Quota di partecipazione esterni da marzo:** € 90,00

**Quota di partecipazione universitari da aprile:** € 40,00

**Quota di partecipazione esterni da aprile:** € 70,00

**Quota di partecipazione universitari da maggio:** € 20,00

**Quota di partecipazione esterni da maggio:** € 50,00

**Quota di partecipazione universitari mensile:** € 40,00

**Quota di partecipazione esterni mensile:** € 60,00

**ARRAMPICATA CORSO ADULTI BASE 10 LEZIONI BISETTIMANALE (max 8 posti a corso)**

Corso di 10 lezioni finalizzato all'insegnamento delle tecniche di arrampicata sportiva partendo dai primi rudimenti. Agli iscritti viene fornito l'imbrago, per le scarpette accordarsi con i tecnici.

**Impianto:** Polo Sportivo Cravino - Via Bassi 11/13

**Apertura iscrizioni corsi: SOLO ALLO SPORTELLO della Segreteria dalle 11,00 del 14/09/2022**

- 1° corso A dal 26/9/2022 al 26/10/2022

- 1° corso B dal 27/9/2022 al 27/10/2022

**Apertura iscrizioni corsi: SOLO ALLO SPORTELLO della Segreteria dalle 11,00 del 12/10/2022**

- 2° corso A dal 7/11/2022 al 12/12/2022 (no 7/12)

- 2° corso B dal 8/11/2022 al 13/12/2022 (no 8/12)

**Apertura iscrizioni corsi: SOLO ALLO SPORTELLO della Segreteria dalle 11,00 del 14/12/2022**

- 3° corso A dal 16/01/2023 al 15/02/2023

- 3° corso B dal 17/01/2023 al 16/02/2023

**Apertura iscrizioni corsi: SOLO ALLO SPORTELLO della Segreteria dalle 11,00 del 01/02/2023**

- 4° corso A dal 27/02/2023 al 29/03/2023

- 4° corso B dal 28/02/2023 al 30/03/2023

**Apertura iscrizioni corsi: SOLO ALLO SPORTELLO della Segreteria dalle 11,00 del 29/03/2023**

- 5° corso A dal 03/05/2023 al 05/06/2023

- 5° corso B dal 04/05/2023 al 08/06/2023 (no 1/6)

**Frequenza:**

(A) lunedì e mercoledì dalle 20,00 alle 22,00

(B) martedì e giovedì dalle 19,30 alle 21,30

**Istruttori:** Giovanni Novara (A), Tancredi Cappa (B)

**Quota di partecipazione universitari:** € 150,00

**Quota di partecipazione esterni:** € 200,00

*Al termine del primo corso gli iscritti potranno continuare ad utilizzare il muro di arrampicata il: lunedì e mercoledì dalle 18,30 alle 22,00; martedì, giovedì e venerdì dalle 18,30 alle 21,30; sabato dalle 10,00 alle 13,00, versando una quota di € 60,00 esterni, € 50,00 universitari.*

*Al termine del secondo corso la quota sarà di € 50,00 esterni, € 40,00 universitari.*

*Al termine del terzo corso € 40,00 esterni, € 30,00 universitari.*

*Al termine del quarto/quinto corso € 30,00 esterni, € 20,00 universitari*

### **ARRAMPICATA CORSO ADULTI BASE 10 LEZIONI MONOSETTIMANALE (max 8 posti a corso)**

Corso di 10 lezioni finalizzato all'insegnamento delle tecniche di arrampicata sportiva partendo dai primi rudimenti. Agli iscritti viene fornito l'imbrago, per le scarpette accordarsi con i tecnici.

**Impianto:** Polo Sportivo Cravino - Via Bassi 11/13

**Apertura iscrizioni corsi: SOLO ALLO SPORTELLO della Segreteria dalle 11,00 del 21/09/2022**

- 1° corso dal 30/09/2022 al 16/12/2022 (no 4/11 e 9/12)

**Apertura iscrizioni corsi: SOLO ALLO SPORTELLO della Segreteria dalle 11,00 del 11/01/2023**

- 2° corso dal 27/01/2023 al 31/03/2023

**Frequenza:** venerdì dalle 19,30 alle 21,30

**Istruttore:** Giovanni Novara

**Quota di partecipazione universitari:** € 150,00

**Quota di partecipazione esterni:** € 200,00

*Al termine del primo corso gli iscritti potranno continuare ad utilizzare il muro di arrampicata il: lunedì e mercoledì dalle 18,30 alle 22,00; martedì, giovedì e venerdì dalle 18,30 alle 21,30; sabato dalle 10,00 alle 13,00, versando una quota di € 50,00 esterni, € 40,00 universitari.*

*Al termine del secondo corso la quota sarà di € 30,00 esterni, € 20,00 universitari.*

### **ARRAMPICATA CORSO ADULTI AVANZATO 16 LEZIONI (max 6 posti a corso)**

Corso di 16 lezioni per chi ha fatto un corso base di arrampicata. Agli iscritti viene fornito l'imbrago, per le scarpette accordarsi con i tecnici.

**Impianto:** Polo Sportivo Cravino - Via Bassi 11/13

**Apertura iscrizioni corsi: SOLO ALLO SPORTELLO della Segreteria dalle 11,00 del 21/09/2022**

- 1° corso dal 05/10/2022 al 02/12/2022 (no 2/11 e 4/11)

**Apertura iscrizioni corsi: SOLO ALLO SPORTELLO della Segreteria dalle 11,00 del 18/01/2023**

- 2° corso dal 01/02/2023 al 24/03/2023

**Frequenza:** mercoledì e venerdì dalle 20,00 alle 21,30

**Istruttore:** Tancredi Cappa

**Quota di partecipazione universitari:** € 180,00

**Quota di partecipazione esterni:** € 220,00

*Al termine del primo corso gli iscritti potranno continuare ad utilizzare il muro di arrampicata il: lunedì e mercoledì dalle 18,30 alle 22,00; martedì, giovedì e venerdì dalle 18,30 alle 21,30; sabato dalle 10,00 alle 13,00, versando una quota di € 60,00 esterni, € 50,00 universitari.*

*Al termine del secondo corso la quota sarà di € 30,00 esterni, € 20,00 universitari.*

## **ARRAMPICATA dagli 8 ai 18 anni**

Per imparare i fondamentali dell'arrampicata sportiva, sia dal punto di vista della tecnica che della sicurezza. Massimo 18 partecipanti per giorno (corso base), massimo 16 partecipanti per giorno (corso avanzato).

Prelazione di iscrizione a quelli che hanno frequentato quest'anno per garantire la continuità.

### **Apertura iscrizioni 05/09/2022**

#### CORSO BASE dagli 8 ai 12 anni

**Impianto:** Polo Sportivo Cravino - Via Bassi 11/13

**Periodo:** dal 28 settembre 2022 al 31 maggio 2023

**Frequenza:** mercoledì e/o venerdì dalle 17,00 alle 18,00

**Istruttore:** Giovanni Novara

#### CORSO BASE dai 13 ai 18 anni (ultimo anno scuola secondaria di secondo grado)

**Impianto:** Polo Sportivo Cravino - Via Bassi 11/13

**Periodo:** dal 28 settembre 2022 al 31 maggio 2023

**Frequenza:** mercoledì e/o venerdì dalle 18,15 alle 19,15

**Istruttore:** Giovanni Novara

#### CORSO AVANZATO dagli 8 ai 12 anni

per i bambini che hanno frequentato il corso lo scorso anno o che sanno già arrampicare

**Impianto:** Polo Sportivo Cravino - Via Bassi 11/13

**Periodo:** dal 27 settembre 2022 al 30 maggio 2023

**Frequenza:** martedì e/o giovedì dalle 17,00 alle 18,00

**Istruttore:** Tancredi Cappa

#### CORSO AVANZATO dai 13 ai 18 anni (ultimo anno scuola secondaria di secondo grado)

per i bambini che hanno frequentato il corso lo scorso anno o che sanno già arrampicare

**Impianto:** Polo Sportivo Cravino - Via Bassi 11/13

**Periodo:** dal 27 settembre 2022 al 30 maggio 2023

**Frequenza:** martedì e/o giovedì dalle 18,15 alle 19,15

**Istruttore:** Tancredi Cappa

**Quota di partecipazione:** € 200,00 bisettimanale, € 140,00 monosettimanale

E' prevista una riduzione della quota di partecipazione annuale ai corsi di € 30,00 per ogni fratello o sorella ulteriormente iscritti ad un corso Under 18 (riduzione non applicabile sul monosettimanale).

Una volta effettuato il pagamento online indicare via email a [iscrizioni.cuspavia@unipv.it](mailto:iscrizioni.cuspavia@unipv.it) il giorno scelto (per il monosettimanale).