

PROGRAMMA 1° MODULO

- CALZATA IMBRACO E REGOLAZIONE
- REGOLAZIONE RAMPONI E MODALITA' DI CALZATA
- PASSI FONDAMENTALI (DIAGONALE- A CROCE- PUNTA PUNTA)
- UTILIZZO DELLA PICCOZZA (IN APPOGGIO PER PASSI FONDAMENTALI- IN TRAZIONE APPOGGIO E PIOLET-ACQUASANTIERA)
- PROCEDIMENTO DELLA CORDATA , DIFFERENZA TRA 2 E 3 COMPONENTI
- ASSICURAZIONE A SPALLA
- ASSICURAZIONE CON PICCOZZA
- TECNICHE DI DISCESA, (FACCIA A VALLE E FACCIA A MONTE)
- UTILITA' DI UN CHiodo DA GHIACCIO

PROGRAMMA 2° MODULO

- PROCEDIMENTO DI UNA CORDATA A 2 E A 3 COMPONENTI
- NODI A PALLA - ASPETTI POSITIVI E NEGATIVI
- ASSICURAZIONE A SPALLA
- ASSICURAZIONE SU PICCOZZA
- ASSICURAZIONE SU CHiodo
- PREPARAZIONE DI UNA SOSTA CLASSICA
- ABALAKOV
- PIOLET CON UN ATTREZZO CON E SENZA ACQUASANTIERA
- TECNICHE DI DISCESA
- PIOLET CON DUE ATTREZZI (TEMPO PERMETTENDO)

PROGRAMMA 3° MODULO

- PROCEDIMENTO IN CONSERVA CON AUTOBLOCCANTI
- NODI A PALLA - ASPETTI POSITIVI E NEGATIVI
- SOSTE
- ABALAKOV
- MODALITA' DI ASSICURAZIONE CON E SENZA ATTREZZI (FATTORI POSITIVI E NEGATIVI)
- RECUPERO DEL CHiodo
- PIOLET IN MOULINETTE
- BLOCCO DEL COMPAGNO E MESSA IN SICUREZZA
- PARANCO SEMPLICE CON E SENZA AIUTO DEL COMPAGNO