



C.A. I. – Club Alpino Italiano – Sezione di FOGGIA

ESERCITAZIONE DI ARRAMPICATA

PARCO NAZIONALE DEL GARGANO

Domenica 25 settembre

Equipaggiamento: a cipolla

Colazione: al sacco (per l'escursione)

Acqua: secondo necessità

Mezzi di trasporto: auto proprie

Appuntamento: ore 8.15 davanti alla biblioteca provinciale – partenza ore 8.30

Rientro previsto a Foggia: pranzo o al massimo primo pomeriggio

Direttore: Raffaele Berlantini - Fernando Lelario.

Descrizione

Nell'arrampicata la montagna prende un'altra dimensione, acquista altri aspetti. Entrano in scena la verticalità, il vuoto, l'altezza. Non più passaggi dolci e lineari. Non più boschi e pascoli. Al loro posto pareti di roccia dove lo sguardo si perde nel cielo. E' l'incontro con una natura più aspra, meno accessibile, ma non per questo meno bella.

Perché fare questa esercitazione?

- Perché è un modo diverso di conoscere il proprio corpo, di scoprire le sue potenzialità, di mettersi alla prova da un punto di vista psichico in situazioni del tutto nuove, quindi di conoscersi meglio.

- Perché la roccia è natura. Sentirla con le mani, con il corpo, aiuta a imparare a rispettarla, ad amarla, a godere della sua bellezza quando stendi il tuo sguardo su panorami grandiosi.

- Perché anche facendo esclusivamente trekking ci si può imbattere in passaggi con corda, in situazioni in cui la progressione anche se per brevi tratti richiede l'uso delle mani e in questi casi è importante la capacità di saper scegliere e sentire gli appigli migliori.

L'esercitazione avviene in massima sicurezza, anche chi inaspettatamente fosse preso da un attacco di panico verrebbe pian piano calato giù senza alcun pericolo.

Ai soci che desiderano provare questa emozionante esperienza, iniziando da pareti in bassa quota, l'esercitazione di domenica offre un'occasione.

COSA PORTARE

In aggiunta a quello che di solito si porta durante un'escursione, occhiali da sole, crema protettiva, cappellino (sole, vento), acqua, ecc.

Direttori

Raffaele Berlantini e Fernando Lelario