

SKV Sibiu va invita sa luati parte la un workshop-ul practic de initiere in escalada ce va avea loc in zona Ramet si va fi sustinut de Costantin Morariu.

Workshop-ul se adreseaza in special membrilor SKV si celor care doresc sa devina membrii ai SKV si sunt interesati de escalada.

Programul este urmatorul:

### **Sambata 9 octombrie 2010:**

Ora 9 dimineata ne intalnim in parcare de la sala Transilvania din Sibiu, facem cunostinta si plecam spre Ramet. Undeva probabil pe la 12 dupa ce ne cazam ne ducem la stanca pregatiti de ostilitati:

- introducere in catarare (ce inseamna, stiluri, abilitati necesare, un pic de istorie a alpinismului)
- elemente de siguranta cum se folosesc (coarda, ham, casca eventual altele mai complexe), riscuri
- prezentare sistemele ascensiune (mansa, cap de coarda, rapel)

Pauza de masa, dupa masa:

- scurta introducere in miscarea pe stanca
- catarare in ateliere practice (mansa, pentru cei cu abilitati poate si cap de coarda)
- pe seara discutii, intrebari si raspunsuri vizionare filme despre si cu catarat

### **Duminica 10 octombrie 2010:**

- catarare in ateliere (mansa, cap de coarda si eventual rapel)
- plecare acasa cand o fi vedem cum merge treaba cat chef are lumea

Nu va fi o taxa de participare, fiecare dinte noi platindu-ne transportul, cazarea la 400 m de manastirea Rameti (15 lei), cazarea va fi la [Pensiunea Rameti](#) (50lei/persoana) si mancarea (fiecare isi aduce de acasa). Acest prim proiect face parte din programul SKV Sibiu de sustinere si promovare a escaladei in Sibiu. Locurile sunt limitate de echipamentul pe care il avem la dispozitie.

Transportul va fi facut cu masinile personale asa ca sper sa gasim locuri pentru toti participantii.

Termenul limita de inscriere este marti 5 octombrie ora 17.

Pentru inscrieri va rog sa folositi formularul de inscriere online:

[>>> Formular de inscriere online <<<](#)

Organizator SKV Sibiu

Trainer escalada: Costin Morariu

Persoana de contact: Marius Miclea (0745 396 746)

skv@skvsibiu.ro

www.skvsibiu.ro