



**STAGE di ARRAMPICATA**  
**Falesia di Frosolone - Molise**

La Falesia di Frosolone è senza ombra di dubbio una delle più belle d'Italia. Arrampicare sulle sue pareti di super-calcare o anche passeggiare sui prati alla base o sulla cresta che separa il tramonto dall'alba è un'emozione del tutto particolare.

Nessuno sconto per vivere quest'emozione.

Si dorme in tenda alla base delle pareti, dove spesso il vento corre un po' troppo forte, dove il tempo segue i ritmi della Montagna, siamo a 1200mt, niente acqua per lavarsi e niente bagno. Bisogna adattarsi anche solo se per pochi giorni, bisogna portare via tutto, non lasciare nessuna traccia del nostro passaggio.

Ci sono però luci e colori davvero fuori dal comune, stelle in quantità e cavalli, mucche e falchi. Diventa quasi un optional arrampicare.

Un Super Weekend dedicato all'Arrampicata nella Falesia più bella d'Italia. Vie di tutte le difficoltà e per ogni gusto.

## SCHEDA

**Date** da Giovedì 2 giugno (partenza in mattinata) a Domenica 5 giugno (rientro prima della notte)

**Nota:** L'arterisko si riserva di spostare lo Stage al fine settimana successivo in caso di condizioni non idonee allo svolgimento in sicurezza dello Stage stesso, dandone tempestiva comunicazione ai partecipanti tramite mail. Siete pertanto pregati di considerare questa possibilità e rendervi disponibili anche nel fine settimana successivo alle date proposte. Vi comunichiamo che in caso di rinuncia per qualsiasi motivo anche in seguito allo spostamento delle date, verrà restituita al partecipante il 50% della quota versata per la partecipazione allo stage.

**Descrizione** Pochissimi, forse meno, conoscono la vera storia dell'inizio dell'arrampicata sulle pareti della Falesia di Morgia Quadra vicino al paese di Frosolone in Molise. Noi siamo tra quei pochissimi. Frosolone è mucche, vento e volpi, cavalli e coltelli, pastori e albanelle reali e per noi arrampicatori e anche pareti di calcare compatto a buchi da salire "in punta di piedi". Tutto il Molise, ed in particolare la sua Montagna, può dare la sensazione di trovarsi ben al di là dei confini nazionali ed anche lontani dal tempo reale.

**Partecipanti** Da un minimo di **6** ad un massimo **15** persone

**Nota:** L'Arterisko si riserva di annullare lo Stage in caso di non raggiungimento del n° minimo di partecipanti entro la data prevista ( **venerdì 27 maggio 2011** )

**Contenuti** Stage di Arrampicata sportiva dedicato a chi ha da poco iniziato questa attività e vuole arricchire la sua esperienza sia visitando nuovi posti sia aumentando la conoscenze pratiche; numerose le vie che salgono le pareti della Morgia Quadra dai gradi facili (dal 4a al 6a) e le strutture rocciose si prestano in modo particolare per realizzare manovre e tecniche che completano l'attività fisica pura.

## Costo ed Iscrizione

La quota di iscrizione è di **€150,-** per partecipante da versare in contanti, presso la struttura Arterisko, o tramite bonifico bancario alle coordinate:

Beneficiario: Arterisko soc. coop. sport. dilet.  
Banca delle Marche Ag. 1 – Macerata  
IBAN: IT 84 P 06055 13402 000000010926  
Causale: Iscrizione Stage Frosolone giugno 2011

### **Il Costo comprende:**

Organizzazione – Guida Alpina – Materiale di utilizzo comune (Tende, Corde, Rinvii, Assicuratori, ecc. chi ha bisogno di Scarpette e Imbracatura ne deve fare richiesta) - Comprende inoltre colazione, spuntino e cena.

### **Il Costo non comprende:**

I trasporti di andata e ritorno, bevande extra o particolari e tutte le spese che ricadono nella sfera delle esigenze personal.

**Completate l'iscrizione** compilando il Modulo di Domanda e inviarlo insieme alla copia della ricevuta dell'avvenuto pagamento via mail.

## Programma dettagliato dello Stage

### Giovedì 2 giugno 2011

- **ore 09:00** – appuntamento alla “Piramide” di Macerata, consegna del materiale e partenza.
- **ore 12:00** – arrivo a Frosolone, eventuale acquisto viveri e arrivo al Campo. Sistemazione e per i più volenterosi scalate di rodaggio o piccolo Trekking esplorativo del posto.
- **ore 21:00** – cena presso la trattoria da Assunta in paese.

### Venerdì 3 e Sabato 4

- **colazione** al Campo all'arrivo del Sole e giornate dedicata alla scalata.
- **ore 13:30** – spuntino sotto l'ombra di metà giornata
- **ore 21:00** – più morti che vivi ceniamo da Assunta

### Domenica 5 giugno

- **colazione** al Campo un po' dopo l'arrivo del Sole e con la necessaria calma arrampichiamo tutto il giorno.
- **ore 13:30** – spuntino di metà giornata
- **ore 19:00** – partenza per il rientro

**Nota:** L'Arterisko può modificare le attività sul campo asseconda delle condizioni meteorologiche e logistiche.

## Sistemazione e Materiali

L'Arterisko metterà a disposizione le attrezzature ed i materiali necessari alla pratica delle attività ed al pernottamento sotto le pareti.

Il pernottamento avverrà in tenda alla base delle pareti, posto bucolico, salvo diversa indicazione da parte della Comunità Montana Locale, sono quindi necessari i seguenti Materiali:

- Zaino di ca 35/45lt
- Sacco a pelo di media stagione
- Stuoia
- Pila Frontale
- Cook Set – posate e pentolina per la colazione
- Coltello Milleusi o simile
- Piccolo pronto soccorso personale
- Borraccia
- Vestiario adeguato alla Montagna (Cappello, Maglione, Giacca Pioggia/Vento, Pantaloni lunghi, un cambio completo, scarponcini trekking o di approccio)
- Igiene personale
- Guanti in lattice o simili con sacchetto plastica per raccogliere i rifiuti “personali”
- Ovviamente materiale per la scalata per chi lo possiede

### Info:

Arterisko s.c.s.d.

tel: 0733.239372 – cell. 335.366384

e-mail. [info@arterisko.com](mailto:info@arterisko.com)

Web. [www.arterisko.com](http://www.arterisko.com)

**arterisko**  
CLIMBING FACTORY