



53° CORSO DI ALPINISMO

MAGGIO - GIUGNO 2024

LIVELLO A2

**LEZIONI PRATICHE E TEORICHE DI
PROGRESSIONE IN ALTA MONTAGNA
E NELL'ARRAMPICATA SU ROCCIA**

Costo dell'iscrizione 250,00 euro

ISCRIZIONE: 19 Aprile 2024, h.21 presso sede C.A.I VARALLO

La quota include: La partecipazione alle lezioni teoriche ed alle uscite pratiche, le dispense e l'uso del materiale tecnico-didattico.

La quota non include: Le spese di trasporto, i pernottamenti ed i pasti, mezzi di risalita.

PROGRAMMA DEL CORSO:

LEZIONI TEORICHE

19 APRILE - ISCRIZIONE/ PRESENTAZIONE CORSO

3 MAGGIO - MATERIALI ED EQUIPAGGIAMENTO

10 MAGGIO - PERICOLI DELLA MONTAGNA

24 MAGGIO - TOPOGRAFIA E ORIENTAMENTO

31 MAGGIO - TENUTA DEI MATERIALI

7 GIUGNO - PREPARAZIONE DELLA SALITA

14 GIUGNO - PRONTO SOCCORSO E ALIMENTAZIONE

21 GIUGNO - STORIA DELL'ALPINISMO

LEZIONI PRATICHE

17 MAGGIO (SERA) - TECNICHE DI ARRAMPICATA IN PALESTRA INDOOR

19 MAGGIO - MANOVRE DI CORDA IN PALESTRA DI ROCCIA

26 MAGGIO - SALITA SU ROCCIA

2 GIUGNO - SALITA SU ROCCIA (VIA MULTIPITCH)

8 GIUGNO - TECNICHE DI AUTOSOCCORSO

9 GIUGNO - SALITA SU ROCCIA (VIA MULTIPITCH)

22/23 GIUGNO - SALITA SU GHIACCIO E MANOVRE

29/30 GIUGNO - SALITA SU MISTO



La scuola ha sede presso la sezione C.A.I. Varallo, via Diurio 14. Essa si prefigge lo scopo di portare a conoscenza di chi intende dedicarsi alla pratica della montagna, i principi di etica e le cognizioni tecnico culturali che, secondo lo spirito dell'alpinismo classico, costituiscono le basi di formazione dell'alpinista completo. Il programma comprende:

- Lezioni di carattere generale sulla conoscenza della montagna;
- Lezioni di cultura alpinistica generale;
- Lezioni teoriche di tecnica dell'alpinismo;
- Lezioni pratiche di tecnica dell'alpinismo comprendenti uscite su roccia e su ghiaccio.

SI SPECIFICA CHE PER LA PARTECIPAZIONE ALLE USCITE PRATICHE È NECESSARIO UN CERTO IMPEGNO PSICO-FISICO E PERTANTO SI PREGA DI VOLERSI PRESENTARE AL CORSO CON SUFFICIENTE ALLENAMENTO GENERALE



MODALITÀ D'ISCRIZIONE

Per dare l'adesione occorre presentarsi alle ore 21.00 presso la sede del C.A.I. Varallo in via Durio, 14 nelle serate di Venerdì 19 Aprile. Sarà obbligatorio presentarsi personalmente, in quanto sarà proiettata una breve slide sull'attività che si andrà a svolgere e dell'ambiente in cui si andrà ad operare. La direzione del corso si riserva la facoltà di selezionare gli allievi in caso di esubero. Occorrerà presentare una fototessera e un certificato medico di idoneità all'attività sportiva non agonistica, da consegnare il giorno Venerdì 5 Maggio, data inizio corso. Per maggiori informazioni chiamare la sede del CAI Varallo allo 0163.51530 in orario di ufficio o contattando l'indirizzo mail: alpinismo@caivarallo.it

REGOLAMENTO

Le iscrizioni al corso sono riservate ai Soci del C.A.I. di ambo i sessi di età superiore ai 18 anni compiuti alla data di iscrizione;

- Le domande di iscrizione possono essere presentate nelle date sopra citate (19 Aprile) presso la sede del C.A.I. Varallo alle ore 21.00.
- Il calendario uscite potrà subire delle variazioni legate al Meteo.
- Oltre alla normale attrezzatura da montagna sono richiesti, quali materiali obbligatori, casco, imbragatura, ramponi e piccozza. Si consiglia, per l'acquisto del materiale, di attendere la serata di apertura del corso, durante la quale gli istruttori forniranno adeguate spiegazioni tecniche.
- È richiesta agli allievi oltre all'assiduità alle lezioni teoriche e pratiche, per una completa e valida preparazione, anche una spontanea e serena disciplina verso la direzione e gli istruttori.
- Per ogni altra norma, si richiama integralmente il Regolamento delle scuole di Alpinismo della Commissione Centrale del C.A.I.

ORGANICO ISTRUTTORI

- Beccaro Lorenzo (I.A)
- Bonato Daniele (I.A)
- Bonato Luciano (I.A)
- Bozio Edoardo (I.A)
- Chiara Luca (I.A)
- Fenaroli Roberto (I.A)
- Gilardi Paolo (I.A.L)
- Gioia Piergino (INA)
- Giustiniani Lorenzo (I.S.A.I.A)
- Guglielmina Fabio (I.A)
- Milesi Gionata (SEZ)
- Piana Umberto (INA)
- Schiavon Enzo (I.S.A.I.A)
- Summa Matteo (SEZ)
- Trentin Luca (I.A)
- Zambon Michele (I.A.L)
- Zignone Luigi (G.A)