

54° CORSO DI ALPINISMO

C.A.I. Varallo



MAGGIO - GIUGNO 2025

LIVELLO A2

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

ISCRIZIONE: 11 Aprile 2025, h.21 presso la sede
C.A.I VARALLO. **Costo dell'iscrizione: 250,00 euro**

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

11 APRILE - ISCRIZIONE/PRESENTAZIONE CORSO

16 APRILE - MATERIALI ED EQUIPAGGIAMENTO

9 MAGGIO - I NODI BASE E LEZIONE PRATICA

SULLE TECNICHE DI ARRAMPICATA

16 MAGGIO - PERICOLI DELLA MONTAGNA E METEOROLOGIA

23 MAGGIO - PRONTO SOCCORSO E ALIMENTAZIONE

30 MAGGIO - TENUTA DEI MATERIALI

6 GIUGNO - TOPOGRAFIA E ORIENTAMENTO

13 GIUGNO - PREPARAZIONE DELLA SALITA

20 GIUGNO - STORIA DELL'ALPINISMO

LEZIONI PRATICHE

11 MAGGIO - NODI E MANOVRE IN PALESTRA DI ROCCIA

18 MAGGIO - SALITA SU ROCCIA

25 MAGGIO - SALITA SU ROCCIA (VIA MULTIPITCH)

7 GIUGNO - TECNICHE DI AUTOSOCCORSO

8 GIUGNO - SALITA SU ROCCIA (VIA MULTIPITCH)

14/15 GIUGNO - SALITA SU GHIACCIO E MANOVRE

21/22 GIUGNO - SALITA SU MISTO

***28/29 GIUGNO - eventuale recupero**

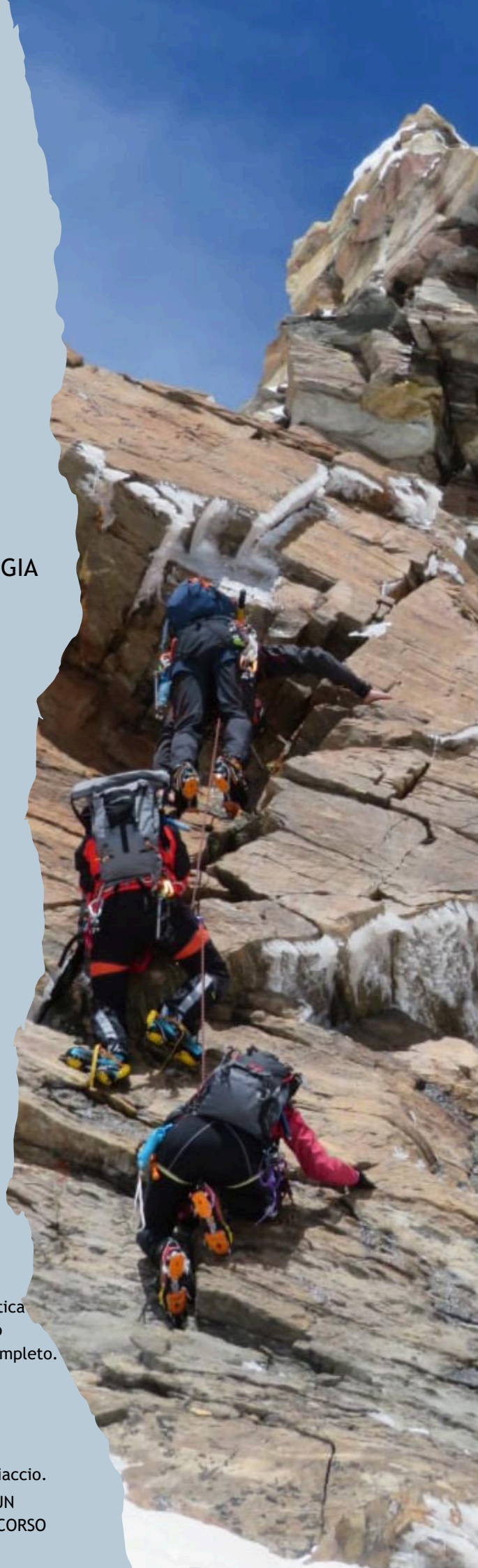
La scuola ha sede presso la sezione C.A.I. Varallo, via Diurio 14.

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 nella serata di Venerdì 11 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 Mercoledì 16 Aprile, 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 (11 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 e imbragatura. 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) | • Giampani Marta (SEZ) | • Piana Umberto (INA) |
| • Bonato Daniele (I.A) | • Gilardi Paolo (I.A.L) | • Schiavon Enzo (I.S.A.I.A) |
| • Bonato Luciano (I.A) | • Gioia Piergino (INA) | • Summa Matteo (SEZ) |
| • Bonato Marcello (SEZ) | • Giustiniani Lorenzo (I.S.A.I.A) | • Trentin Luca (I.A) |
| • Bozio Edoardo (I.A) | • Guglielmina Fabio (I.A) | • Zambon Michele (I.A.L) |
| • Chiara Luca (I.A) | • Lanfranchi Greta (SEZ) | • Zignone Diego (SEZ) |
| • Fenaroli Roberto (I.A) | • Milesi Gionata (SEZ) | • Zignone Luigi (G.A) |