



Scuola Intersezionale di Alpinismo e Scialpinismo

Valle dell'Adda



36° CORSO DI ALPINISMO BASE A1 – 2014

Direttore: Roberto Maggi (ISA-IA)

Vice Direttore: Piero Borsa (IA)

Il corso, aperto ad un limite di 15 partecipanti, si rivolge a chi ha già un minimo di conoscenza dell'ambiente alpino e vuole arricchire le proprie cognizioni, imparando le tecniche di progressione ed assicurazione necessarie per affrontare itinerari alpinistici su roccia e ghiaccio; è richiesta una buona preparazione fisica, fondamentale per sostenere uscite con notevoli sviluppi e dislivelli e di durata fino a 6/8 ore.

Le iscrizioni saranno accettate solo dietro presentazione dei seguenti documenti:

- ✓ domanda di iscrizione debitamente compilata
- ✓ tessera CAI in regola con il bollino dell'anno in corso
- ✓ certificato medico in corso di validità, attestante l'idoneità alla pratica di attività sportiva non agonistica

La quota di partecipazione è fissata in 180,00 € e comprende:

- ✓ lezioni teoriche e pratiche
- ✓ materiale didattico personale
- ✓ fornitura, in comodato d'uso, di parte del materiale tecnico necessario al corso

Il saldo della quota di partecipazione è altresì vincolante ai fini dell'accettazione al corso.

Le spese per tutti gli spostamenti e i pernottamenti in rifugio degli allievi sono a carico degli stessi.

Al termine del corso la Scuola rilascerà agli allievi un attestato di partecipazione.

Si consiglia, per chi ne avesse la necessità, di acquistare il materiale tecnico dopo la prima lezione teorica, durante la quale verranno dati consigli in merito.

Programma:

<u>Lezioni Teoriche</u>		<u>Lezioni Pratiche</u>	
Data	Argomento	Data	Località
03.04.14	Presentazione ed Apertura del corso Materiali ed Equipaggiamento, Nodi	13.04.14	Rondanera, Trezzo sull'Adda (MI)
10.04.14	Catena d'assicurazione	27.04.14	Zucco dell'Angelone (LC)
15.04.14	Tecnica di arrampicata (palestra indoor)	11.05.14	Sasso Falc-Vaccarese (LC)
24.04.14	Alpinismo; Ambiente e Natura	18.05.14	Placche di Oriana (AO)
29.04.14	Scala delle difficoltà e Scelta dell'itinerario	25.05.14	Ghiacciaio del Morteratsch (Svizzera)
08.05.14	Medicina in montagna ed Alimentazione	01-02.06.14	Rifugio Pizzini – Monte Cevedale (SO)
15.05.14	Geologia e Glaciologia	07-08.06.14	Grigna Meridionale (LC)
22.05.14	Materiali e Tecnica di ghiaccio		
29.05.14	Topografia ed Orientamento		
05.06.14	Storia dell'Alpinismo		
12.06.14	Chiusura del corso – Consegna attestati di partecipazione e Rinfresco		

Le lezioni teoriche si terranno alle ore 21:00 presso la sede CAI di Inzago.

Le lezioni pratiche si effettueranno in ambiente alpino: località e date sono indicative e potranno subire variazioni in relazione alle condizioni meteorologiche e/o di innevamento.

Iscrizioni presso le sedi CAI di:

Cassano d'Adda, Inzago, Treviglio, Trezzo sull'Adda, Vaprio d'Adda

www.caicassano.it www.cainzago.it
www.caitreviglio.it www.caitrezzo.it www.caivaprio.it