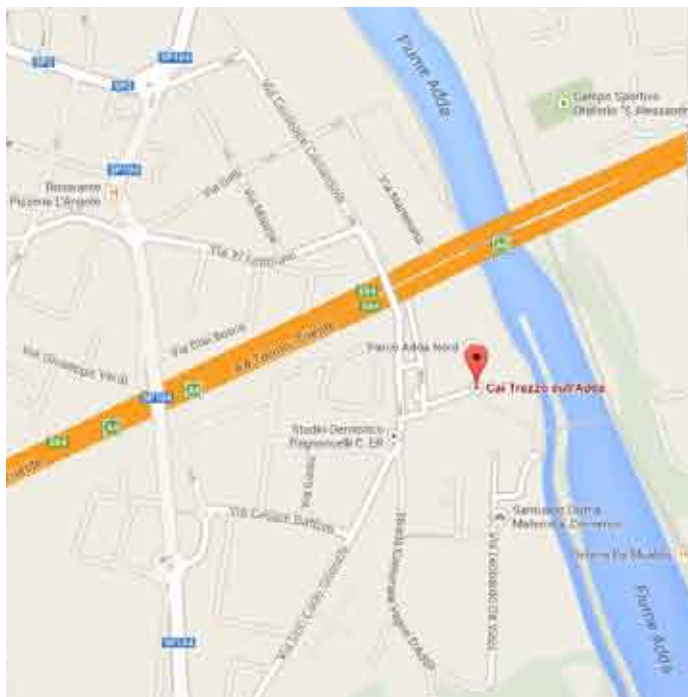
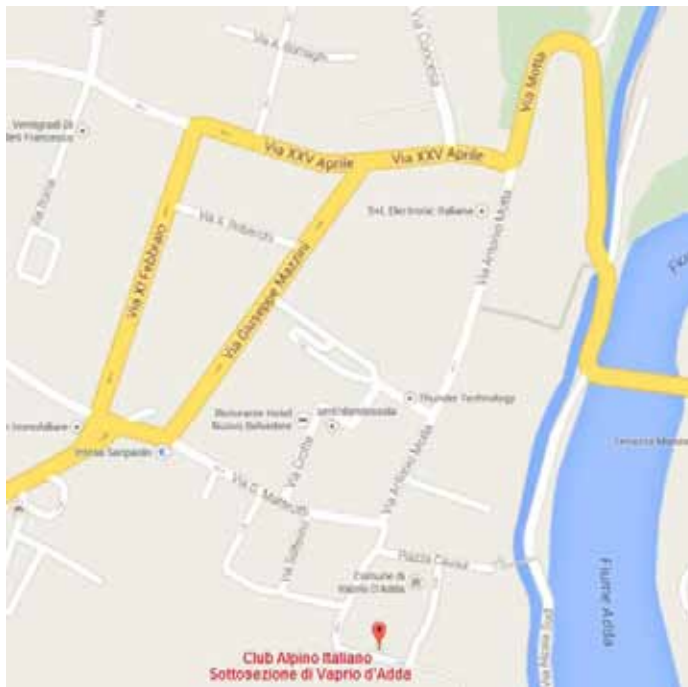




CHIUSURA STAGIONE 2016-2017
Venerdi 21 aprile 2017 ore 21
CAI Trezzo - Villa Gina - Trezzo sull'Adda (MI)

DOVE SIAMO



CLUB ALPINO ITALIANO



**Scuola Nazionale
 Sci Fondo Escursionismo
 Intersezionale ADDA**

presso Sottosezione CAI Vaprio d'Adda - Via Magenta 15
Tel. e Fax 02 9094202 - www.scuolasfeadda.it

**CORSI
 2016 - 2017**

**INAUGURAZIONE
 e APERTURA ISCRIZIONI**

Venerdi 21 ottobre 2016 ore 21

**CAI Trezzo - Villa Gina
 Trezzo sull'Adda (MI)**

17° CORSO INTERSEZIONALE SE2 SCI ESCURSIONISMO

Direttore: **Francesco Margutti**, INSFE

Il Corso di Sci Escursionismo SE2 viene effettuato con attrezzatura pesante (sci laminati, tessilfoca, attacchi da Telemark o da scialpinismo) e consente di frequentare percorsi liberi aventi inclinazioni inferiori ai 25°. Il Corso, organizzato in collaborazione con la Scuola Silvio Saglio della Sezione SEM, è aperto a sci escursionisti che abbiano frequentato un corso propedeutico o siano dotati di capacità sciistiche equivalenti.

L'ammissione è comunque subordinata alla valutazione personale che si terrà durante la prima uscita su pista battuta.

In caso di mancata accettazione verrà rimborsata la quota di iscrizione dedotte le spese organizzative.

Presentazione del Corso

Martedì 29/11/2016

Sede CAI Vaprio d'Adda e sede SEM Milano - ore 21

Lezioni teoriche

Le lezioni teoriche si terranno presso le sedi CAI Vaprio e CAI SEM alle ore 21,00. Solo la lezione di sabato 17 dicembre si terrà a scuole riunite presso la sede CAI Vaprio alle ore 9,00.

29/11/2016 **Materiali ed equipaggiamento**

17/12/2016 **Neve, valanghe, bollettino valanghe**
Valutazione del rischio valanghe nella scelta, preparazione e condotta di una escursione: analisi con il 3 x 3

10/01/2017 **Tecnica di salita e discesa, progressione con sci a tallone libero**

17/01/2017 **Autosoccorso a travolte da valanga**
(probabilità di sopravvivenza, organizzazione del gruppo, aree primarie di ricerca, ricerca vista e udito, autosoccorso con ARTVA, impiego di pala e sonda)

24/01/2017 **Cartografia e orientamento**

31/01/2017 **Preparazione di un'escursione**

Lezioni pratiche

Località da definire in base alle condizioni nivometeo

14/01/2017 **Tecniche di discesa e selezione allievi**

21/01/2017 **Tecniche di discesa**
Prova di ricerca con ARTVA, pala e sonda

28/01/2017 **Tecniche di salita e discesa nello sci escursionismo**
Metodi di scavo per il disseppellimento di un travolto da valanga

04/02/2017 **Tecniche di salita e discesa nello sci escursionismo**
Esercitazioni di cartografia e orientamento



11-12/02/2017

Tecniche di salita e discesa nello sci escursionismo
Autosoccorso a travolte da valanga
(organizzazione del gruppo, aree primarie di ricerca, ricerca vista e udito, autosoccorso con ARTVA, impiego della sonda e della pala)

18/02/2017 **Tecniche di salita e discesa nello sci escursionismo**

Iscrizioni

Sono riservate ai soli soci CAI maggiorenni. Il corso si effettuerà con un minimo di 5 iscritti e fino ad un massimo di 24. Le iscrizioni si ricevono durante la serata di apertura del corso e presso le sedi organizzatrici.

Quota di iscrizione: € 115,00 - La quota comprende: assistenza dei nostri istruttori e uso del materiale di autosoccorso.

Chiusura del Corso

Giovedì 2 marzo 2017 in sede da definirsi.

Per informazioni sui corsi
www.scuolasfeadda.it

oppure chiamaci

Corso SE2

Francesco Margutti: 334 5232096 - 02 90965686

Corso SFE1

Roberto Previtali: 338 3545813

La scheda d'iscrizione ai corsi (con il regolamento) è disponibile presso le sedi CAI della scuola o scaricabile dal sito web

I corsi vengono effettuati in ambiente alpino e di conseguenza possono presentare un margine di rischio non del tutto eliminabile del quale i partecipanti devono essere consapevoli.

È possibile reperire l'attrezzatura ad esaurimento disponibilità

35° CORSO SFE1 SCI FONDO ESCURSIONISMO BASE

Direttore: **Roberto Previtali**, ISFE

Il Corso di Sci Fondo Escursionismo base SFE1 è rivolto a tutti coloro (anche principianti) che affrontano la montagna invernale per praticare l'attività di sci fondo escursionismo. Il corso è articolato in lezioni teoriche, pratiche ed uscite in ambiente, per poter svolgere in sicurezza lo sci fondo escursionismo. I percorsi si svolgono lungo sentieri di bassa difficoltà (privi di dislivello significativo e aventi lunghezza contenuta) su pista battuta per apprendere le tecniche di base e, quando possibile su fuoripista lungo strade forestali e mulattiere. L'attrezzatura da usare è quella dello sci da fondo.

Presentazione del Corso

Giovedì 27 ottobre 2016 - sede CAI Trezzo sull'Adda, ore 21

Lezioni teoriche

Sede CAI Trezzo sull'Adda alle ore 21 se non specificato diversamente.

27/10/2016 **Materiali ed equipaggiamento**

03/11/2016 **Allenamento e alimentazione nello SFE**

13/11/2016 **Dinamiche della tecnica SFE (teoria e pratica)**
Palestra Piscina Comunale via Pietro Nenni 4,
Trezzo sull'Adda - ore 9,30

17/11/2016 **Cartografia e orientamento**

24/11/2016 **Concetti base su neve e valanghe**
Bollettino nivometeo. Funzionamento dell'ARTVA

01/12/2016 **La sciolinatura per lo SFE**

Lezioni pratiche (uscite su neve con pullman)

19/11/2016 **Esercitazione di cartografia e orientamento**
Località Valbrembo (BG) - ore 14

4-11-18/12/2016 **Tecniche di progressione nello SFE**

8-15/01/2017 **Tecniche di progressione nello SFE** (Engadina - CH)

22/01/2017 **Tecniche di progressione nello SFE** (Flassin - AO)

Eventuale recupero uscita su neve

Domenica 29 gennaio 2017 (Engadina - CH)

Iscrizioni - Sono riservate ai soli soci CAI e fino ad un massimo di 30 allievi. Le iscrizioni si ricevono durante la serata d'inaugurazione o tutti i giovedì successivi dalle ore 21 alle 22 presso le sedi delle sezioni appartenenti alla scuola.

Quota di iscrizione: € 250; € 100 soci giovani (da 8 a 16 anni)
Per gli allievi giovani l'attrezzatura (sci, scarponcini e racchette) è compresa nella quota iscrizione (fino ad esaurimento disponibilità).

Chiusura del Corso

Giovedì 2 febbraio 2017

Sede CAI Trezzo c/o Villa Gina - Trezzo sull'Adda alle ore 21