



**Scuola Intersezionale di Alpinismo Scialpinismo e Arrampicata Libera Valle dell'Adda**  
Via Papa Giovanni XXIII, 3 20062 Cassano d'Adda MI - [www.scuolavalledelladda.it](http://www.scuolavalledelladda.it) / [Facebook.com/scuolavalledelladda](https://www.facebook.com/scuolavalledelladda)

# 42° Corso di Alpinismo Base A1 - 2022

**Direttore: Francesco Bolsi (ISA)**

**Vice Direttore: Mattia Confalonieri (IS)**

Il corso, aperto ad un massimo di XX 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; acquisendo, inoltre, la consapevolezza e le conoscenze necessarie per affrontare i rischi oggettivi e soggettivi che la pratica dell'alpinismo comporta. E' richiesta una buona preparazione fisica, fondamentale per sostenere uscite con notevoli sviluppi e dislivelli, 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

La quota di partecipazione è fissata in € 200,00 e comprende:

- ✓ Lezioni teoriche e pratiche
- ✓ Manuale didattico
- ✓ 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 DEL CORSO

<u>LEZIONI TEORICHE</u>		<u>LEZIONI PRATICHE</u>	
DATA	ARGOMENTO	DATA	LOCALITA'
21.04.22 (20:30)	Lezione 1: Presentazione ed Apertura del corso – Materiali ed Equipaggiamento	08.05.22	Lezione 1: Falesia
28.04.22	Lezione 2: Tecnica di arrampicata e catena di sicurezza (palestra indoor)	14.05.22 15.05.22	Lezione 2: weekend su roccia
05.05.22	Lezione 3: Catena di sicurezza	22.05.22	Lezione 3: Giornata in ambiente innevato o ghiacciaio
12.05.22	Lezione 4: Preparazione della gita	28.05.22 29.05.22	Lezione 4: weekend su creste e misto
19.05.22	Lezione 5: Cartografia e GPS	11.06.22 12.06.22	Lezione 5: weekend su ghiacciaio alta quota
26.05.22	Lezione 6: Elementi di glaciologia		
09.06.22	Lezione 7: Neve, valanghe e autosoccorso		
16.06.22	Lezione 8: Medicina soccorso e alimentazione in montagna		
Da definire	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 montano: località e date sono indicative e potranno subire variazioni in relazione alle condizioni meteorologiche e/o di innevamento.

Iscrizioni anche presso le sedi CAI di:

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

[www.caicassano.it](http://www.caicassano.it) [www.cai-inzago.it](http://www.cai-inzago.it) [www.caitreviglio.it](http://www.caitreviglio.it) [www.caitrezzo.it](http://www.caitrezzo.it) [www.caivaprio.it](http://www.caivaprio.it)