



# Scuola di Alpinismo CAI Corsico

## Modalità di iscrizione al 8°

### Corso AL1

### (Arrampicata Libera)

## 7 Marzo - 11 Giugno 2023



Il corso si propone di fornire agli allievi le conoscenze basilari dell'arrampicata su roccia, con principale attenzione alla sicurezza e all'acquisizione delle tecniche e dei movimenti fondamentali per la progressione.

Lo scopo dei nostri corsi è quello di trasmettere agli allievi la passione, la cultura e il rispetto per la natura, la conoscenza della sicurezza e dei pericoli oggettivi e soggettivi che caratterizzano il mondo montano.

In modo graduale insegneremo le tecniche di arrampicata su roccia e le manovre di sicurezza. Molto spazio sarà dedicato alle esercitazioni pratiche che si svolgeranno: nella nostra palestra indoor, nelle falesie e su pareti di roccia a più tiri, per poter frequentare con maggior conoscenza e sicurezza l'ambiente montano.

**In linea con la missione della nostra scuola che promuove la diffusione dell'arrampicata e dell'alpinismo, la Direzione si riserva di dare la precedenza all'iscrizione a chi non ha già partecipato a un corso AR, A2 o AL1 Multi-Pitch.**

Presentazione e inizio corso: **martedì 07-03-2023 ore 21.00** presso la Palestra di Arrampicata Via Dante angolo Via Parini 20094 Corsico - MI

- 11 lezioni teoriche/pratiche** che si svolgeranno presso la **palestra di arrampicata** il martedì con orario dalle 21:00 alle 23:00 circa.
- 8 lezioni pratiche esterne** che si svolgeranno in ambiente montano (falesia e pareti di roccia con più tiri) durante il fine settimana.

Alcune lezioni comprenderanno l'intero fine settimana (sabato e domenica), con pernottamento in: rifugio alpino, ostello o alberghetto, **pertanto si dormirà con altre persone: negli alberghi si potranno avere camere a 2 posti; nei rifugi o in ostello non sarà possibile (situazione da considerare prima di iscriversi al corso).**

Le località di svolgimento delle lezioni pratiche saranno comunicate durante il corso.

**NB: prima di procedere all'iscrizione, i candidati valutino di disporre dei seguenti prerequisiti:**

- **buono stato di allenamento psico-fisico;**
- **dimestichezza con l'escursionismo alpino;**
- **non soffrire di vertigini.**

**La mancanza anche di uno di tali prerequisiti costituirà motivo insindacabile di esclusione dal corso.**

### **1. Modalità di iscrizione al corso**

Le iscrizioni si apriranno **lunedì 13 febbraio 2023**, e si chiuderanno **martedì 07 marzo 2023** (salvo esaurimento posti).

L'iscrizione al corso deve essere fatta presso la **palestra di arrampicata** del CAI Corsico Via Dante angolo Via Parini, Corsico, nei giorni di lunedì, mercoledì e giovedì dalle ore 21.00 alle ore 23.00.

Le informazioni riguardanti la disponibilità dei posti si potranno avere inviando una richiesta tramite e-mail all'indirizzo [scuolacaicorsico@gmail.com](mailto:scuolacaicorsico@gmail.com), il giorno successivo dell'apertura delle iscrizioni.

La risposta farà riferimento a data e ora della e-mail inviata.

*Per ragioni di sicurezza e per garantire un'adeguata didattica, il corso sarà strutturato per un numero massimo di circa 18 allievi (se non vi saranno restrizioni).*

*L'iscrizione verrà ritenuta valida solo dopo aver consegnato tutta la documentazione richiesta e aver effettuato il pagamento della quota. Si potrà versare un anticipo di 100€. In caso di anticipo, si dovrà versare **il restante della quota entro e non oltre il 28 febbraio**. Se entro tale data non verrà saldata l'intera quota e/o non saranno stati consegnati tutti i documenti, l'iscrizione non verrà ritenuta valida e subentrerà il primo in lista di attesa. L'anticipo verrà restituito.*

Dopo aver dato l'anticipo, è possibile completare la quota tramite bonifico. Il codice IBAN verrà fornito tramite e-mail - [scuolacaicorsico@gmail.com](mailto:scuolacaicorsico@gmail.com) - su richiesta. Si dovrà inviare copia del bonifico effettuato all'indirizzo e-mail della scuola, oppure consegnare la copia del bonifico in palestra.

Chi si iscriverà dopo il giorno 1 marzo 2023, sempre che ci sia ancora disponibilità di posti, dovrà portare all'atto dell'iscrizione tutti i documenti richiesti e pagare per intero la quota.

**P.S. Se alla data del 7 marzo 2023 vi saranno ancora restrizioni, la quota versata verrà restituita.**

## 2. Quota di partecipazione

Euro 330,00.

La quota di partecipazione comprende: la frequenza alle lezioni teoriche e pratiche, l'utilizzo del materiale della scuola, la fornitura del materiale didattico, spese organizzative.

Non comprende le spese per il materiale d'arrampicata personale, le spese di trasporto, le spese per pasti e pernottamenti durante le lezioni pratiche di 2 giorni.

Durante il periodo di svolgimento del corso, gli iscritti potranno facoltativamente acquistare fino a due tessere da 10 ingressi cadauna alla [palestra di arrampicata](#) di Corsico al costo ridotto di 35,00 € l'una (2 tessere a 70,00 €, invece di 100,00 €).

## 3. Documenti richiesti per l'iscrizione.

**N.B. L'iscrizione verrà accettata solo se presente per intero la seguente documentazione:**

A. quota di iscrizione o anticipo

(La quota di iscrizione o un eventuale anticipo (100,00 €), nel caso di RINUNCIA sarà restituita solamente ove sia possibile provvedere alla sostituzione del rinunciante).

B. modulo di iscrizione **per adulti** o **per minorenni**, compilato **in modo chiaro** in tutte le sue parti e firmato (disponibile sul sito [www.scuolacaicorsico.it](http://www.scuolacaicorsico.it) e presso la palestra di arrampicata).

C. tessera di iscrizione al C.A.I., la cui validità per l'anno 2023 sarà controllata all'iscrizione, o alla prima lezione del 7 marzo 2023. **Chi non presenterà la tessera CAI non potrà svolgere alcuna lezione pratica comprese le lezioni che si svolgeranno nella palestra di arrampicata.**

**La tessera CAI deve essere fatta nelle segreterie delle sezione CAI.**

**Il CAI Corsico si trova In Via Roma 15, zona semi pedonale, aperto il giovedì dalle ore 21 alle ore 23.**

**Il rinnovo o il tesseramento può essere fatto online tramite bonifico bancario, e ritirare successivamente il bollino e tessera. Per ulteriori informazioni visitare il sito web [www.caicorsico.it](http://www.caicorsico.it)**

D. Certificato con idoneità medica all'attività sportiva non agonistica.

Può essere inviato tramite e-mail all'indirizzo [scuolacaicorsico@gmail.com](mailto:scuolacaicorsico@gmail.com).

È preferibile la consegna in palestra.

E. 2 fotografie formato tessera da consegnare all'atto dell'iscrizione (non inviare tramite e-mail)

[Per evitare disguidi e perdita di tempo alla prima lezione, occorre completare il tutto entro il 28 febbraio 2023.](#)

## 4. Regolamento e norme organizzative

A. l'età minima per la partecipazione è di 16 anni compiuti

B. il numero di posti disponibili è limitato e l'accettazione al corso è a completa discrezione della Direzione.

C. alle lezioni pratiche l'Allievo/a dovrà presentarsi con l'equipaggiamento individuale completo, a norme CE, in caso contrario non potrà partecipare alla lezione

D. è richiesta una partecipazione costante sia alle lezioni teoriche che a quelle pratiche: la Direzione si riserva la facoltà di escludere l'allievo dal corso **dopo 3 assenze**

E. durante lo svolgimento delle lezioni gli Allievi sono tenuti in qualsiasi circostanza a mantenere una stretta osservanza disciplinare e di comportamento nei confronti del Direttore del corso e degli Istruttori

F. la Direzione si riserva la facoltà di escludere in qualsiasi momento dal corso gli Allievi che non siano ritenuti idonei, oppure coloro che, non attenendosi alle istruzioni degli Istruttori, mettano a repentaglio la propria o altrui incolumità

G. l'eventualità di esclusione di cui ai punti precedenti non comporta comunque alcun rimborso, anche parziale, della quota di iscrizione

H. il calendario ed il programma delle lezioni sia teoriche che pratiche possono essere modificati, anche senza preavviso

I. l'iscrizione al corso è ritenuta valida solo dopo aver consegnato i documenti richiesti e completato per intero il versamento della quota

L. se per qualsiasi ragione il corso fosse bloccato o annullato prima della data di chiusura programmata, la direzione restituirà la quota di partecipazione versata al netto delle lezioni svolte.

## **5. Consigli e raccomandazioni**

Al fine di evitare spese potenzialmente inutili o superflue, si consiglia di non acquistare alcun materiale e/o equipaggiamento personale prima dell'inizio del corso.

Tutto il materiale necessario per le lezioni pratiche sarà illustrato dettagliatamente durante la prima lezione del corso. Chi ha materiale già acquistato, dovrà farlo valutare da un istruttore della Scuola in occasione della prima lezione del corso.

Gli istruttori sono a disposizione per dare consigli.

## **6. Accettazione del rischio**

Ad integrazione del consenso da me prestato al momento dell'iscrizione dichiaro e confermo che ci sono state fornite le seguenti ulteriori conoscenze e "competenze".

Dichiaro e confermo che al momento dell'iscrizione preliminarmente alla firma della presente domanda:

1) sono stato reso compiutamente edotto che l'attività alpinistica presenta rischi ineliminabili, che la sicurezza totale non esiste che, pertanto con l'iscrizione al corso vi è una parte di rischio che rimane a mio carico e che confermo di accettare

2) che, fermo restando il dovere di protezione a carico degli istruttori, sussiste a mio carico analogo e corrispondente dovere di subordinazione, di attenzione, di informazione, di cooperazione coerentemente con il principio di auto responsabilità e con il dovere di solidarietà sociale di cui all'art. 2 della Costituzione

3) che, sussiste a mio carico un obbligo di corretta informazione poiché è sulla base di quanto da me riferito che la domanda di iscrizione viene accolta e avviene il conseguente inquadramento di livello; a tale riguardo confermo che le informazioni da me fornite sulle mie precedenti esperienze e conoscenze, sulle mie condizioni psicofisiche sono veritiere e che nulla ho taciuto di quanto dovrebbe essere a conoscenza degli organizzatori e degli istruttori.

## **7. Per ogni altra informazione:**

A. scrivere una e-mail a [scuolacaicorsico@gmail.com](mailto:scuolacaicorsico@gmail.com)

B. parlare con l'istruttore di servizio presso la [palestra di arrampicata](#) (nei giorni di apertura che sono: lunedì, mercoledì e giovedì dalle ore 21 alle ore 23).

**LA DIREZIONE**