



Scuola di Alpinismo-Arrampicata e Sci Fondo Escursionismo



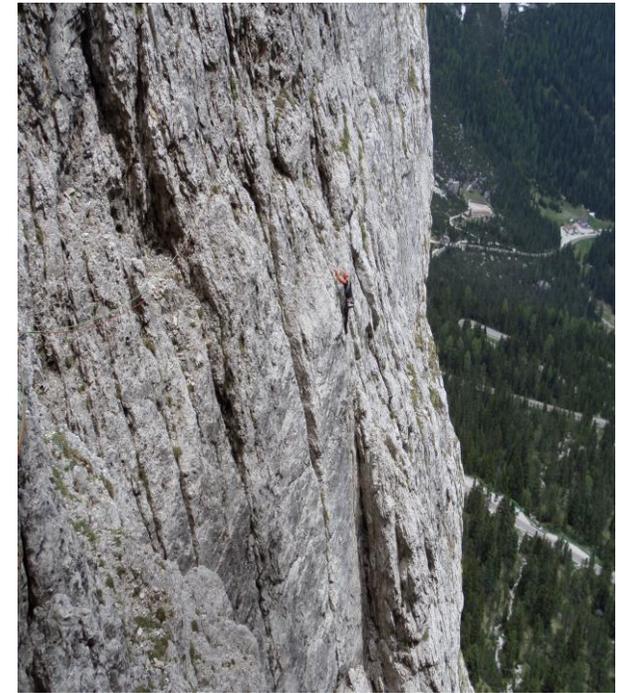
Club Alpino Italiano Sezione di Corsico

VIA ROMA 15 - 20094 CORSICO (MI)

Tel. +39 02 82326592 (giovedì sera) - www.scuolacaicorsico.it - email: scuolacaicorsico@gmail.com

Anno 2024 - 34° Corso di Arrampicata AR1

Scopo del corso è quello di preparare i partecipanti ad un sicuro e consapevole approccio all'ambiente montano. Durante le lezioni verranno insegnate le conoscenze basilari delle tecniche fondamentali di arrampicata su roccia, le manovre di sicurezza e nozioni di cultura generale sulla montagna. Il corso si articolerà in 18 lezioni teoriche/pratiche, che si svolgeranno in 13 serate nella palestra di arrampicata della Scuola CAI Corsico in Via Dante angolo Via Parini, e 8 lezioni che si svolgeranno in ambiente (le località saranno comunicate durante il corso). **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 di chi non ha già partecipato a un corso A2, AR e AL1 Multi-Pitch**



Regolamento e norme organizzative

L'età minima per partecipare è di 16 anni. **L'accettazione dell'iscrizione è a completa discrezione della Direzione. L'iscrizione non è ritenuta valida senza la completa documentazione e quota.** E' richiesta una partecipazione costante alle lezioni, sia teoriche che pratiche, **il direttore del corso può escludere gli allievi che sono stati assenti per più di 3 lezioni.** Alle lezioni pratiche l'allievo deve presentarsi con l'equipaggiamento completo e conforme alle norme CE, in caso contrario non potrà partecipare alla lezione. Durante lo svolgimento delle lezioni pratiche tutti gli allievi devono tenere, nei confronti degli istruttori, un comportamento disciplinato ed attenersi scrupolosamente alle istruzioni impartite. Il direttore del corso ha la facoltà di escludere, in qualsiasi momento, gli allievi non ritenuti idonei oppure coloro che non osservando le disposizioni degli istruttori, mettano a repentaglio la propria o l'altrui incolumità. L'eventuale esclusione non comporta alcun rimborso. Il programma delle lezioni, sia pratiche che teoriche, può essere modificato senza preavviso. **E' fatto obbligo prima di iscriversi al corso, leggere attentamente le modalità di iscrizione sul sito WEB della nostra scuola. Con la firma sul modulo di iscrizione si accetta ciò che è riportato sulle modalità di iscrizione.**

Modalità d'iscrizione al corso

Quote di iscrizione

- Euro 340,00 Soci CAI

La quota deve essere versata all'atto dell'iscrizione e comprende: dispense, utilizzo materiale scuola, spese organizzative. Sono escluse le spese per trasferimenti e pernottamenti.

La tessera CAI comprende: Polizza infortuni, R.C., Soccorso Alpino.

L'iscrizione dà diritto all'acquisto di due tessere da 10 ingressi per la palestra di arrampicata al prezzo di 35,00 € ciascuna. (Il costo standard della tessera da 10 ingressi è di 50,00 €)

Documenti necessari

- Tessera C.A.I. con validità 2024
- Certificato medico per idoneità alla pratica sportiva non agonistica
- Due fotografie formato tessera da consegnare in palestra di arrampicata
- Per i minori occorre un' autorizzazione scritta su apposito modulo da entrambi i genitori o da chi esercita la podestà. L'età minima è di 16 anni.

Dove iscriversi

Presso la palestra di arrampicata, a partire da lunedì 22 gennaio 2024 ore 21.00. Dal 23 gennaio è possibile iscriversi anche tramite e-mail. Le giornate di apertura della palestra sono: lunedì, mercoledì e giovedì dalle ore 21.00 alle ore 23.00. L'indirizzo della palestra è: Via Dante angolo Via Parini Corsico. **L'iscrizione non è ritenuta valida senza la completa documentazione e quota.** Per maggiori informazioni inviare una e-mail a scuolacaicorsico@gmail.com

Programma corso AR1

Mar 19 Marzo	Verifica documenti. Apertura Corso. Materiali e loro utilizzo
Mar 26 Marzo	Tecniche di arrampicata. Nodi
Mar 02 Aprile	Tecniche di arrampicata. Nodi
Mar 09 Aprile	Catena di assicurazione. Progressione di una cordata. Esempio di soste
Mar 16 Aprile	Preparazione di una salita. Pericoli oggettivi e soggettivi. Assicurazione con Reverse
Sab 20 Aprile	Uscita pratica su roccia
Dom 21 Aprile	Uscita pratica su roccia
Mar 23 Aprile	Tecniche di arrampicata da primi
Mar 30 Aprile	Prove di tenuta di una caduta e arrampicata
Dom 05 Maggio	Uscita pratica su roccia
Mar 07 Maggio	Tecniche di risalita e asole di bloccaggio
Dom 12 Maggio	Uscita pratica su roccia
Mar 14 Maggio	Frequenzamento etica della montagna.. Fattori di caduta.
Mar 21 Maggio	Interpretazione di una relazione, scale delle difficoltà su roccia. Progressione da primi di cordata
Sab 25 Maggio	Uscita pratica su roccia
Dom 26 Maggio	Uscita pratica su roccia
Mar 28 Maggio	Alimentazione e Pronto soccorso. Struttura CAI e CNSASA
Mar 04 Giugno	Storia dell'alpinismo, Geologia della montagna
Sab 08 Giugno	Uscita pratica su roccia
Dom 09 Giugno	Uscita pratica su roccia

Organico Istruttori

Gianmario Piazza (INA) Direttore Scuola e Direttore Corso
Daniele Rizzo (INAL) Vice Direttore corso
Edoardo Rizzo (IAL) Vice Direttore Scuola
Carlo Pasinetti (INAL)
Franco Tosolini (INA)
Alfonso Gualtieri (IA)
Claudia Ballerini (IAL)
Federica Marcon (IAL)
Alessandro Cattani
Alessandro Delle Palme
Andrea Todisco
Bruno Tecci
Damiano Samarelli
Eleonora Basso
Emanuele Rossignoli
Gianluca Ciambrone
Giulia Premoli
Laura Sozzi
Laura Storoni
Letizia Martini
Luca Sacchi
Marco Caimmi
Mattia Falduti
Natalie Piccolo
Paolo Ballabio
Renato Bottari
Roberta Gottardi
Simone Longobardi
Stefania Boggio
Stefano Rossignoli
Thomas Raschioni
Nausicaa Taraschi