



CORSO A1 ALPINISMO DI BASE 2011



SCUOLA DI ALPINISMO SCIALPINISMO
"ESTREMO SUD"
C.A.I. Catania



PRESENTAZIONE DEL CORSO E ISCRIZIONI:
MERCOLEDÌ 12 GENNAIO
ORE 20,30
SEDE C.A.I. CATANIA.-
SCUOLA ESTREMO SUD
VIA MESSINA 3 CATANIA
(Zona Ognina)

WWW.SCUOLAESTREMOSUD.IT

PROGRAMMA USCITE PRATICHE:

Sabato 22 e Domenica 23 Gennaio :Monti Climiti –primi passi d’ arrampicata in falesia,salite di facili e brevi creste o pareti.

Domenica 27 febbraio: Etna – primi passi in ambiente invernale con ramponi e piccozza

Sabato 5 e Domenica 6 marzo: Etna – perfezionamento tecnica di progressione con ramponi e piccozza, salita di facili pendii di ghiaccio/neve

Domenica 10 aprile: Etna – Valle del Bove facile gita alpinistica lungo creste e pendii

Domenica 17 aprile: Buccheri – giornata dedicata alle tecniche d’arrampicata e manovre di corda

Sabato 7 e Domenica 8 maggio: Pizzo Mirabella/Pizzo Pelavet – Salita di una via di roccia in montagna

Da giovedì 7 a domenica 10 luglio: Alpi Centrali – Gruppo Bernina Disgrazia – Salita di una cima in alta montagna

PROGRAMMA LEZIONI TEORICHE:

Giovedì 20 gennaio: Materiali ed equipaggiamento

Giovedì 10 febbraio: Nodi - Lezione teorico pratica

Giovedì 24 febbraio: Preparazione fisica e alimentazione

Giovedì 3 marzo: Neve, valanghe, bollettino, autosoccorso

Giovedì 17 marzo: Pericoli della montagna, preparazione di una salita, valutazione delle difficoltà

Giovedì 7 aprile: Gestione di un'emergenza, elementi di primo soccorso

Giovedì 14 aprile: Tecnica di progressione in cordata su roccia e ghiaccio

Giovedì 5 maggio: Topografia e orientamento

Giovedì 9 giugno: Storia dell'alpinismo

Giovedì 16 giugno: Catena di assicurazione

LE ISCRIZIONI SI APRIRANNO LA SERA STESSA DELLA PRESENTAZIONE:

Numero max. allievi 10

Numero min. allievi 4

REQUISITI E DOCUMENTI NECESSARI (DA PRESENTARE DOPO L'EFFETTIVA AMMISSIONE AL CORSO):

ISCRIZIONE AL CAI IN REGOLA PER IL 2011

CERTIFICATO MEDICO DI IDONEITÀ FISICA ATTESTANTE L'ATTITUDINE A PRATICARE ATTIVITÀ ALPINISTICA (IN FORMA NON AGONISTICA)

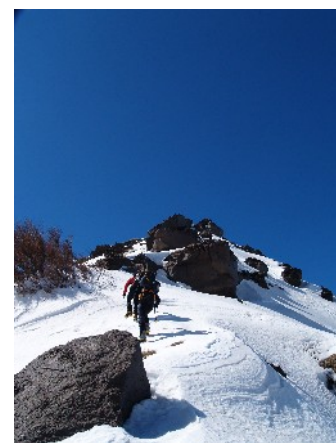
FOTOGRAFIA FORMATO TESSERA

LE ISCRIZIONI DEI MINORI DI 18 ANNI SARANNO PRESE IN CONSIDERAZIONE PREVIO APPROFONDITO COLLOQUIO CON I GENITORI .

LA QUOTA DI PARTECIPAZIONE AL CORSO E' 350 EURO (possibilità di pagamento in 2 rate)

N.B. GLI ISTRUTTORI DELLA SCUOLA "ESTREMO SUD" SONO TUTTI ALPINISTI TITOLATI O QUALIFICATI DAL CAI E OPERANO IN FORMA ASSOLUTAMENTE VOLONTARISTICA; IN OTTEMPERANZA ALLA LEGGE 6/89, NON PERCEPISCONO ALCUNA RETRIBUZIONE PER LE ATTIVITÀ SVOLTE DURANTE IL CORSO.

L'OBIETTIVO DEL CORSO E' DI TRASMETTERE LA PASSIONE PER LA SCALATA IN MONTAGNA , AFFRONTANDO PER GRADI LE DIFFICOLTÀ SU ROCCIA, SU NEVE E SU GHIACCIO. LA DIDATTICA DEL CORSO SARÀ IMPRONTATA SOPRATTUTTO ALLA **SICUREZZA** : GLI ALLIEVI IMPARERANNO POCO ALLA VOLTA LE TECNICHE BASILARI E LE MANOVRE CORRETTE, CHE PERMETTERANNO LORO UNA FREQUENTAZIONE AUTONOMA DI TUTTI GLI AMBIENTI MONTANI. CON LA GIUSTA SERENITÀ RISPETTANDO E RICONOSCENDO LE REGOLE I PERICOLI E LE BELLEZZE.



NOTE INFORMATIVE (DA LEGGERE ATTENTAMENTE)

I CORSI DELLA SCUOLA "ESTREMO SUD" SONO **ATTIVITÀ SPORTIVE** CHE SI SVOLGONO IN AMBIENTI APERTI DI FALESIA O DI MONTAGNA. TALI ATTIVITÀ PRESENTANO, PER LORO STESSA NATURA, **MARGINI DI RISCHIO** CHE NON POSSONO ESSERE DEL TUTTO ELIMINATI E DI CUI **GLI ALLIEVI DEVONO ESSERE CONSAPEVOLI**. DURANTE LA PRESENTAZIONE DEL CORSO VERRANNO AMPIAMENTE ILLUSTRATE SIA LE CARATTERISTICHE DELL'ATTIVITÀ IN OGGETTO, SIA L'EVENTUALE GRADO DI RISCHIO AD ESSA CONNESSO. PER FREQUENTARE IL CORSO SONO RICHIESTI SIA UN **OTTIMO ALLENAMENTO FISICO**, SIA LA **PARTECIPAZIONE COSTANTE** A TUTTE LE ESERCITAZIONI PRATICHE E ALLE LEZIONI TEORICHE. LA DIREZIONE DEL CORSO SI RISERVA LA PREROGATIVA DI ANNULLARE O REVOCARE IN QUALSIASI MOMENTO L'ISCRIZIONE DI UN ALLIEVO, CON INSINDACABILE GIUDIZIO, QUALORA NE RAVVISASSE LA NECESSITÀ E DI ALLONTANARE DAL CORSO GLI ALLIEVI EVENTUALMENTE RITENUTI **INIDONEI ALLA PROSECUZIONE DEL CORSO** STESSO, O IL CUI COMPORTAMENTO POSSA IN QUALCHE MODO RAPPRESENTARE UN PERICOLO PER SE STESSO O PER GLI ALTRI.