



55° Corso di Alpinismo 2024



Uscite pratiche

12/05/2024	Roccia
19/05/2024	Neve
25-26/05/2024	Ghiacciaio
9/06/2024	Roccia
16/06/2024	Roccia
22-23/06/2024	Alta montagna

Informazioni

presso la sede del CAI in c.so Palestro, 11
il venerdì ore 21.30

Direttore: Ermanno – 3496625619

Vicedirettore: Marco – 3338363903

Segretario: Valentina - 3471746953

Lezioni Teoriche

12/04/2024	Presentazione del corso e materiali
19/04/2024	Nodi e soste in palestra
23/04/2024	Assicurazione della cordata
03/05/2024	Catena di sicurezza e pericoli in montagna
10/05/2024	Tecnica individuale di arrampicata su roccia
17/05/2024	Primo soccorso e formazione sanitaria di base
21/05/2024	Neve e valanghe e autosoccorso
31/05/2024	Meteorologia
07/06/2024	Conduzione di una salita-Orientamento
14/06/2024	Il ghiacciaio e la progressione in cordata
18/06/2024	Storia dell'Alpinismo e geologia
28/06/2024	Riconsegna materiali e chiusura del corso

**IN ROSSO LE LEZIONI TEORICO PRATICHE IN PALESTRA – NECESSARIA
ATTEZZATURA**

Il costo del corso è di € 200, comprensivo dell'assicurazione e del materiale tecnico: corda, piccozza e ramponi. L'allievo dovrà dotarsi di: **imbrago, casco, scarpetta da arrampicata, tre moschettoni a ghiera, discensore e/o assicuratore, uno spezzone di corda dinamico da 8mm di 3m, due spezzoni di cordino (kevlar) da 5 mm di 2 m e 4 m, e abbigliamento adeguato ad ambiente di alta montagna.** Per le uscite su neve e ghiacciaio saranno necessari **artva, pala e soda.** La quota d'iscrizione non comprende le spese di trasporto ai siti di scalata, costi di vitto e alloggio per i week-end di scalata. È richiesto un **certificato medico** di sana e robusta costituzione redatto dal Medico di famiglia e occorre essere in regola con l'**iscrizione al CAI.**

Nota bene: le condizioni nivo-meteorologiche possono far differire le date indicate.