



Corso di Scialpinismo e Snowboard Alpinismo 2016



«Il vero viaggio di scoperta non consiste nel cercare nuove terre ma nell'aver occhi nuovi».

Marcel Proust

IL CORSO E I SUOI OBIETTIVI

I programmi dettagliati delle uscite in montagna saranno discussi di volta in volta con i partecipanti, in funzione delle condizioni ambientali e meteorologiche per prendere conoscenza dei principali aspetti dell'ambiente della montagna

invernale con particolare riferimento alla prevenzione degli incidenti ed alla sicurezza.

L'obiettivo è quello di rendere autonomo il partecipante all'interno di gruppi organizzati per poter partecipare a gite senza carattere alpinistico organizzate da persone più esperte.

AVVERTENZE

Durante la presentazione del corso verranno ampiamente illustrate sia le caratteristiche dell'attività in oggetto, sia l'eventuale grado di rischio ad essa connesso. E' necessario presentarsi ai corsi con un allenamento fisico adeguato.

ISCRIZIONI E QUOTE

Le iscrizioni al Corso sono riservate ai soci CAI; la domanda di partecipazione redatta sull'apposito modulo reperibile sul sito e nelle sezioni della Valle del Seveso (Desio, Bovisio, Paderno D., Seveso, Meda, Montevecchia, Barlassina, Cabiato), accompagnata da una fotografia formato tessera, preferibilmente da un certificato medico di idoneità alla pratica scialpinistica e dalla quota di **Euro 180 (Euro 150 per i nati dopo il 31/12/1998)**, deve essere presentata entro e non oltre le ore 22:00 del 14/01/2016 presso la Sede della Scuola, a Bovisio Masciago in Via Venezia, 33.

La quota versata offre: partecipazione al Corso; uso del materiale scialpinistico e culturale della scuola; dispensa tecnica edita dal CAI.

Copertura assicurativa infortuni delle attività sezionali come da polizza CAI per i propri soci.

Per qualsiasi informazione rivolgersi ai seguenti riferimenti telefonici: Alessandro: 347 2814818

EQUIPAGGIAMENTO INDIVIDUALE

Attrezzatura sci-alpinistica o di back country completa; la Scuola, per chi ne fosse sprovvisto, mette a disposizione dietro cauzione Artva, pala e sonda.

PRESENTAZIONE DEL CORSO

Giovedì 14 gennaio 2016 presso la sede di CAI di Bovisio Masciago in Via Venezia, 33 alle ore 21:15

LEZIONI TEORICHE

18/01/2016 Lunedì - Materiali ed equipaggiamento

21/01/2016 Giovedì - Preparazione fisica ed Alimentazione

28/01/2016 Giovedì - Cartografia ed orientamento

30/01/2016 Sabato - Club Alpino Italiano: chi siamo

04/02/2016 Giovedì - Neve e valanghe

11/02/2016 Giovedì - Bollettini meteo e valanghe: lettura ed utilizzo

18/02/2016 Giovedì - Preparazione e condotta di una gita

25/02/2016 Giovedì - Richiesta di soccorso. Elementi di primo soccorso

27/02/2016 Sabato - Norme di comportamento in ambiente, in rifugio etc.

03/03/2016 Giovedì - Tavola rotonda e chiusura corso



LEZIONI PRATICHE

23/01/2016 Sabato - Teoria e pratica utilizzo Artva

30/01/2016 Sabato - Tecnica di salita e discesa fuoripista

31/01/2016 Domenica - Riconoscimento di una zona con l'ausilio di una carta topografica ed orientamento su terreno accidentato

07/02/2016 Domenica - Applicazione dei criteri di riduzione del rischio valanghe

21/02/2016 Domenica - Considerazione dei fattori di rischio (visibilità, altezza neve o accumuli, inclinazione del pendio, partecipanti) e osservazione del manto nevoso (probabili piani di slittamento)

27/02/2016 Sabato - Esecuzione della traccia in salita e in discesa

28/02/2016 Domenica - Escursione conclusiva completa con partecipazione ad una operazione di autosoccorso in valanga

Le lezioni possono essere ospitate dalle sezioni CAI della VdS: controllare il calendario distribuito alla presentazione per la località esatta.

Direttore Corso: **Giuseppe Cesana - I.S.A.**