



# Scuola intersezionale di Alpinismo e Scialpinismo VALLE DEL SEVESO



## CORSO DI SCIALPINISMO E SNOWBOARD ALPINISMO PRIMAVERA 2016

Approfittiamo della primavera con giornate più luminose e condizione della neve più gradevole per avvicinare a questa disciplina gli amanti dell'avventura in montagna praticata in sicurezza. L'obiettivo del corso SA1 è quello di rendere autonomo l'allievo, organizzando escursioni all'interno di gruppi gestiti da persone esperte di carattere non alpinistico. Il corso è composto da lezioni teoriche che si terranno nelle sedi CAI delle sezioni costituenti la scuola ed uscite pratiche in ambiente, secondo il calendario riportato.

**GIOVEDÌ 25 FEBBRAIO ore 21.15 PRESENTAZIONE DEL CORSO** presso la sede del Cai di Bovisio Masciago in via Venezia 33

### LEZIONI TEORICHE:

- |                   |  |
|-------------------|--|
| – 29 / 02 lunedì  | MATERIALE ED EQUIPAGGIAMENTO                     |
| – 03 / 03 giovedì | PREPARAZIONE FISICA E ALIMENTAZIONE              |
| – 10 / 03 giovedì | CARTOGRAFIA E ORIENTAMENTO                       |
| – 12 / 03 sabato  | CLUB ALPINO ITALIANO : chi siamo                 |
| – 17 / 03 giovedì | NEVE E VALANGHE                                  |
| – 24 / 03 giovedì | BOLLETTINO METEO E VALANGHE: lettura e utilizzo  |
| – 31 / 03 giovedì | PREPARAZIONE E CONDOTTA DI GITA                  |
| – 07 / 04 giovedì | RICHIESTA DI SOCCORSO-ELEMENTI DI PRIMO SOCCORSO |
| – 09 / 04 sabato  | NORME DI COMPORTAMENTO IN AMBIENTE               |
| – 14 / 04 giovedì | CHIUSURA CORSO                                   |

### LEZIONI PRATICHE:

- |                    |   |
|--------------------|---|
| – 05 / 03 sabato   | TEORIA E PRATICA UTILIZZO ARTVA                                   |
| – 12 / 03 sabato   | TECNICA DI SALITA E DISCESA FUORIPISTA                            |
| – 13 / 03 domenica | TOPOGRAFIA ED ORIENTAMENTO  |
| – 20 / 03 domenica | CRITERI DI RIDUZIONE RISCHIO VALANGHE                             |
| – 03 / 04 domenica | CONSIDERAZIONE DEI FATTORI DI RISCHIO E OSSERVAZIONE MANTO NEVOSO |
| – 09 / 04 sabato   | ESECUZIONE DEL TRACCIATO IN SALITA E DISCESA                      |
| – 10 / 04 domenica | ESCURSIONE CONCLUSIVA CON OPERAZIONE AUTOSOCCORSO IN VALANGA      |

La domanda di partecipazione redatta sull'apposito modulo reperibile sul sito e nelle sezioni della Valle del Seveso, accompagnata da una fotografia formato tessera e da un certificato medico di idoneità, dovrà essere presentata **entro le ore 22:00 del 25/02/2016** presso la Sede della Scuola, a Bovisio Masciago in Via Venezia, 33  
Il costo del corso è di € 180 (per i nati dopo il 31/12/1998, il costo è 150 €)  
E' obbligatoria l'iscrizione al CAI in regola con l'anno 2016;

Per maggiori informazioni e per scaricare la domanda di iscrizioni vai su:

[www.caivalledelseveso.org](http://www.caivalledelseveso.org) in alternativa telefona ad Alessandro - 347 281 48 18

### Note:

Pur cercando di garantire la massima adesione al programma, la direzione del corso si riserva la possibilità di cambiare le date per motivi meteorologici ed organizzativi. I corsi di SciAlpinismo sono da considerarsi a tutti gli effetti attività sportive. Svolgendosi in ambiente di montagna, tali attività possono presentare, 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. E' necessario presentarsi ai corsi con un allenamento fisico adeguato.

