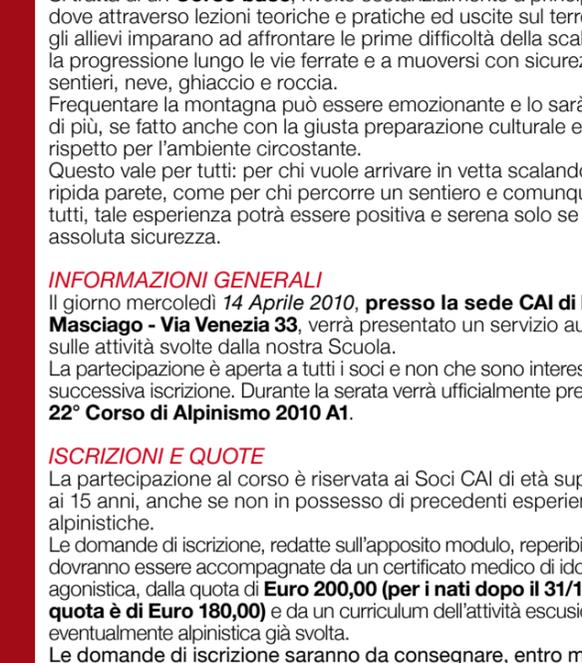




22° corso di Alpinismo

Direttore corso: Mario Brambilla (I.A.)



PRESENTAZIONE

La Commissione Intersezionale organizza suddiviso in due anni il corso di SciAlpinismo, con una sezione sperimentale dedicata allo SnowboardAlpinismo, per fornire in tutta tranquillità una preparazione tecnica adeguata alla pratica delle discipline e che permetta di gustare la bellezza dell'ambiente montano in cui si svolge.

Anno 2010 - Aspetti introduttivi e tecnica di base
Anno 2011 - Specializzazione e tecnica avanzata

Per far apprezzare ai partecipanti al corso in tutta la loro bellezza, la pratica dello SciAlpinismo e dello Snowboard Alpinismo, sarà compiuta una prova di selezione, consistente in discesa su pista battuta, al fine di stimare il livello tecnico di ciascun iscritto nella pratica dello Sci alpino e dello Snowboard. Il giudizio circa l'idoneità è di competenza del Direttore del Corso.

Al Corso di Specializzazione potranno accedere gli allievi ritenuti idonei dal Direttore del Corso Introduttivo, previa indicazione del Corpo Istruttori. I Corsi che la Commissione organizza sono imperniati sull'amicizia, senza trascurare elementi tecnici, etici e di sicurezza.

Durante il Corso e soprattutto durante le uscite in montagna è quindi importante che ciascun partecipante, allievo e istruttore, si comporti come la montagna richiede, nel pieno rispetto delle caratteristiche di ogni persona e dell'ambiente circostante.

INFORMAZIONI GENERALI

Lo sviluppo del programma del corso si propone di avvicinare il partecipante alle tecniche dello **SciAlpinismo** e dello **SnowboardAlpinismo**, facendogli nascere una conoscenza critica delle stesse.

La progressione delle uscite e delle informazioni fornite è studiata per mettere in condizione il partecipante, durante lo svolgimento del corso, di poter godere in discreta sicurezza le magnifiche opportunità offerte dalle discipline. Per questo sono comunque necessari un adeguato allenamento e una buona padronanza della tecnica dello sci alpino o dello Snowboard.

Negli incontri infrasettimanali inoltre sarà possibile soddisfare la curiosità di ogni partecipante su ciascun dettaglio tecnico.

I programmi dettagliati delle uscite in montagna saranno discussi con i partecipanti di volta in volta, in funzione delle condizioni ambientali e meteorologiche.

ISCRIZIONI E QUOTE

Le iscrizioni al programma sono riservate ai soci del CAI di età superiore ai 15 anni. La domanda di partecipazione redatta su apposito modulo, reperibile sul sito e nelle sezioni, accompagnata da una fotografia formato tessera, da un certificato medico di idoneità unitamente alla quota di **euro 150,00 (euro 130,00 per i nati dopo il 31/12/1992)**, deve essere presentata entro e non oltre le ore 22:00 di Giovedì 11 Febbraio 2010.

La quota versata offre: partecipazione al corso; uso del materiale sci-alpinistico e culturale della scuola; dispensa tecnica preferibilmente edita dal Club Alpino Italiano. Copertura assicurativa infortuni delle attività sezionali come da polizza Cai per i propri soci.

EQUIPAGGIAMENTO INDIVIDUALE

Attrezzatura sci-alpinistica completa e/o Attrezzatura di Snowboard-Alpinismo.

PRESENTAZIONE DEL CORSO

Giovedì 11 Febbraio 2010: Materiali ed equipaggiamento. Presso la sede CAI di Bovisio Masciago - Via Venezia,33 Tel. 0362593163 - ore 21.15

PROVA DI SELEZIONE

Sabato 13 Febbraio 2010: Verifica della tecnica individuale di SciAlpinismo e SnowboardAlpinismo su pista e fuori pista.

CONCETTI BASE

Giovedì 18 Febbraio 2010	Preparazione di un'escursione
Giovedì 25 Febbraio 2010	Topografia ed orientamento
Giovedì 4 Marzo 2010	Conoscenze di nivologia e meteorologia
Giovedì 11 Marzo 2010	Uso della corda e nodi alpinistici
Giovedì 18 Marzo 2010	Medicina in montagna
Giovedì 25 Marzo 2010	Teoria dello schizzo di rotta
Giovedì 1 Aprile 2010	Conclusione corso

ESCURSIONI CON APPLICAZIONE DEL PROGRAMMA

Domenica 21 Febbraio 2010	Condizione di un'escursione
Domenica 28 Febbraio 2010	Riconoscimento di una zona con l'ausilio di una carta topografica ed orientamento su terreno accidentato
Domenica 7 Marzo 2010	Progressione e scelta dell'itinerario migliore in base alle condizioni nivo-meteorologiche
Sabato 13 Marzo 2010	Progressione su terreno alpinistico
Domenica 21 Marzo 2010	Progressione su differenti tipi di neve
Sabato 27 Marzo 2010	Progressione con schizzo di rotta e tecnica di bivacco
Domenica 28 Marzo 2010	Escursione conclusiva

NOTE

Per ulteriori informazioni rivolgersi alle Sezioni C.A.I., facenti parte della Scuola Intersezionale "Valle del Seveso". Per informazioni rivolgersi a Stefania - cellulare 3478738711, oppure consultare il sito internet: www.caivalledelseveso.org.

PREMESSA

Si tratta di un **Corso base**, rivolto sostanzialmente a principianti dove attraverso lezioni teoriche e pratiche ed uscite sul terreno gli allievi imparano ad affrontare le prime difficoltà della scalata e la progressione lungo le vie ferrate e a muoversi con sicurezza su sentieri, neve, ghiaccio e roccia. Frequentare la montagna può essere emozionante e lo sarà ancora di più, se fatto anche con la giusta preparazione culturale e il dovuto rispetto per l'ambiente circostante. Questo vale per tutti: per chi vuole arrivare in vetta scalando una ripida parete, come per chi percorre un sentiero e comunque, per tutti, tale esperienza potrà essere positiva e serena solo se vissuta in assoluta sicurezza.

INFORMAZIONI GENERALI

Il giorno mercoledì **14 Aprile 2010**, presso la sede CAI di Bovisio Masciago - Via Venezia 33, verrà presentato un servizio audio-visivo sulle attività svolte dalla nostra Scuola. La partecipazione è aperta a tutti i soci e non che sono interessati ad una successiva iscrizione. Durante la serata verrà ufficialmente presentato il **22° Corso di Alpinismo 2010 A1**.

ISCRIZIONI E QUOTE

La partecipazione al corso è riservata ai Soci CAI di età superiore ai 15 anni, anche se non in possesso di precedenti esperienze alpinistiche. Le domande di iscrizione, redatte sull'apposito modulo, reperibile sul sito, dovranno essere accompagnate da un certificato medico di idoneità non agonistica, dalla quota di **Euro 200,00 (per i nati dopo il 31/12/1992 la quota è di Euro 180,00)** e da un curriculum dell'attività escursionistica ed eventualmente alpinistica già svolta. Le domande di iscrizione saranno da consegnare, entro mercoledì 21 Aprile 2010 presso le sedi CAI appartenenti alla "Valle del Seveso" o durante la serata di presentazione del corso. La quota di iscrizione da diritto a: insegnamenti teorici e pratici, uso del materiale didattico ed alpinistico della Scuola, manuali didattici

editi dal CAI, copertura assicurativa infortuni secondo i massimali della sede centrale CAI. Le iscrizioni sono a numero chiuso e la accettazione delle domande è a insindacabile giudizio della commissione intersezionale. Elemento preferenziale di accettazione è l'appartenenza ad una sezione CAI della "Valle del Seveso". La non accettazione della domanda comporta la restituzione dell'intera quota versata.

EQUIPAGGIAMENTO INDIVIDUALE

Particolari disposizioni per l'attrezzatura alpinistica individuale (imbracatura, scarpette d'arrampicata, cordini, moschettoni, casco, ramponi e piccozza) e per il set da ferrata saranno impartiti durante la lezione del corso il 28 Aprile 2010. Sono indispensabili: zaino, cappello, guanti, mantella impermeabile, giacca da montagna, occhiali da sole, scarponi, ghette, borraccia, sacco lenzuolo. N.B.: Il giorno 28 Aprile 2010, prima lezione teorica, tutti gli allievi dovranno portare la loro attrezzatura per poterne verificare l'idoneità.

LEZIONI TEORICHE

14/04/2010	Presentazione corso
28/04/2010	Materiali ed equipaggiamento
05/05/2010	Uso della corda e nodi
12/05/2010	Autoassicurazione e assicurazione
19/05/2010	Metodologia di una ferrata
09/06/2010	Neve e valanghe
16/06/2010	Pericoli della montagna e preparazione di una salita
23/06/2010	Topografia e orientamento
07/07/2010	Alimentazione e pronto soccorso
21/07/2010	Geomorfologia
28/07/2010	Meteorologia e previsioni del tempo

LEZIONI TEORICHE IN RIFUGIO

03/08/2010	Storia dell'alpinismo
04/08/2010	Tavola rotonda

USCITE PRATICHE

23/05/2010	Progressione su una via ferrata
12-13/06/2010	Manovre ghiaccio
26-27/06/2010	Ascensione in ambiente su ghiaccio
dal 01/08 al 04/08/2010	Manovre roccia e arrampicata

NOTE

Le lezioni teoriche avranno inizio alle ore 21:00 e si terranno presso le sedi C.A.I. facenti parte della Scuola Intersezionale "Valle del Seveso". Le date delle lezioni pratiche sono indicative e soggette a modifica in funzione delle esigenze metereologiche/organizzative che potranno verificarsi. Per informazioni rivolgersi all'istruttore Mario Brambilla 3494659123, oppure sul sito internet: www.caivalledelseveso.org.

Direttore corso: Giuseppe Cesana (I.S.A.)

32° corso di SciAlpinismo e Snowboard Alpinismo

LA SCUOLA "VALLE DEL SEVESO"

SEDE

Via Venezia, 33
20030 Bovisio Masciago (MI)
Tel. 0362593163
www.caivalledelseveso.org
info@caivalledelseveso.org

DIRETTORE SCUOLA

MERONI ANTONIO (I.N.S.A. - I.A.)

COMMISSARI SCUOLA

CAI BARLASSINA: Maurizio Nessi (Presidente), Giovanni Pivetti
CAI BOVISIO M: Gabriele Bianchi, Silvano Giampietri (Tesoriere)
CAI CABIATE: Ennio Lodola, Metto Toccano
CAI DESIO: Paolo Colombini, Valter Meda
CAI MEDA: Dario Tonoli, Daniele Tonoli
CAI MONTEVECCHIA: Mario Brambilla, Giorgio Gallo
CAI PADERNO D.: Carmelo Campaner, Luigi Maggioni
CAI SESTO S.G.: Luigi Melchiorre, Enrico Vegetti
CAI SEVESO: Angelo Isella, Giuseppe Meroni

SEGRETERIA SCUOLA

Alessandra Stocco

ORGANICO ISTRUTTORI

ISTRUTTORI NAZIONALI

BIANCHI DANILO (Istruttore Emerito)
MERONI ANTONIO (I.N.S.A. - I.A.)

ISTRUTTORI

BIANCHI GABRIELE (I.A. - I.S.A.)
BRAMBILLA MARIO (I.A.)
CESANA GIUSEPPE (I.S.A.)
COLOMBINI PAOLO (I.A.)
CRIPPA PIERANGELO (I.S.A.)
FACCIO ANTONIO (I.A.)
MANZINI RENZO (A.A.G.)
RONZETTI ALBERTO (I.S.A.)
VILLA MARCO (I.A.)

ISTRUTTORI SEZIONALI

AGOSTONI MASSIMILIANO
BARBIERI FABIO
BARNI ALESSANDRO
BRAMBILLA GIORGIO
CAMPARDO PIERLUIGI
CAPITOLI TIZIANO
CAPIZZI LUCIO
CASATI MASSIMILIANO

CASTOLDI STEFANIA
COMO GIANLUCA
CONTI MASSIMO
CRISPIANI ARMANDO
GALLO GIORGIO
GALLO LUIGI
GIAMPIETRI SILVANO
LUZZI FAUSTO
MAGGIONI LUIGI
MAGNI EUGENIO
MANERA CARLO
MEDA DAVIDE
MEREGALLI FEDERICO
MORETTI FRANCESCO
MOSCONI BORIS
NICCHIO ALESSANDRO
NOBILI CESARE
ORSENIGO EGIDIO
PREDI TEREZIO
RULLO SIMONA
SALMISTRARO MARCO
SIMONE PESSINA
SPADA ANDREA
STOCCO ALESSANDRA
TAGLIABUE ALBERTO
TOCCANE MATTEO
TERRUZZI LUCIANO

LE SEZIONI DELLA SCUOLA INTERSEZIONALE "VALLE DEL SEVESO"

CAI BARLASSINA

L.go Diaz, 5
20030 BARLASSINA (MI)
Tel. 0362563655
Mar e Ven: dalle 21 alle 23

CAI BOVISIO MASCIAGO

Via Venezia, 33
Zona Scuole Medie
20030 BOVISIO M. (MI)
Tel.: 0362593163
cai.bm@alice.it
www.clubalpino.net
Mer e Ven: dalle 21 alle 23

CAI CABIATE

V. Venezia, 29
20060 CABIATE (CO)
Lun e Gio: dalle 21 alle 23

CAI DESIO

Via Lampugnani, 78
20033 DESIO (MI)
Tel./Fax: 0362621668
caidesio@caidesio.net
www.caidesio.net
Mer e Ven: dalle 21 alle 23

CAI MEDA

c/o Bar Liatti
Viale Francia, 43
20036 MEDA (MI)
Tel. 036271607
caimeda@libero.it
<http://digilander.libero.it/caimeda>
Mar e Ven: dopo le 21

CAI MONTEVECCHIA

Via del Fontanile, 8
22050 MONTEVECCHIA (LC)
Tel.: 0399930046
info@caimontevecchia.org
www.caimontevecchia.org
Ven dalle 21 alle 23

CAI PADERNO DUGNANO

Via delle Rose, 19
20030 PADERNO D. (MI)
Tel./Fax.: 0299045033
Mar e Ven: dalle 21 alle 24

CAI SESTO S. GIOVANNI

Via Giardini, 8
20099 S.S. GIOVANNI (MI)
Tel./Fax 022426875
caisesto@libero.it
www.caisestosg.it
Mar e Gio: dalle ore 21 alle 23

CAI SEVESO

Via Ada Negri
20030 SEVESO (MI)
Tel.: 0362551978
cai@seveso.net
www.cai.web.seveso.net
Mer e Ven: dalle 21 alle 23

La tua banca di credito cooperativo

TI SEGUE E CRESCE CON TE

**CREDITO
ALL'INVESTIMENTO,
AL CONSUMO,
ALL'INNOVAZIONE**

**FINANZA,
GESTIONE
DEL RISPARMIO,
PREVIDENZA**

**MONETICA
E BANCA
ELETTRONICA**

**MUTUALITÀ
E SOSTEGNO
ALLE REALTÀ
LOCALI**

bccbarlassina.it info@bccbarlassina.it

Barlassina - Bovisio Masciago - Cabiato - Desio - Meda - Montevecchia - Paderno Dugnano - Sesto S.G. - Seveso

design: www.alestocco.it - illustrazioni: cittone luisa

SA1 SciAlpinismo e SnowboardAlpinismo



A1 Alpinismo



I CORSI DELLA SCUOLA INTERSEZIONALE DI SCI-ALPINISMO E "VALLE DEL SEVESO"

www.caivalledelseveso.org

Barlassina - Bovisio Masciago - Cabiato - Desio - Meda - Montevecchia - Paderno Dugnano - Sesto S.G. - Seveso