





**CLUB ALPINO ITALIANO  
SEZIONE DI PARMA**

**La Scuola di Alpinismo e Scialpinismo  
organizza il  
50° CORSO BASE DI ALPINISMO  
ANNO 2020**



**CALENDARIO DEL CORSO**

GIO 5 DICEMBRE 2019 - ore 21.00: - Presentazione Corsi Scuola Alpinismo e Sci Alpinismo e apertura iscrizioni

GIO 16 e GIO 30 GENNAIO - ore 21.00: - iscrizioni

GIO 13 FEBBRAIO - ore 21.00: - presentazione del corso, della Scuola di Alpinismo e Scialpinismo e del CAI  
- attrezzatura ed equipaggiamento

GIO 20 FEBBRAIO - ore 21.00: - nodi fondamentali  
- manovre di assicurazione (1/2)

GIO 27 FEBBRAIO - ore 21.00: - manovre di assicurazione (2/2)  
- progressione in cordata su terreno alpinistico

GIO 5 MARZO - ore 21.00: - la catena di sicurezza  
- chiodi, spit, protezioni veloci e loro utilizzo

GIO 12 MARZO - ore 21.00: - glaciologia  
- nivologia  
- uso dei dispositivi ARTVA

**SAB/DOM 14-15 MARZO: APPENNINO REGGIANO – Tecnica di neve e ghiaccio e Salita di un itinerario di neve e ghiaccio**

**MER 18 MARZO - ore 20.00: PALESTRA INDOOR: Schemi motori e tecniche di arrampicata**

**MER 25 MARZO - ore 20.00: PALESTRA INDOOR: Manovre di assicurazione e autosoccorso della cordata**

**MER 1 APRILE - ore 20.00: PALESTRA INDOOR: Corde doppie e manovre di autosoccorso della cordata**

GIO 8 APRILE - ore 21.00: - consultazione di guide alpinistiche  
- cenni di meteorologia e consultazione di bollettini meteo

GIO 15 APRILE - ore 21.00: - cenni di orientamento  
- lettura di carte topografiche

**SAB 18 APRILE: PREALPI VERONESI – Tecniche di arrampicata, manovre di assicurazione e Salita su roccia**

GIO 23 APRILE - ore 21.00: - il soccorso in montagna (autosoccorso e Soccorso Alpino)

GIO 7 MAGGIO - ore 21.00: - storia ed etica dell'Alpinismo

**SAB/DOM 9-10 MAGGIO: VALLE D'AOSTA – Tecniche di progressione della cordata e salita su roccia**

GIO 11 GIUGNO - ore 21.00: - geografia alpinistica  
- geologia  
- aspetti morfologici e paesaggistici delle Alpi

**SAB/DOM 13-14 GIUGNO: DOLOMITI – Manovre di corda e salita su roccia**

GIO 18 GIUGNO - ore 21.00: - progressione della cordata su ghiacciaio

GIO 25 GIUGNO - ore 21.00: - manovre di recupero da crepaccio

**SAB/DOM 27-28: GRUPPO DEL MONTE ROSA – tecnica di ghiaccio e ascensione su ghiacciaio**

**LA DIREZIONE DEL CORSO SI RISERVA DI CAMBIARE LE DATE E LE LOCALITA' DELLE USCITE, NEL CASO INTERVENGANO MOTIVI DI FORZA MAGGIORE. LE EVENTUALI DATE DI RECUPERO VERRANNO STABILITE E COMUNICATE DURANTE IL CORSO.**

**per informazioni: internet: [www.caiparma.it](http://www.caiparma.it) - e-mail: [leofra@libero.it](mailto:leofra@libero.it) - tel.: 335406219**

Il corso è rivolto agli appassionati di montagna che vogliono approfondire gli aspetti tecnici-culturali della pratica alpinistica.

Verranno fornite nozioni tecniche e insegnamenti pratici di base per affrontare con la dovuta preparazione tecnica ascensioni di neve e roccia di media difficoltà facendo acquisire gli elementi necessari per rendersi autonomi su tali tipi di terreno.

### **MODALITA' D'ISCRIZIONE**

**La presentazione della domanda di iscrizione va effettuata di persona presso la sede sociale (Viale Piacenza, 40 - 43126 Parma - tel. 0521 1995241) nelle seguenti giornate:**

- **Giovedì 5 Dicembre 2019 dalle ore 21 alle ore 22,30**
- **Giovedì 16 Gennaio 2020 dalle ore 21 alle ore 22,30**
- **Giovedì 30 Gennaio 2020 dalle ore 21 alle ore 22,30**

**La disponibilità è limitata a 16 posti, pertanto l'accettazione della domanda avverrà in base al curriculum alpinistico e al giudizio della Scuola di Alpinismo.**

**All'atto della presentazione della domanda di iscrizione va consegnata tutta la documentazione richiesta (calendario\regolamento e cv alpinistico), opportunamente compilata e firmata in ogni sua parte.**

**La quota di iscrizione è di 250 EURO, comprensiva di:**

- copertura assicurativa
- uso del materiale comune del Corso
- assistenza didattica e tecnica di un istruttore ogni 2 allievi (con la sola eccezione di alcune uscite, in cui il rapporto può essere più ampio)
- manuale di tecnica di ghiaccio e misto o di roccia (secondo disponibilità) del CAI
- lezioni pratiche di arrampicata in palestra indoor come da calendario

Restano invece a carico dei partecipanti:

- pernottamenti e vitto nei rifugi
- spese relative alle uscite con mezzi propri
- eventuale acquisto di abbigliamento, equipaggiamento ed attrezzatura personale (vedi sotto)

**I partecipanti al corso dovranno presentare la seguente documentazione entro la data di inizio corso:**

- **il certificato medico di idoneità sportiva non agonistica**
- **la ricevuta di pagamento dell'intera quota di iscrizione al corso**
- **il certificato di iscrizione al CAI (scaricabile dal sito <https://soci.cai.it/my-cai/home>, dopo opportuna registrazione)**

**NB: la quota di iscrizione è da versare tramite bonifico bancario intestato a "Club Alpino Italiano – Sezione di Parma" (IBAN IT07A0335901600100000150681), con causale "ALP-A1/20 Iscrizione Corso di Alpinismo A1 2020"**

### **ATTREZZATURA ED EQUIPAGGIAMENTO OBBLIGATORI**

Ogni allievo è tenuto ad essere in possesso di:

- scarpette da arrampicata
- scarponi da neve
- adeguato abbigliamento per la frequentazione di ambiente innevato e di alta quota
- casco e imbragatura
- ramponi e piccozza
- 4 moschettoni a ghiera di tipo HMS (per assicurazione) e 2 moschettoni a ghiera di tipo ovale
- piastrina GiGi
- 2 cordini lunghezza mt 1,60 e diametro 5-6 mm
- 1 cordino lunghezza mt 3,00 e diametro 9 mm
- 1 cordino lunghezza mt 3,50 e diametro 7 mm

## AVVERTENZE IMPORTANTI

- Per motivi organizzativi, è necessario confermare di persona la partecipazione ad ogni singola uscita, in occasione della lezione teorica che precede l'uscita stessa.
- In caso di impossibilità ad intervenire personalmente all'incontro dare conferma telefonica al Direttore del Corso, ENTRO la data della lezione stessa.
- In caso di mancata conferma, si intende tacitamente annullata la partecipazione all'uscita e l'organizzazione del corso non garantisce la presenza dell'istruttore.
- Non è ammessa, durante il Corso, attività individuale, autonoma e non programmata dal Corso stesso.
- Non sono ammessi eventuali amici degli allievi alle uscite del corso
- Le date e le località delle uscite possono venire spostate, per motivi legati ad avverse condizioni atmosferiche o altri fattori, ad insindacabile giudizio degli organizzatori.
- Ad ogni uscita la scuola valuterà l'opportunità di autorizzare a partecipare gli aggregati che ne abbiano fatto richiesta (sempre affiancandoli con istruttori non già impegnati nell'uscita del Corso). Gli aggregati devono comunque avere i seguenti requisiti:
  - devono essere in regola col bollino CAI
  - devono essere autonomi e indipendenti
  - non possono legarsi in cordate in cui siano presenti allievi del Corso e comunque non devono procurare intralcio\rallentamenti alle cordate del Corso.

## REGOLAMENTO

- Gli iscritti al Corso dovranno prendere visione del calendario delle uscite che potrà comunque subire variazioni per motivi di forza maggiore e/o opportunità valutati volta per volta dal Direttore di Corso.
- Gli iscritti al Corso si impegnano a frequentare tutte le lezioni teoriche e le uscite in ambiente.
- Le località potranno essere modificate se le condizioni non permetteranno lo svolgimento delle esercitazioni previste.
- Gli allievi impossibilitati a partecipare all'uscita in programma dovranno darne comunicazione di volta in volta al Direttore del Corso durante la lezione che precede l'uscita.
- Sono a carico degli allievi tutte le spese di pernottamento e vitto.
- In ogni circostanza gli allievi sono tenuti ad attenersi scrupolosamente alle disposizioni impartite dal corpo insegnante; nelle uscite del Corso non sono ammesse attività individuali da parte degli allievi.
- La Direzione del Corso si riserva la facoltà di escludere, anche durante lo svolgimento dello stesso, gli allievi che operino in contrasto con gli obiettivi del Corso o manifestino palese inadeguatezza al tipo di attività programmata. L'adozione di tale provvedimento non determina alcun diritto al rimborso della quota d'iscrizione.
- Ogni iscritto al Corso dichiara di essere pienamente consapevole ed informato che la pratica dell'alpinismo in tutte le sue forme e specializzazioni è ritenuta attività pericolosa e come tale comporta dei rischi.  
Dichiara pertanto di accettarli e di assumere per se stesso tutte le conseguenze che potrebbero derivarne e si impegna a osservare scrupolosamente tutte le prescrizioni che verranno impartite dal Direttore del Corso e dagli Istruttori
- I trasferimenti, effettuati con qualsiasi mezzo, da e per le località delle uscite pratiche, non sono parte integrante del Corso ed escludono quindi qualsiasi coinvolgimento degli organizzatori.
- Gli allievi dovranno prendere visione dell'accordo assicurativo che regola eventuali infortuni.

Nome e Cognome .....

Luogo e Data di nascita .....

Nr. tessera CAI .....

Data .....

Firma .....

**DIRETTORE DEL CORSO: Leonardo Frazzi (tel. 335-406219, e-mail: leofra@libero.it)**