



**SCUOLA DI ALPINISMO,
SCIALPINISMO ED
ARRAMPICATA LIBERA
"ENRICO MUTTI"
CAI PARMA
CORSI 2024**



SCUOLA DI ALPINISMO
SCIALPINISMO E
ARRAMPICATA LIBERA
ENRICO MUTTI - CAI PARMA

Martedì 5 Dicembre 2024 ore 21.00

Presentazione dei corsi

CORSO D'ARRAMPICATA SU ROCCIA PRIMO LIVELLO AR1

CORSO D'ARRAMPICATA LIBERA PRIMO LIVELLO AL1

CORSO DI SCIALPINISMO PRIMO LIVELLO SA1

CORSO DI FREERIDE

Il Corso di Roccia AR1 del CAI di Parma è rivolto alle persone che intendono vivere e provare indimenticabili sensazioni, in ambiente di montagna, dominato da profondi silenzi e panorami da lasciare senza fiato.

Tutti i corsi sono strutturati con lezioni teoriche che si svolgeranno di norma presso la sede del C.A.I. ed uscite pratiche in ambiente che si svolgeranno in diverse località dell'arco alpino e dell'appennino emiliano.

CORSO DI ROCCIA AR1



INFORMAZIONI GENERALI:

Il corso roccia AR1 ha la finalità di fornire ai partecipanti una preparazione teorica e pratica per affrontare un itinerario di arrampicata su roccia in ambiente alpinistico in autonomia e sicurezza; di far conoscere i pericoli della montagna, le manovre ed i nodi di base, i concetti dell'autosoccorso e apprendere nozioni base di meteorologia. Il corso, inoltre si prefigge di migliorare la tecnica di salita su roccia dei partecipanti e spiegare i principi della progressione in cordata. Il corso è rivolto a principianti che non hanno mai praticato, o hanno poca dimestichezza con itinerari di stampo alpinistico, ma con un minimo di esperienza di arrampicata sportiva e di confidenza con la verticalità.

Durante le uscite pratiche in ambiente, presso i rifugi potranno essere sviluppati ulteriori argomenti e/o approfondite materie già oggetto di lezioni teoriche. Si consiglia ai partecipanti che dovessero effettuare acquisti di abbigliamento e attrezzatura, di attendere la prima lezione, in cui verranno dati consigli in merito.

Le comunicazioni vanno inviate al seguente indirizzo: e.mutti@cnsasa.it e/o all'indirizzo email dei Direttori di corso disponibili in fondo a questo documento.

Le lezioni teoriche si terranno presso la sede del C.A.I di Parma in Viale Piacenza n. 40, con inizio alle ore 21.00. Si prega di rispettare la puntualità.

REQUISITI PER L'AMMISSIONE AL CORSO:

Livello base di arrampicata su roccia (salite su III° e IV° da secondi di cordata)

Buona forma fisica per essere in grado di compiere escursioni. Durante le uscite pratiche gli istruttori valuteranno concretamente i due requisiti sopra indicati. A seguito di ciò alle persone che non saranno ammesse al corso verrà eventualmente restituita parte della quota di iscrizione.

Attrezzatura necessaria :

- Casco omologato per l'arrampicata
- Imbragatura omologata per l'arrampicata
- Scarpette da arrampicata
- 4 moschettoni a ghiera tipo HMS
- 1 piastrina GiGi
- 2 cordini lunghezza mt 1,60 e diametro 5-6 mm
- 1 cordino lunghezza mt 3,00 e diametro 9 mm
- Adeguate abbigliamento da montagna.

Oltre a queste dotazioni saranno indicate durante la prima lezione alcune dotazioni alpinistiche aggiuntive necessarie.

Si consiglia di non effettuare acquisti ed aspettare la prima lezione del corso per le eventuali informazioni e specifiche.

REGOLAMENTO:

- Gli allievi dovranno prendere visione del calendario delle uscite.
- Le date e le mete relative alle uscite pratiche riportate sul programma potranno variare in relazione alle condizioni meteorologiche o qualora la Scuola lo ritenesse opportuno.
- Si richiede dunque al partecipante la massima flessibilità e disponibilità .
- Sarà fondamentale per il corretto svolgimento delle uscite il massimo rispetto delle date e degli orari fissati dagli istruttori.
- Di volta in volta verranno indicate agli allievi l'ora ed il luogo di ritrovo dal quale prenderà inizio e si concluderà a tutti gli effetti ciascuna lezione pratica.
- Gli allievi dovranno organizzarsi in modo autonomo per il viaggio di andata e ritorno.
- 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.
- Gli allievi che fossero impossibilitati a partecipare alle uscite dovranno darne ogni volta tempestiva comunicazione al direttore del corso.
- Non sono ammessi rimborsi della quota di iscrizione nel caso che l'allievo si ritiri volontariamente dal Corso. Sono a carico dei partecipanti le spese di vitto, alloggio, impianti di risalita e viaggio con mezzi propri.
- I partecipanti dovranno essere iscritti al C.A.I. ed essere in regola con il pagamento del bollino valido per il periodo di tempo in cui si svolgerà il corso. Si consiglia ai non iscritti al C.A.I. di rivolgersi in segreteria prima dell'iscrizione per avere tutte le informazioni riguardo al tesseramento. Gli orari di apertura della segreteria sono disponibili sul sito caiparma.it
- In qualsiasi circostanza gli allievi sono tenuti ad osservare nei confronti degli Istruttori un contegno di stretta dipendenza disciplinare attenendosi scrupolosamente alle disposizioni impartite.

- La Direzione della Scuola ha facoltà di escludere, durante lo svolgimento del corso, quegli elementi che non ritenesse idonei o di cui non giudicasse opportuna l'appartenenza al corso.
- La Scuola declina ogni responsabilità di qualsiasi genere per eventuali incidenti che potessero accadere durante lo svolgimento delle attività, pur garantendo la massima regolarità di azione per prevenirli. E' infatti da tener presente che le attività connesse all'alpinismo comportano comunque dei rischi. Già con la loro adesione gli allievi assumono per se stessi tutte le conseguenze che potrebbero derivarne.
- I trasferimenti, effettuati con qualsiasi mezzo, da e per le località di svolgimento delle lezioni pratiche, non sono parte integrante del corso ed escludono quindi qualsiasi coinvolgimento della Scuola.
- Al termine del corso la Scuola rilascerà un diploma a tutti gli allievi ritenuti idonei.

CALENDARIO

DATA	TIPO	DESCRIZIONE
giovedì 14 marzo 2024 ore 21	LEZIONE TEORICA 1	- Presentazione del corso e della Scuola E.mutti e del CAI -attrezzatura ed equipaggiamento
giovedì 21 marzo 2024 ore 20	LEZIONE INDOOR 1	- Soste e nodi
giovedì 28 marzo 2024 ore 20	LEZIONE INDOOR 2	- Tecnica di arrampicata Principi base di progressione
giovedì 04 aprile 2024 ore 20	LEZIONE INDOOR 3	- Tecnica di arrampicata Tecnica di salita in placca e diedro
giovedì 11 aprile 2024 ore 20	LEZIONE INDOOR 4	- Calata in corda doppia
sabato 13 aprile 2024	USCITA PRATICA 1	USCITA 1
giovedì 18 aprile 2024 ore 20	LEZIONE INDOOR 5	- Tecnica di arrampicata
giovedì 2 aprile 2024 ore 21	LEZIONE TEORICA 2	- Catena di assicurazione
sabato 4 domenica 5 maggio 2024	USCITA PRATICA 2	USCITA 2
giovedì 9 maggio 2024 ore 20	LEZIONE INDOOR 6	- Progressione in cordata
giovedì 16 maggio 2024 ore 21	LEZIONE TEORICA 3	- Protezioni su roccia in alpinismo Tipologia di protezioni veloci, e dei chiodi da roccia e loro posizionamento.

sab 1 dom 2 Giu 2024	USCITA PRATICA 3	USCITA 3
giovedì 6 giugno 2024 ore 21	LEZIONE TEORICA 6	- Storia dell'alpinismo
giovedì 13 giugno 2024 ore 21	LEZIONE TEORICA 7	- Geologia e morfologia alpina
giovedì 20 giugno 2024 ore 21	LEZIONE TEORICA 8	- Meteorologia
sab 22 dom 23 giu 2024	USCITA PRATICA 4	USCITA 4
giovedì 28 giugno 2024 ore 21	LEZIONE TEORICA 9	- Chiusura del corso

MODALITA' DI 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 25 Gennaio 2024 dalle ore 21 alle ore 22,30
- Giovedì 01 Febbraio 2024 dalle ore 21 alle ore 22,30

La disponibilità è limitata a 14/16 posti, pertanto l'accettazione della domanda avverrà in base al curriculum alpinistico e al giudizio della Scuola.

All'atto della presentazione della domanda di iscrizione va consegnato, preferibilmente in via digitale il modulo di iscrizione, compilato e firmato (disponibile sul sito www.caiparma.it), il consenso informato (disponibile sul sito www.caiparma.it), ed il CV alpinistico

La quota di iscrizione è di 280 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)
- 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

Si ricorda che è consigliato agli allievi di presentarsi in sede della Sezione il giorno della presentazione dei corsi 2024 fissata in data 05/12/2023 alle ore 21 per un eventuale breve colloquio conoscitivo.

Una volta presentata la domanda e i documenti richiesti, entro i 15gg successivi alla chiusura delle iscrizioni (giovedì 01 febbraio 2024) , verrà data comunicazione dal direttore del corso o dal vice, mediante e-mail o Whatsapp, sull'esito dell'ammissione del candidato.

Una volta formata la rosa di iscritti, i partecipanti dovranno presentare entro la prima lezione

- **Copia della Carta d'identità;**
- **Attestato di tesseramento CAI valido per il 2024;**
- **Certificato medico d'idoneità all'attività sportiva non agonistica o stato di buona salute;**
- **Ricevuta pagamento o attestato del versamento della quota iscrizione**

INFORMAZIONI PER IL PAGAMENTO QUOTA ISCRIZIONE

Bonifico bancario intestato a: "Club Alpino Italiano – Sezione di Parma"

IBAN: IT07A0335901600100000150681

Causale: "24CALAR1 + Nome e Cognome del partecipante")

QUOTA ISCRIZIONE CORSO ROCCIA PRIMO LIVELLO AR1: € 280,00

RUOLI E CONTATTI

Scuola di Alpinismo, scialpinismo e arrampicata libera "Enrico Mutti" - Parma	e.mutti@cnsasa.it
Direttore della Scuola: Adolfo Cardinale	
Segreteria della Scuola: Beatrice La Torre	
Direttore del corso AR1/2024: David Finzi	david.finzi@hotmail.it
Vicedirettore del corso AR1/2024: Luca Perino	perinoluca01@gmail.com