

Un modo diverso di vivere la montagna, senza l'uso degli impianti e lontano dalle folle
Cercare le discese più belle, accompagnate da salite grandiose, in ambienti selvaggi e solitari
Scoprire e applicare le regole e i metodi per muoversi in sicurezza
In compagnia, amichevolmente e divertendosi

CORSO BASE 2019

Con diversi fine settimana in montagna e serate presso la sede CAI, il corso prevede l'insegnamento, attraverso lezioni sia teoriche che pratiche delle nozioni utili a svolgere l'attività con ragionevole sicurezza.

Il corso **CAI SBA1** serve a muovere i primi passi in sicurezza fino a raggiungere autonomia con le tecniche base. Al termine del corso sarà rilasciato un **Attestato di Partecipazione**

SERATE di PRESENTAZIONE

11 DIC 2018. CAI Reggio Emilia ore 21:00
13 DIC 2018. CAI Sassuolo ore 21:00

Il corso **SBA1** 2019 è preceduto dal **PERCORSO** di **AVVIAMENTO**

Organizzato in **lezioni teoriche** e un **weekend in ambiente**, serve ad avere un primo assaggio. Dopo aver frequentato il "Percorso di Avviamento" è possibile partecipare al corso SBA1

È richiesta la padronanza dello Snowboard a velocità bassa su terreno misto. Gli istruttori della Scuola Bismantova verificheranno le capacità minime richieste

le serate didattiche si svolgeranno
al CAI di Reggio Emilia alle ore 21:00

PERCORSO di
AVVIAMENTO

08 GEN martedì
10 GEN giovedì
15 GEN martedì
19 • 20 GEN weekend

Il Percorso di avviamento
è parte integrante del corso SBAT
Se non te la senti di proseguire, puoi fermarti qui.

Da qui iniziamo a fare sul serio.

23 GEN mercoledì
26 • 27 GEN weekend

06 FEB mercoledì
09 • 10 FEB weekend

20 FEB mercoledì
23 • 24 FEB weekend

06 MAR mercoledì
13 MAR mercoledì
16 • 17 MAR weekend

20 MAR mercoledì

Materiali ed Equipaggiamento
Fondamentali Sicurezza in Ambiente Invernale
Uso dell'ARTVA e autosoccorso in valanga
Week end di Avviamento
Uscita in ambiente con risalita e discesa
Prove pratiche di sicurezza e ricerca ARTVA

Nivologia e formazione delle valanghe
Due uscite pratiche in ambiente
Prove pratiche di sicurezza e ricerca ARTVA
Cartografia e lettura dell'itinerario
Due uscite pratiche in ambiente
Prove di cartografia e orientamento
Uso del GPS e pianificazione traccia
Due uscite pratiche in ambiente
Prove di uso del GPS e orientamento
Conduzione dell'escursione
Analisi della Meteorologia in montagna
Due uscite pratiche in ambiente
Applicazione metodo di riduzione rischio
Serata conclusiva

Tutte le uscite pratiche sono pensate per un approccio graduale e permettere a tutti di raggiungere la vetta
con le proprie sole forze. È meglio ma non necessario avere un minimo di allenamento.
Lo SBAT è un corso che serve per imparare dalle basi.

Unico requisito: minima padronanza della tavola

Costo del solo Percorso di Avviamento
Costo del corso (comprensivo del percorso di avviamento)

50€
250€

**Per ulteriori chiarimenti, per visionare il programma dettagliato, il regolamento
oppure per parlarne assieme vieni alle serate di presentazione**

Luca Pellacani - Istruttore Regionale Snowboard Alpinismo
luca.pellacani@gmail.com - 347 58 21 393

CAI Reggio Emilia - Viale dei Mille, 32 - Reggio Emilia
CAI Sassuolo - Piazza Risorgimento, 52 - Sassuolo

La Scuola di Arrampicata, Alpinismo e Snowboard Alpinismo Bismantova si occupa direttamente
dei programmi "alpinistici" promossi nelle sedi CAI di Reggio Emilia, Sassuolo e Castelnovo ne' Monti.



www.scuolabismantova.it



www.caireggioemilia.it
www.caisassuolo.it