



SCIALPINISMO

Corso SA1 - 2019

Il Corso di Scialpinismo della Scuola Bismantova si rivolge a tutti coloro che cercano un modo diverso di avvicinarsi alla montagna con gli sci, senza l'uso degli impianti, lontani da code, schiamazzi e affollamento. Il corso prevede l'insegnamento, attraverso lezioni sia teoriche che pratiche ed uscite sul terreno delle nozioni fondamentali per poter svolgere l'attività con ragionevole sicurezza.

È il corso di avviamento all'attività, serve a muovere i primi passi in sicurezza fino a raggiungere autonomia con le tecniche base

Il corso SA1 sarà preceduto da un **"Percorso di Avviamento"** composto da due lezioni teoriche e una uscita pratica dove al mattino si scierà in pista per un "ripasso" e per verificare le minime capacità richieste, al pomeriggio si effettuerà una breve risalita sci alpinistica.

La partecipazione al Percorso di Avviamento è obbligatoria per la conseguente partecipazione al corso SA1; **il costo di partecipazione al percorso di avviamento sarà detratto dall'importo del corso.**

È richiesta la padronanza degli sci a velocità moderata su ogni terreno, per questo, dopo il percorso di avviamento, la partecipazione di ogni singolo allievo sarà valutata dagli istruttori della scuola di Sci e Snowboard Alpinismo Bismantova

Serate di presentazione:

12 dicembre 2018 ore 21:00 Presso sede CAI di SASSUOLO

13 dicembre 2018 ore 21:00 Presso sede CAI di REGGIO EMILIA

Percorso di Avviamento 2019

Teorica	20	dicembre	Panoramica attività e materiali usati
Teorica	10	gennaio	Evoluzione dello Sci e Snowboard Alpinismo
Pratica	13	gennaio	Uscita di Avviamento: pista e breve risalita

Corso SA1 2019

Teoriche	15	gennaio	Nivologia e valanghe – CAI Reggio Emilia
	23	gennaio	Uso dell'ARTVA e ricerca travolti – CAI Reggio Emilia
	6	febbraio	Cartografia e lettura carta topografica – CAI Reggio Emilia
	20	febbraio	Orientamento in ambiente
	6	marzo	Preparazione uscita e riduzione del rischio – CAI Reggio Emilia
	13	marzo	Meteorologia – CAI Reggio Emilia
	20	marzo	Alimentazione ed allenamento – CAI Reggio Emilia
Pratiche	28	gennaio	Prima uscita in Appennino
	10-11	febbraio	Doppia uscita nei Lagorai – notte in B&B
	24-25	febbraio	Doppia uscita in val Sarentino – notte in B&B
	11	marzo	Seconda uscita in Appennino
	17-18	marzo	Doppia uscita in Val Ridanna – notte in B&B

Regolamento

- L'iscrizione al CAI è obbligatoria
 - Costo del Corso: 250€. Per questioni di sicurezza, sarà possibile ammettere al corso un numero **MASSIMO** di 24 partecipanti; il programma di avviamento invece sarà aperto a **TUTTI**.
 - I criteri di partecipazione e ammissione saranno descritti durante le serate di presentazione
 - È obbligatorio presentare al momento dell'iscrizione un certificato medico per attività non agonistica
 - È obbligatoria la dotazione di "Kit ARTVA" personale.
 - Possibile noleggio presso il CAI (prenotazione al momento dell'iscrizione)
 - La quota di iscrizione comprende:
 - assicurazione infortuni (polizza standard CAI o primaria compagnia)
 - lezioni teoriche in sede CAI
 - organizzazione in gruppi di massimo 4 partecipanti per ciascun istruttore
 - utilizzo del materiale comune
 - gadget del corso, dispense e materiale didattico
 - Al momento dell'iscrizione deve essere consegnata una fototessera, e la caparra di € 50,00.
 - Per alcune uscite potrà essere richiesto l'anticipo di una "caparra" di conferma presenza, per ragioni di organizzazione dei rifugio, B&B o Pullman.
 - Età minima: anni 18
- La Direzione del corso si riserva di apportare al programma le modifiche che dovessero rendersi necessarie per una migliore riuscita dello stesso.

Info e Contatti

Luca Pellacani - Istruttore Regionale Snowboard e Sci Alpinismo

Tel: 347 582 1393 – e-mail: luca.pellacani@gmail.com

Stefano Celestini - Istruttore Regionale Sci Alpinismo

Tel: 348 297 4751 – e-mail: stefano.r1200r@gmail.com

CAI - Sede di Reggio Emilia

Viale dei Mille 32, tel. 0522/436685 (da mercoledì a sabato 18 -19:30) - e-mail: info@caireggioemilia.it

CAI - Sede di Castelnuovo Monti

P.le Matteotti, 7/A tel. 0522/811939 (venerdì ore 20:30) - e-mail: caibismantova@alice.it

CAI - Sede di Sassuolo

Piazza Risorgimento 2, tel. 0536/870263 (martedì e venerdì dalle ore 21) - www.caisassuolo.it