



*Conoscere e frequentare in sicurezza
la montagna d'inverno,
dall'appennino alle montagne d'alta quota:
i materiali, le tecniche, l'esperienza.*

CLUB ALPINO ITALIANO



SCUOLA DI ALPINISMO
SCI ALPINISMO
ARRAMPICATA LIBERA
BISMANTOVA



CORSONEVEGHIACCIO AG1 2019

informazioni:

www.scuolabismantova.it

info@scuolabismantova.it

presentazione:

16 GENNAIO 2019

ore 21 CLUB ALPINO ITALIANO
V.le dei Mille 32 – REGGIO EMILIA

presentazione:

21 GENNAIO 2019

ore 21 CLUB ALPINO ITALIANO
P.za Risorgimento 52 – SASSUOLO MO

PROGRAMMA DEL CORSO

La Scuola di Alpinismo, Scialpinismo e Arrampicata Libera BISMANTOVA organizza per l'anno 2019 il Corso di Alpinismo su Neve e Ghiaccio (AG1). Obiettivo del Corso è quello di far apprendere il bagaglio tecnico indispensabile per la pratica in modo autonomo della progressione con ramponi e piccozza su pendii innevati, su ghiacciaio e terreno misto: manovre di corda, predisposizione dei punti di assicurazione, tecnica di salita sui diversi tipi di pendio ed innevamento, attraversamento di ghiacciai.

Mer 16 gennaio 2019 – Presentazione Corso, apertura iscrizioni - sede CAI Reggio E.
Lun 21 gennaio 2019 – Presentazione Corso - sede CAI Sassuolo MO

Gio 31 gennaio 2019 - Lezione teorica - sede CAI Reggio Emilia

Materiali ed equipaggiamento. Pericoli dell'attività alpinistica.

Gio 7 febbraio 2019 - Lezione teorica - sede CAI Reggio Emilia

Nodi e verifica materiali. Cenni di tecnica di assicurazione.

Gio 14 febbraio 2019 - Lezione teorico/pratica - palestra CAI Reggio Emilia

Progressione della cordata, soste, discesa in corda doppia.

Sab 16 – Dom 17 febbraio 2019

Uscita pratica – Appennino Reggiano, M.Prado (Rifugio Battisti)

Progressione individuale. Progressione della cordata su pendio innevato – Artva. (Pericoli in montagna - lezione teorica)

Gio 21 febbraio 2019 - Lezione teorica - sede CAI Reggio Emilia

Neve, valanghe, ambiente innevato.

Gio 28 febbraio 2019 - Lezione teorica - sede CAI Reggio Emilia

Artva, autosoccorso in valanga.

Sab 02 – Dom 03 marzo 2019

Uscita pratica – Appennino Reggiano, Alpe di Succiso (Rifugio Rio Pascolo)

Progressione della cordata, tecniche di bivacco, autosoccorso - Artva. (Bivacchi d'emergenza, rifugi - lezione teorico pratica)

Gio 07 marzo 2019 - Lezione teorica - sede CAI Reggio Emilia

Orientamento, topografia eGPS

Gio 14 marzo 2019 - Lezione teorica - sede CAI Reggio Emilia

Meteorologia

Dom 17 marzo 2019

Uscita pratica – Appennino Modenese, Monte Giovo / Piccole Dolomiti

Progressione della cordata. Piolet-traction di base.

Gio 21 marzo 2019 - Lezione teorica - sede CAI Reggio Emilia

Progressione su ghiacciaio. Geomorfologia della montagna d'alta quota.

Gio 28 marzo 2019 - Lezione teorico/pratica - palestra CAI Reggio Emilia

Manovre. Tecnica di recupero da crepaccio.

Sab 30 – Dom 31 marzo 2019

Uscita pratica – Marmolada (Rifugio Pian dei Fiacconi)

Progressione in cordata su ghiacciaio. Autosoccorso della cordata. (Il CAI e la Scuola d'alpinismo. Soccorso alpino - lezione teorica)

Gio 4 aprile 2019 - Lezione teorica - sede CAI Reggio Emilia

Storia dell'alpinismo.

Gio 11 aprile 2019 - Lezione teorica - sede CAI Reggio Emilia

Alimentazione, fisiologia in alta montagna, primo soccorso.

Sab 13 – Dom 14 aprile 2019

Uscita pratica – gruppo del M.Bianco (Rifugio Torino)

Progressione in cordata. (Alpinismo in alta quota - lezione teorica)

Gio 18 aprile 2019 - Lezione teorica e conclusione Corso - sede CAI Reggio Emilia

Preparazione di una ascensione.

Le lezioni teoriche in sede, iniziano alle ore 21:00, le lezioni teorico pratiche in palestra iniziano alle ore 20.30; le uscite pratiche potranno subire variazioni di data o di luogo in base alle condizioni meteorologiche ed ambientali, a discrezione della Direzione del Corso.

REGOLAMENTO

- la domanda di iscrizione potrà essere consegnata alle segreterie del CAI di Reggio Emilia e Sassuolo nelle serate di apertura delle iscrizioni il 16-21 gennaio 2019 e successivamente, fino alla data di chiusura delle iscrizioni il 24 gennaio 2019, anche per via telematica compilando il modulo reperibile nel sito della Scuola: www.scuolabismantova.it;
- si tratta di un corso introduttivo all'alpinismo, rivolto anche a chi non ha già frequentato precedenti corsi, pertanto non è richiesta una formazione specifica, tuttavia nella domanda di ammissione sarà comunque necessario specificare l'esperienza in montagna e/o sportiva; in ogni caso la domanda verrà accettata a giudizio insindacabile della Direzione del Corso;
- è obbligatoria l'iscrizione al CAI: chi non è già Socio, in caso di accettazione della domanda, dovrà iscriversi;
- la domanda va compilata su modulo apposito, corredato di una foto formato tessera (richiesta anche una foto in formato JPG);
- in caso di accettazione, si dovrà presentare durante la prima lezione teorica, un certificato di sana e robusta costituzione fisica atta alla pratica dell'alpinismo, valido per tutta la durata del Corso;
- L'età minima è di 18 anni;
- la quota di iscrizione al Corso, da versare all'atto dell'accettazione, è di € 270. La quota comprende l'uso di materiale comune (corde, ecc.), l'ingresso alla palestra indoor per le lezioni, l'assicurazione infortuni; non comprende il materiale personale, i trasferimenti, le spese di rifugio o impianti e tutto quanto non espressamente citato nel presente regolamento;
- Gli allievi sono tenuti a presentarsi in buone condizioni fisiche, ed attenersi alle disposizioni degli istruttori, pena l'allontanamento dal corso;
- Per quanto riguarda l'attrezzatura personale obbligatoria (casco, imbraco, ramponi e piccozza, ecc.), e l'eventuale acquisto si consiglia di attendere la relativa lezione teorica;

Materiale tecnico obbligatorio

Imbraco basso

Casco per alpinismo

1 spezzone di corda dinamica (gemellare o mezza) di 300 cm.

3 cordini in kevlar da 5,5 mm da 120 - 150 - 320 cm

2 moschettoni a ghiera a base larga (tipo HMS)

2 moschettoni a ghiera a "D"

1 piastrina GIGI con rispettivi 2 moschettoni a ghiera (possibilmente a sezione tonda)

Piccozza classica da alpinismo, Ramponi, Scarponi d'alpinismo ramponabili

Pila frontale

Il kit artva/pala/sonda potrà essere noleggiato c/o la sede CAI o presso negozi specializzati.

Questo è il materiale minimo richiesto per partecipare al Corso, oltre alla dotazione personale di abbigliamento da alta montagna; le caratteristiche dell'equipaggiamento, dei materiali, dell'abbigliamento, saranno illustrate nella prima lezione, pertanto invitiamo gli allievi ad attendere la lezione apposita prima di acquistare il materiale, soprattutto per chi ne fosse già in possesso. Eventualmente è possibile noleggiare parte dell'attrezzatura personale presso i negozi specializzati.

Per iscrizioni e informazioni, rivolgersi a:

SCUOLA BISMANTOVA "Olinto Pincelli"

www.scuolabismantova.it - info@scuolabismantova.it contattaci!

CAI - Sede di Reggio Emilia, Viale dei Mille 32, tel. 0522/436685

(Mercoledì dalle 19 alle 22 – Giovedì e Venerdì dalle ore 18 alle ore 19,30)

CAI - Sede di Sassuolo, Piazza Risorgimento 52, tel. 0536/870273

(Martedì e Venerdì sera dalle ore 21)

CAI - Sede di Castelnovo ne' Monti, P.zza Matteotti, 7 tel.0522/811939

(Venerdì sera dalle 20,30)