

SCIALPINISMO E SNOWBOARDALPINISMO CORSO BASE

SA1



Serate di presentazione dei corsi:

mercoledì 3 dicembre 2014 – ore 21

Presso la Sede del CAI di Reggio Emilia

venerdì 12 dicembre 2014 – ore 21

Presso la Sede del CAI di Sassuolo



Termine ultimo iscrizioni:

16 Dicembre 2014

Il Corso di Scialpinismo SA1 della Scuola Bismantova si rivolge a tutti coloro che cercano un modo diverso di avvicinarsi alla montagna con gli sci e snowboard senza l'uso degli impianti, lontani da code, schiamazzi e affollamento. La cima, con le pelli di foca, è conquistata lentamente e con soddisfazione personale e, proprio per questo, lo scialpinista la sente anche un po' Sua.

Durante le uscite verranno analizzate e messe in pratica le nozioni acquisite durante le lezioni teoriche, con particolare riguardo alla preparazione di una gita (meteo, carte, bollettini neve, orientamento ecc..), alla conduzione della salita, alla scelta della traccia, agli aspetti tecnici, quali le curve e le inversioni, al comportamento in discesa, all'autosoccorso, uso ARTVA e primo soccorso.

Sciare fuori pista è meraviglioso, ma può essere pericoloso. Gli istruttori CAI cercheranno, quindi, di impartirti quegli elementi fondamentali per permetterti, a fine corso, di saper scegliere autonomamente il tuo itinerario sulla tua montagna, sapendo riconoscere e evitare possibili pericoli.

www.scuolabismantova.it

SCIALPINISMO E SNOWBOARDALPINISMO

SA1



16 dicembre - teorica

materiali ed equipaggiamento

8 gennaio - teorica

preparazione della gita

11 gennaio - avviamento

avviamento allo Sci e Snowboard Alpinismo (pista e risalita)

22 gennaio - teorica

ARTVA e Autosoccorso in valanga

24-25 gennaio

appennino - prove pratiche di autosoccorso - uscita in ambiente
pernottamento in Rifugio

5 febbraio - teorica

nivologia e valanghe

8 febbraio

appennino - uscita in ambiente

19 febbraio - teorica

topografia ed orientamento

21-22 febbraio

val sarentino - uscita in ambiente
pernottamento in Albergo (1/2 pensione)

5 marzo - teorica

meteorologia e ambiente

8 marzo

lagorai - uscita in ambiente

19 marzo

primo soccorso alimentazione e allenamento

21-22 marzo

val martello - uscita in ambiente
pernottamento in Rifugio

le lezioni teoriche si svolgeranno presso la sede CAI di Reggio Emilia

Quota di iscrizione: € 200,00

REGOLAMENTO

1. E' richiesta la padronanza degli sci a velocità moderata su ogni terreno. La prima uscita del verrà tenuta in pista, per una valutazione delle capacità sciistiche degli allievi. In caso di mancato riscontro delle predette capacità (ad insindacabile giudizio degli istruttori), verrà rimborsata la quota d'iscrizione versata, ad eccezione delle spese di assicurazione e di segreteria.

2. L'iscrizione al CAI è obbligatoria;

3. E' obbligatoria la dotazione di ARTVA personale. Sarà possibile noleggiare presso il CAI, al costo di € 20,00 (prenotazione al momento dell'iscrizione) il kit (ARTVA, pala e sonda) per tutta le uscite del corso.

4. La quota di iscrizione comprende: assicurazione infortuni (polizza standard CAI o primaria compagnia); utilizzo del materiale comune; dispense e materiale didattico;

5. Al momento dell'iscrizione deve essere consegnata una fototessera, e la caparra di € 50,00.

6. Numero massimo di allievi 16, minimo 8;

7. Età minima: anni 18

8. Gli allievi dovranno attenersi scrupolosamente alle decisioni prese dagli istruttori durante le uscite in ambiente, pena l'allontanamento dal corso;

9. La Direzione del corso si riserva di apportare al programma le modifiche che dovessero rendersi necessarie per una migliore riuscita dello stesso.

10. Il corso è aperto anche ad allievi con Snowboard e quindi risalita con ciaspole o splitboard (consigliata ma non necessaria). Il gruppo "Snowboard" è seguito da Istruttori muniti di Snowboard

Per Iscrizioni e Informazioni, rivolgersi a:

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

CAI - Sede di Castelnuovo Monti, P.le Matteotti, 7/A tel. 0522/811939

CAI - Sede di Sassuolo, Piazza Risorgimento 2, tel. 0536/870263

SCUOLA BISMANTOVA OLINTO PINCELLI www.scuolabismantova.it

