

La Scuola di Alpinismo e Scialpinismo G. Grignani opera nell'ambito del Club Alpino Italiano ed è controllata dalle commissioni Nazionale e Regionale Lombarda delle scuole di Alpinismo e Scialpinismo.

I corsi della scuola, svolgendosi in ambienti aperti di montagna, per la loro stessa natura, possono presentare margini di rischio non del tutto eliminabili e di cui gli allievi devono essere consapevoli.

Con la domanda di ammissione al corso, l'allievo esonera il CAI e la Scuola di Alpinismo e Scialpinismo G. Grignani ed i suoi istruttori da qualsiasi responsabilità per incidenti che potrebbero verificarsi durante lo svolgimento dello stesso.

Il numero di posti disponibili è limitato a 12 allievi, qualora ci fossero iscrizioni in eccedenza, sarà facoltà della direzione effettuare una selezione in base alle capacità scialistiche individuali. Il corso non verrà effettuato in caso non si raggiunga il numero minimo di 8 iscritti.

Sia le date che le mete delle uscite pratiche potranno subire variazioni in base alle condizioni nivo-meteorologiche del momento per garantire ai partecipanti la massima sicurezza.

Le lezioni teoriche si terranno presso le sedi CAI di Lodi o di Pavia a partire dalle ore 21,00, nelle giornate e nei luoghi indicati nel programma.

Qualsiasi informazione relativa al corso ed all'attrezzatura, anche per eventuale materiale d'occasione, può essere richiesta agli indirizzi sotto riportati.

**Direttore del corso:**

Alfred Pedrazzini tel. 320 6652721

**C.A.I. Sezione di Lodi**

Viale Pavia, 28 – tel. 0371 439107 – 349 1785427

[www.cailodi.it](http://www.cailodi.it) – [segreteria@cailodi.it](mailto:segreteria@cailodi.it)

mercoledì e venerdì dalle 21,00 alle 23,00

**C.A.I. Sezione di Pavia**

Via Colesino, 16 – tel. 0382 460450

[www.caipavia.it](http://www.caipavia.it) - [caipavia@aruba.it](mailto:caipavia@aruba.it)

martedì e venerdì dalle 21,00 alle 23,00

**C.A.I. Sezione di Voghera**

Via Dante Alighieri, 7/9 – tel. 334 5986707

[www.caivoghera.it](http://www.caivoghera.it) – [info@caivoghera.it](mailto:info@caivoghera.it)

venerdì dalle 21,30 alle 23,00



# Scuola Intersezionale di Alpinismo e Scialpinismo Gabriele Grignani

Sezioni di Lodi, Pavia, Voghera

## 3° Corso base di Scialpinismo SA1 2014



## PROGRAMMA E CONTENUTI DEL CORSO

mer 08 gen PV	Presentazione – materiali ed equipaggiamento	lezione teorica
sab 11 gen	Valutazione capacità sciistiche pista e fuoripista (è possibile utilizzare attrezzatura da pista)	uscita pratica
Mar 28 gen LO	Neve e valanghe	lezione teorica
Sab 01 feb	Tecnica di salita e discesa – ARTVA	uscita pratica
Dom 02 feb	Osservazione del manto nevoso	uscita pratica
Mar 04 feb PV	ARTVA ed autosoccorso	lezione teorica
Sab 08 feb	ARTVA ed autosoccorso	uscita pratica
mar 11 feb LO	Preparazione e condotta di una gita	lezione teorica
Dom 16 feb	Scelta dell'itinerario sul terreno – ARTVA	uscita pratica
Mar 25 feb PV	Topografia – meteorologia	lezione teorica
Dom 09 mar	Orientamento sul terreno - uso della bussola	uscita pratica
Mar 11 mar PV	Primo soccorso – fisiologia - allenamento	lezione teorica
Sab 15 mar	Autosoccorso in valanga	uscita pratica
Dom 16 mar	condotta di una gita scialpinistica	uscita pratica

Il corso si rivolge a chi si avvicina per la prima volta allo scialpinismo o a chi, già in possesso delle nozioni di base, voglia approfondire e migliorare le proprie conoscenze. Esso si prefigge di trasmettere agli allievi la passione per lo scialpinismo insegnando loro ad affrontare con la dovuta sicurezza la montagna invernale, a scegliere autonomamente i propri itinerari ed a rendersi indipendenti su terreno facile.

## CAPACITA' RICHIESTE

Ad ogni allievo è richiesta una buona preparazione fisica che gli permetta di affrontare senza problemi le uscite pratiche ed una tecnica sciistica sicura su piste di media difficoltà (livello Argento FISI).

La Direzione si riserva la facoltà di allontanare dal corso gli allievi ritenuti non idonei o il cui comportamento possa rappresentare un pericolo per se e per gli altri.

## REQUISITI E DOCUMENTAZIONE

- 18 anni compiuti al momento dell'iscrizione.
- Tessera CAI in corso di validità
- Certificato medico per la pratica di attività sportiva non agonistica
- 1 Fotografia formato tessera

## ISCRIZIONI

La quota di partecipazione al corso è di € 220 e comprende il noleggio dell'ARTVA, pala e sonda, la copertura assicurativa.

La quota non comprende i trasferimenti, i pernottamenti in rifugio e lo skipass della prima giornata.

Le iscrizioni andranno effettuate entro il 7 gennaio 2014 compilando l'apposito modulo disponibile presso le Sezioni di Lodi, Pavia e Voghera.

## ATTREZZATURA PERSONALE

- Sci, attacchi e scarponi da scialpinismo,
- Pelli di foca adesive,
- ARTVA, pala e sonda,
- Rampanti,
- Zaino da 30 – 40 litri di capacità con sistema di aggancio per gli sci,
- Bastoncini ed abbigliamento da alta montagna.

Informazioni pratiche sull'attrezzatura verranno fornite durante la prima lezione, si consiglia di attendere tale serata per l'acquisto del materiale.

