



C.A.I. VARESE
SCUOLA DI ALPINISMO E SCI ALPINISMO
“REMO E RENZO MINAZZI”

XXXVI Corso Base di Scialpinismo SA1

Direttore: Franco Bianchi (ISA)

Vice Direttore: Luca Albano (ISA)

La Scuola di Alpinismo e Scialpinismo “Remo e Renzo Minazzi” ha il piacere di proporre per la stagione 2006 il consueto Corso Base di Scialpinismo.

Il numero massimo degli Allievi è fissato a 20 ed i requisiti necessari per la partecipazione al Corso sono:

- Avere 16 anni compiuti - per i minorenni occorre presentare autorizzazione ed assunzione di responsabilità firmata da entrambi i genitori
- Essere soci CAI in regola con il tesseramento 2004.
- Disporre di una sicura padronanza degli sci.
- Avere un allenamento sufficiente ad effettuare gite giornaliere di 4-6 ore.
- All’atto dell’iscrizione dovrà essere consegnato regolare certificato medico di idoneità all’attività sportiva non agonistica nonché presentato un sintetico curriculum di attività varia svolta in montagna, che potrà costituire criterio di preferenza.

Le iscrizioni saranno raccolte nei giorni dal 17 al 31 Gennaio nelle serate di apertura della sede. La quota di partecipazione al Corso fissata in Euro 170, è comprensivi di Assicurazione, manuali, dispense ed utilizzo del materiale collettivo.

Il Corso si propone di fornire agli Allievi tutte le conoscenze tecniche e culturali necessarie al raggiungimento di una discreta autonomia nella conduzione di gite semplici e di media difficoltà su terreno poco impegnativo, stimolando in loro l’amore per lo Scialpinismo e la montagna invernale.

Le lezioni teoriche si terranno il giovedì sera alle ore 21,00 nella Sede CAI di Varese mentre le uscite sul terreno verranno valutate di volta in volta in funzione delle condizioni nivo-meteorologiche

Programma del Corso

Lezioni Teoriche

02 Feb 06 - Apertura del Corso e Lezione su “ MATERIALI ”

09 Feb. 06 – “TOPOGRAFIA”

23 Feb. 06 – “NIVOLOGIA 1”

09 Mar. 06 – “METEOROLOGIA”

23 Mar. 06 – “NIVOLOGIA 2”

06 Apr. 06 – “PRONTO SOCCORSO”

20 Apr. 06 – “TECNICA SCI e VARIE”

23 Apr.06 – “STORIA SCI ALPINISMO

Lezioni Pratiche – Località da definire

05 Feb. 06

- Uso Materiali.
- Tecnica di salita.
- Verifica capacità sciistiche e Tecnica di discesa.

04 Feb. 06

- ARVA, tipi e funzionamenti
- Esercitazioni propedeutiche all'uso dell'ARVA
- Ricerche individuali con ARVA

12 Feb. 06 – 1° Uscita.

- Tecnica di salita scialpinistica , traccia di salita e discesa.
- Uso della carta topografica
- Ricerca Individuale con ARVA.

26 Feb. 06 – 2° Uscita.

- Osservazione del terreno, dell'ambiente e uso della carta.
- Comportamento su terreno valangoso.
- Ricerca Individuale con ARVA.

12 Mar. 06 – 3° Uscita.

- Scelta autonoma di traccia e micro-traccia.
- Osservazione del terreno, dell'ambiente e uso della carta.
- Ricerca Individuale con ARVA.

26 Mar. 06 – 4° Uscita.

- Simulazione di incidente da valanga e ricerca organizzata.
- Costruzione di un ricovero d'emergenza.
- Ricerca Individuale con ARVA di due o più sepolti.
- Comportamento in caso di intervento del Soccorso Alpino.

09 Apr. 06 – 5° Uscita.

- Scelta autonoma di traccia e micro-traccia.
- Osservazione e valutazione critica del terreno circostante.
- Ricerca Individuale con ARVA.

23-25 Apr. 06 – 6° Uscita

- Ricerca Individuale con ARVA di due o più sepolti.
- Cenni di orientamento e marcia strumentale.
- Tecnica di salita e discesa.