

## **XXXIV CORSO BASE DI SCIALPINISMO (SA1)**

Direttore: **Luca Albano** (ISA)

Vice – Direttori: **Franco Bianchi** (ISA) – **Eligio Trombetta** (ISA)

La Scuola di Alpinismo e Scialpinismo “Remo e Renzo Minazzi” propone, per la stagione 2004, il collaudato Corso Base di Scialpinismo.

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.

Il Corso si articolerà in dieci serate, con lezioni teoriche in sede, ed otto uscite pratiche.

### **Lezioni teoriche**

29 Gennaio 2004:	apertura del Corso e lezione sull’attrezzatura ed i materiali per lo scialpinismo
5 Febbraio 2004:	ARVA, tipologie in commercio e loro funzionamento
12 Febbraio 2004:	topografia
26 Febbraio 2004:	nivologia
11 Marzo 2004:	meteorologia
25 Marzo 2004:	nivologia
1 Aprile 2004:	pronto soccorso
22 Aprile 2004:	tecnica di discesa con gli sci
24 Aprile 2004:	storia dello scialpinismo
Data da definire:	brevi cenni di alimentazione

### **Uscite pratiche in ambiente**

1 Febbraio 2004:	uso dei materiali, tecnica di salita e discesa, verifica delle capacità sciistiche
7 Febbraio 2004:	uso dell’ARVA, ricerche individuali con ARVA
15 Febbraio 2004:	tecnica di salita scialpinistica, traccia in salita e discesa, uso della carta topografica, ricerca individuale con ARVA
29 Febbraio 2004:	osservazione del terreno e dell’ambiente; comportamento su terreno valangoso, ricerca individuale con ARVA
14 Marzo 2004	scelta autonoma della traccia e micro-traccia in salita e discesa, ricerca individuale con ARVA
28 Marzo 2004	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
4 Aprile 2004	scelta autonoma di traccia e micro-traccia, osservazione e valutazione critica del terreno circostante, ricerca individuale con ARVA
24 e 25 Aprile 2004	cenni di orientamento e marcia strumentale, tecnica di salita e discesa, ricerca individuale con ARVA di due o più sepolti

Le domande di iscrizione saranno raccolte nelle sere dei giorni 16, 20, 23 e 27 Gennaio 2004, durante l’orario di apertura della sede del CAI Varese.

La quota d’iscrizione al Corso è fissata in €150,00.

Per partecipare al corso è richiesta una sicura padronanza degli sci ed un allenamento sufficiente ad effettuare gite giornaliere di 4-6 ore.