



Scuola di Alpinismo - Scialpinismo - Arrampicata Libera
ADAMELLO TULLIO CORBELLINI

 scuola.asal@caibrescia.it  [scuola.alpinismo.adamezzo.brescia](https://www.facebook.com/scuola.alpinismo.adamezzo.brescia)  [scuola_adamezzo](https://www.instagram.com/scuola_adamezzo)

40⁰ Corso A1 2022 Alpinismo base

20 posti disponibili (Età min.16 anni)

Quota di iscrizione € 200 (€ 150 under 25)

Riservato ai Soci CAI in regola con l'iscrizione



Club Alpino Italiano - Sezione di Brescia

Direttore: Daniele Rosa - Mail: darosa@libero.it - Cell. 338 1491633

Vice direttore: Mariaelena Dini - Mail: elenamd2012@gmail.com - Cell. 339 2761996

Programma

Lezioni Teoriche

- | | | | |
|-----------|---|-----------|--|
| 17 maggio | Apertura del corso, pericoli della montagna | 23 giugno | Nodi e legatura per ascensione su ghiaccio |
| 19 maggio | Materiali ed equipaggiamento individuale | 30 giugno | Storia dell'alpinismo |
| 24 maggio | Nodi e legatura per arrampicata su roccia | 7 luglio | Cartografia e Orientamento |
| 26 maggio | Catena e tecniche di assicurazione | 12 luglio | Tutela ambiente montano, Ordinamento del CAI |
| 9 giugno | Preparazione e conduzione della cordata | 14 luglio | Preparazione dell'uscita finale |
| 14 giugno | Fisiologia e Allenamento | 21 luglio | Ritrovo di fine corso |
| 16 giugno | Primo soccorso e Basic Life Support | | |

Lezioni Pratiche

- 30 maggio Palestra indoor: tecnica individuale di arrampicata
31 maggio Uscita serale in Maddalena - verifica materiali e allenamento
4 giugno Manovre ed esercitazioni su roccia
5 giugno Manovre ed esercitazioni su roccia
11 giugno Via di roccia a più tiri
12 giugno Via di roccia in conserva
25/26 giugno Manovre ed esercitazioni su ghiaccio - pernottato in rifugio e lezione di Glaciologia
2/3 luglio Ascensione su ghiaccio - pernottato in rifugio e lezione di Meteorologia
10 luglio Esercitazione di cartografia e Orientamento
16/17 luglio Uscita finale con pernottato in rifugio

Equipaggiamento individuale

Ogni allievo dovrà disporre della dotazione minima di materiale ed equipaggiamento individuale a norma EN con marchio CE così come elencato e dettagliato sul sito web, oltre che adeguato abbigliamento per attività all'aperto.

L'attrezzatura potrà essere acquistata dopo la prima lezione teorica, durante la quale saranno illustrate le caratteristiche tecniche dell'equipaggiamento individuale e in cui potrete portare il materiale già in vostro possesso in modo da poterne verificare l'idoneità.

Tutte le informazioni sulle modalità di partecipazione e sul regolamento del corso che è obbligatorio conoscere prima dell'iscrizione si trovano sul sito: www.caibrescia.it / attività / Scuola Adamello



CAI Club Alpino Italiano - Sezione di Brescia - Via Villa Glori, 13 - 25126 Brescia

telefono: 030 321 838 - web: www.caibrescia.it

mail: segreteria@caibrescia.it / scuola.asal@caibrescia.it