

I corsi SA1 e SBA1 sono corsi di livello base rivolti a tutti coloro che per la prima volta affrontano la montagna invernale per praticare l'attività scialpinistica.

Il corso prevede l'insegnamento, attraverso lezioni sia teoriche che pratiche ed uscite sul terreno delle nozioni fondamentali per poter svolgere con ragionevole sicurezza l'attività scialpinistica su itinerari medio/facili.

Particolare attenzione sarà dedicata alle tematiche relative alla montagna invernale e alla prevenzione del pericolo valanghe come nivologia, cartografia e orientamento, lettura dei bollettini meteo e dei bollettini valanghe e autosoccorso con ARTVA.

Per partecipare è necessaria:

- **BUONA TECNICA DI DISCESA (PISTE NERE)**
- **BUONA PREPARAZIONE FISICA**

ESTRATTO DEL REGOLAMENTO

- Il Corso è aperto a tutti i soci del CAI che abbiano compiuto il 18° anno di età.
- L'accettazione definitiva avverrà ad insindacabile giudizio della Direzione dopo l'uscita in pista (obbligatoria, i non partecipanti saranno esclusi dal corso).
- Con l'iscrizione al Corso i partecipanti si impegnano ad accettare integralmente il regolamento delle Scuole.
- Per ogni altra disposizione si fa riferimento al regolamento della Scuola e della C.N.S.A.S.A.



INFO ed ISCRIZIONI

**SERATA DI PRESENTAZIONE DEL CORSO
MERCOLEDÌ 10.12.2025 PRESSO LA SEDE CAI
DI SAN DONÀ**

**PRE-ISCRIZIONE ENTRO IL 10.12.2025
AL SEGUENTE LINK:**

<https://forms.gle/QXpArQBMPvcsUg4e6>

Posti limitati (16 allievi di cui 3 snowboard)

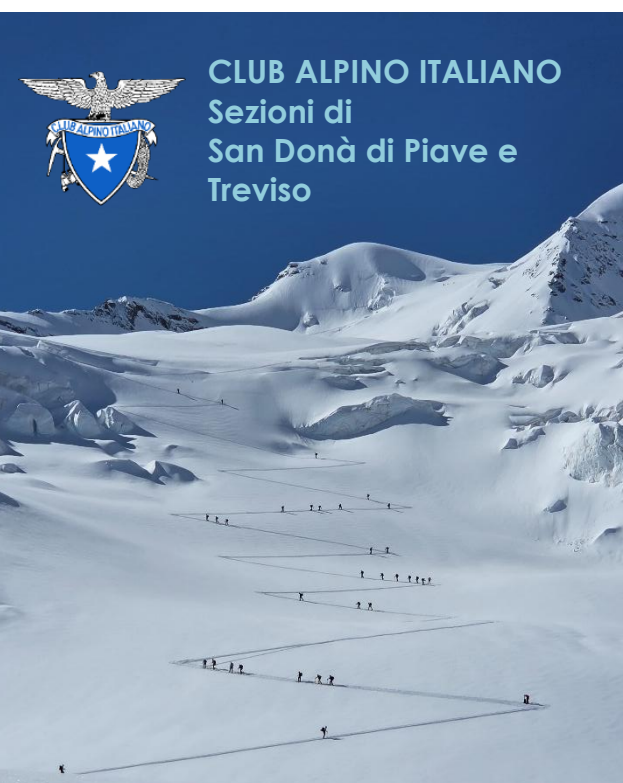
Direttore del Corso
Paolo Pedrocchi - ISA

Vicedirettore del Corso
Andrea Zennaro - IS

Corso Intersezionale Sci/Snowboard Alpinismo Base

SA1/SBA1 2026

**29° corso di scialpinismo base
15° corso di snowboardalpinismo base**



LEZIONI TEORICHE

1. Mercoledì 14.01.2026 – San Donà

- Presentazione del corso
- Materiali
- Rischi e Responsabilità

++ PRESENZA OBBLIGATORIA ++

2. Martedì 20.01.2026 - Treviso

- Nivologia [prima parte]

3. Mercoledì 28.01.2026 - San Donà

- Nivologia [seconda parte]

4. Martedì 03.02.2026 – San Donà

- Preparazione fisica
- Alimentazione

5. Martedì 10.02.2026 - Treviso

- Autosoccorso
- Primo soccorso

6. Giovedì 19.02.2026 - Treviso

- Meteorologia
- Conduzione di un'uscita scialpinistica

7. Martedì 24.02.2026 - San Donà

- Cartografia e orientamento

8. Martedì 10.03.2026 - Treviso

- Storia dello scialpinismo
- Tutela ambiente montano

**Le lezioni teoriche si
svolgeranno presso le sedi CAI
di San Donà e Treviso con inizio
alle ore 21.00**

LEZIONI PRATICHE

1. Domenica 25.01.2026

Nevegal

- Verifica dei materiali, primo approccio alla salita
- Verifica delle tecniche di discesa per ammissione corso

++ PRESENZA OBBLIGATORIA ++

2. Domenica 01.02.2026

Passo San Pellegrino

- Tecniche di salita e discesa fuoripista
- Dimostrazione di una ricerca in valanga

3. Domenica 08.02.2026

Alpago

- Tecniche di salita, valutazione pendii sospetti e scelta itinerario sicuro
- Ricerca ARTVA

4. Domenica 22.02.2026

Sella Nevea

- Valutazioni meteo
- Ricerca ARTVA multipla

5. Domenica 01.03.2026

Dolomiti Friulane

- Schizzo di rotta, preparazione e suo utilizzo
- Marcia strumentale

6. Sabato 14.03.2026

Lagorai

- Valutazioni sul manto nevoso
- Profilo stratigrafico
- Autosoccorso in valanga

7. Domenica 15.03.2026

Lagorai

- Chiusura del corso

Venerdì 27.03.2026

Cena di fine corso

ISCRIZIONE AL CORSO

Per iscriversi è necessario:

- Essere soci CAI, in regola con la quota associativa 2026 (è possibile diventare soci prima dell'iscrizione al corso);
- Certificato medico di idoneità alla pratica sportiva non agonistica (valido per tutta la durata del corso);
- Fotocopia completa della tessera CAI personale;
- Versare la quota di **220 euro** di iscrizione.

L'iscrizione dà diritto a:

- Copertura assicurativa CAI contro gli infortuni;
- Manuali tecnici e dispense (su supporto informatico);
- Utilizzo del materiale tecnico della scuola di alpinismo;
- Attestato di partecipazione al Corso (solo con un minimo dell'80 % delle presenze).

MATERIALE ED EQUIPAGGIAMENTO

Sono obbligatori:

- sci con attacchi da scialpinismo, scarponi da scialpinismo, pelli in tessilfoca, rampanti;
- tavola da snowboard o split board, scarponi da snowboard, ciaspe;

per tutti:

- casco, kit ARTVA, pala e sonda (per chi ne è sprovvisto sarà fornito dalle rispettive scuole).

È consigliata un'attrezzatura ed un abbigliamento consono per il tipo di attività e per il periodo. Ulteriori informazioni, chiarimenti e consigli verranno dati durante la prima lezione.