



CLUB ALPINO ITALIANO

Sezione di Bolzano

Ti piace la montagna?

Puoi frequentarla in compagnia e sicurezza, aggiungendo nuove competenze a quelle che già hai! Ecco cosa il CAI Bolzano ti può offrire:

Escursionismo estivo e invernale: escursioni a tutte le quote, percorsi di varie lunghezze e difficoltà, traversate, uscite di più giorni, escursioni invernali con le ciaspole, percorsi alternativi più semplici. Tutto senza mai usare la tua macchina!

Corsi di sci alpino per adulti: vuoi rinfrescare la tua tecnica di sci? Hai imparato da autodidatta? Affidati ai nostri maestri di sci e frequenta i nostri corsi di ginnastica presciistica.

Scialpinismo: escursioni, uscite guidate, corsi di scialpinismo di vari livelli, tecniche di sicurezza in ambiente innevato.

Corsi di alpinismo e di arrampicata: la Scuola di Alpinismo offre i primi elementi formativi in montagna: vie ferrate, progressione in ghiacciaio, primi elementi di arrampicata; per chi vuole proseguire offre corsi su roccia e arrampicata libera, per divertirsi in massima sicurezza.

Corsi ghiaccio: vuoi vivere l'emozione di camminare su un ghiacciaio? Vuoi conoscere le tecniche di sicurezza su ghiaccio? Te le insegniamo noi.

Palestra di roccia: per arrampicare devi allenarti con costanza: con noi puoi farlo a prezzi ragionevoli nella palestra attrezzata di viale Trieste.

Speleologia: corsi per imparare a conoscere le tecniche di progressione nelle meravigliose profondità della terra.

Soccorso Alpino: vuoi renderti utile e offrire assistenza a chi ha bisogno di aiuto in montagna? Collabora con il Soccorso Alpino: un gesto davvero nobile!

Attività per bambini e ragazzi: la montagna ha una profonda valenza educativa per i più piccoli. Solidarietà, rispetto per l'ambiente, sviluppo della determinazione e della costanza, conoscenza di sé stessi e dei propri limiti: il tutto in un'atmosfera giocosa e divertente. Organizziamo attività di alpinismo giovanile, corsi e gare di arrampicata sportiva e sci alpino.

Attività culturale: racconti incredibili di avventure in montagna, esperienze umane di inestimabile valore, che ci arricchiscono come persone. Vieni a teatro ad ascoltare le tante storie che i protagonisti della montagna sanno raccontare.

Biblioteca specializzata: la nostra biblioteca è un punto di riferimento per gli amanti della montagna. Verrai accompagnato in un viaggio su misura per te: dalla pianificazione di una semplice gita ad un viaggio verso mete lontane.

Coro Rosalpina: la bellezza e dolcezza dei canti di montagna: una tradizione sempre viva. Aggiungi la tua voce a quelle del Coro Rosalpina: entra nel gruppo e vieni a cantare con noi!

Montagnaterapia: il CAI ha anche un'anima sociale, attenta alle persone che hanno qualche difficoltà in più. Dare loro fiducia è importante: la montagna migliora la qualità della loro vita, regala salute e benessere e apre a nuove possibilità.

Gestione rifugi: gli uomini in montagna hanno bisogno di strutture solide, funzionali ed

efficienti, dalle quali partire verso nuove mete, oppure che siano esse stesse delle mete da raggiungere, per fornire quella protezione che il nome stesso contiene: rifugio. Il CAI Bolzano gestisce 6 rifugi (Corno del Renon, Oltradige al Roen, Chiusa al Campaccio, Bolzano al Monte Pez, Puez, Franz Kostner al Vallon), il Dolomiti Resort Passo Sella, 1 bivacco (al Sassolungo), 1 capanna sociale (Malga Boccia) e 1 malga (Malga del Sella).

**Tutto questo è CAI Bolzano:
vieni in montagna con noi!**

Tesseramento 2023

Per iscriverti al CAI Bolzano, partecipare a tutte le attività e usufruire dei vantaggi di essere socio recati presso la nostra sede portando una foto formato tessera. Orario della Segretaria: da lunedì a venerdì dalle ore 10,30 alle ore 17,30.

Per ulteriori informazioni consulta il sito www.caibolzano.it

CLUB ALPINO ITALIANO

Sezione di Bolzano

Piazza delle Erbe 46 - 39100 Bolzano, Tel. 0471 978172

info@caibolzano.it - www.caibolzano.it