



SCUOLA DI ALPINISMO,
SCIALPINISMO ED
ARRAMPICATA LIBERA
"ENRICO MUTTI"
CAI PARMA
CORSI 2023



Giovedì 1 Dicembre 2022 ore 21.00

Presentazione dei corsi

CORSO DI **ALPINISMO** PRIMO LIVELLO **A1**

CORSO D'**ARRAMPICATA LIBERA** PRIMO LIVELLO **AL1**

CORSO DI **SCIALPINISMO** PRIMO LIVELLO **SA1**

CORSO DI **FREERIDE**

CORSO DI **SCIALPINISMO** SECONDO LIVELLO **SA2**

Il Corso di Alpinismo del CAI di Parma è rivolto alle persone che intendono vivere e provare indimenticabili sensazioni, in ambiente di montagna, dominato da profondi silenzi e panorami da lasciare senza fiato.

Tutti i corsi sono strutturati con lezioni teoriche che si svolgeranno di norma presso la sede del C.A.I. ed uscite pratiche in ambiente che si svolgeranno in diverse località dell'arco alpino e dell'appennino emiliano.

CORSO DI ALPINISMO BASE A1



INFORMAZIONI GENERALI:

Corso base che fornisce ai partecipanti una preparazione teorica e pratica che permetta loro di gestire in autonomia e sicurezza un itinerario alpinistico su roccia, neve e su ghiacciaio; di imparare a conoscere i pericoli della montagna, le manovre ed i nodi di base, i concetti dell'autosoccorso; di apprendere nozioni di topografia, orientamento e meteorologia; di migliorare la tecnica di salita su roccia e la progressione in cordata. Il corso è rivolto a principianti che non hanno mai praticato l'alpinismo ma con un minimo di esperienza in montagna e di confidenza con la verticalità.

Durante le uscite pratiche in ambiente, presso i rifugi potranno essere sviluppati ulteriori argomenti e/o approfondite materie già oggetto di lezioni teoriche. Si consiglia ai partecipanti che dovessero effettuare acquisti di abbigliamento e attrezzatura, di attendere la prima lezione, in cui verranno dati consigli in merito.

Le comunicazioni vanno inviate al seguente indirizzo: e.mutti@cnsasa.it e/o all'indirizzo e-mail dei Direttori di corso.

Le lezioni teoriche si terranno presso la sede del C.A.I di Parma in Viale Piacenza n. 40, con inizio alle ore 21.00. Si prega di rispettare la puntualità.

REQUISITI PER L'AMMISSIONE AL CORSO:

Livello base di arrampicata su roccia (salite su III°e IV° da secondi di cordata)

Buona forma fisica per essere in grado di compiere escursioni. Durante le uscite pratiche gli istruttori valuteranno concretamente i due requisiti sopra indicati. A seguito di ciò alle persone che non saranno ammesse al corso verrà eventualmente restituita parte della quota di iscrizione.

Attrezzatura necessaria

Gli allievi dovranno essere dotati di:

- Casco
 - Imbragatura
 - Scarpette da arrampicata
 - Scarponi da montagna (per ambienti innevati e ghiacciai di alta quota)
 - 4moschettoni a ghiera tipo HMS
 - 2 moschettoni a ghiera ovali
 - 1 piastrina GiGi
 - 2 cordini lunghezza mt 1,60 e diametro 5-6 mm
 - 1 cordino lunghezza mt 3,00 e diametro 9 mm
 - 1 cordino lunghezza mt 3,50 e diametro 7 mm
 - Piccozza e ramponi
 - Adeguato abbigliamento da alta montagna.
 - Kit APS (Artva, Pala, Sonda) con possibilità di noleggio presso il CAI in base disponibilità.
- Oltre a queste dotazioni saranno indicate durante la prima lezione alcune dotazioni alpinistiche aggiuntive necessarie ed obbligatorie
- Si consiglia di non effettuare acquisti ed aspettare la prima lezione del corso per le eventuali informazioni e specifiche.

REGOLAMENTO:

- Gli allievi dovranno prendere visione del calendario delle uscite.
- Le date e le mete relative alle uscite pratiche riportate sul programma potranno variare in relazione alle condizioni nivometeorologiche o qualora la Scuola lo ritenesse opportuno.
- Si richiede dunque al partecipante la massima flessibilità e disponibilità a tenersi liberi i week end per l'intera durata del corso.
- Sarà fondamentale per il corretto svolgimento delle uscite il massimo rispetto delle date e degli orari fissati dagli istruttori.
- Di volta in volta verranno indicate agli allievi l'ora ed il luogo di ritrovo dal quale prenderà inizio e si concluderà a tutti gli effetti ciascuna lezione pratica.
- gli allievi dovranno organizzarsi in modo autonomo per il viaggio di andata e ritorno.
- Non è ammessa, durante il Corso, attività individuale, autonoma e non programmata dal Corso stesso.
- Non sono ammessi eventuali amici degli allievi alle uscite del corso.
- Gli allievi che fossero impossibilitati a partecipare alle uscite dovranno darne ogni volta tempestiva comunicazione al direttore del corso.
- Non sono ammessi rimborsi della quota di iscrizione nel caso che l'allievo si ritiri volontariamente dal Corso. Sono a carico dei partecipanti le spese di vitto, alloggio, impianti di risalita e viaggio con mezzi propri.
- I partecipanti dovranno essere iscritti al C.A.I. ed essere in regola con il pagamento del bollino valido per il periodo di tempo in cui si svolgerà il corso. Si consiglia ai non iscritti al C.A.I. di rivolgersi in segreteria prima dell'iscrizione per avere tutte le informazioni riguardo al tesseramento. Gli orari di apertura della segreteria sono disponibili sul sito caiparma.it

-In qualsiasi circostanza gli allievi sono tenuti ad osservare nei confronti degli Istruttori un contegno di stretta dipendenza disciplinare attenendosi scrupolosamente alle disposizioni impartite.

-La Direzione della Scuola ha facoltà di escludere, durante lo svolgimento del corso, quegli elementi che non ritenesse idonei o di cui non giudicasse opportuna l'appartenenza al corso.

-La Scuola declina ogni responsabilità di qualsiasi genere per eventuali incidenti che potessero accadere durante lo svolgimento delle attività, pur garantendo la massima regolarità di azione per prevenirli. E' infatti da tener presente che le attività connesse all'alpinismo comportano comunque dei rischi. Già con la loro adesione gli allievi assumono per se stessi tutte le conseguenze che potrebbero derivarne.

-I trasferimenti, effettuati con qualsiasi mezzo, da e per le località di svolgimento delle lezioni pratiche, non sono parte integrante del corso ed escludono quindi qualsiasi coinvolgimento della Scuola.

-Al termine del corso la Scuola rilascerà un diploma a tutti gli allievi ritenuti idonei.

CALENDARIO

DATA	TIPO	DESCRIZIONE
giovedì 16 marzo 2023 ore 21	LEZIONE TEORICA 1	- Presentazione del corso, della Scuola di Alpinismo e Scialpinismo e del CAI -attrezzatura ed equipaggiamento
giovedì 23 marzo 2023 ore 20	LEZIONE INDOOR 1	- Progressione in cordata, soste e nodi
giovedì 30 marzo 2023 ore 21	LEZIONE TEORICA 2	- Neve, valanghe, bollettino, autosoccorso
giovedì 06 aprile 2023 ore 21	LEZIONE TEORICA 3	- Autosoccorso e uso artva
sabato 08 domenica 09 aprile 2023	USCITA PRATICA 1	USCITA 1
giovedì 13 aprile 2023 ore 21	LEZIONE TEORICA 4	- Catena di assicurazione
giovedì 20 aprile 2023 ore 20	LEZIONE INDOOR 2	- Tecnica di arrampicata 1
giovedì 27 aprile 2023 ore 20	LEZIONE INDOOR 3	- Calata in corde doppia
sabato 29 domenica 30 aprile 2023	USCITA PRATICA 2	USCITA 2
giovedì 4 maggio 2023 ore 20	LEZIONE INDOOR 4	- Tecnica di arrampicata 2
giovedì 11 maggio 2023 ore 21	LEZIONE TEORICA 5	- Meteorologia e bollettino
giovedì 18 maggio 2023 ore 21	LEZIONE TEORICA 6	- Pericoli in montagna
sabato 20 domenica 21 maggio 2023	USCITA PRATICA 3	USCITA 3
giovedì 25 maggio 2023 ore 21	LEZIONE TEORICA 7	- Storia dell'alpinismo

giovedì 01 giugno 2023 ore 21	LEZIONE TEORICA 8	- Geologia alpina
giovedì 08 giugno 2023 ore 21	LEZIONE TEORICA 9	- Cartografia e orientamento
sabato 10 domenica 11 giugno 2023	USCITA PRATICA 4	USCITA 4
sabato 17 domenica 18 giugno 2023	USCITA PRATICA 4	eventuale recupero
giovedì 15 giugno 2023 ore 21	LEZIONE TEORICA 10	- Progressione della cordata su ghiacciaio
giovedì 22 giugno 2023 ore 21	LEZIONE TEORICA 11	- Geomorfologia glaciale
sabato 25 domenica 26 giugno 2023	USCITA PRATICA 5	USCITA 5
sabato 01 domenica 02 luglio 2023	USCITA PRATICA 5	eventuale recupero
giovedì 29 giugno 2023 ore 21	LEZIONE TEORICA 12	- Chiusura del corso

MODALITA' DI ISCRIZIONE :

La presentazione della domanda di iscrizione va effettuata di persona presso la sede sociale (Viale Piacenza, 40 - 43126 Parma - tel. 0521 1995241) nelle seguenti giornate:

- Giovedì 12 Gennaio 2023 dalle ore 21 alle ore 22,30
- Giovedì 26 Gennaio 2023 dalle ore 21 alle ore 22,30

La disponibilità è limitata a 16 posti, pertanto l'accettazione della domanda avverrà in base al curriculum alpinistico e al giudizio della Scuola di Alpinismo.

All'atto della presentazione della domanda di iscrizione va consegnata tutta la documentazione richiesta (calendario\regolamento e cv alpinistico), opportunamente compilata e firmata in ogni sua parte.

La quota di iscrizione è di 280 EURO, comprensiva di:

- copertura assicurativa
- uso del materiale comune del Corso
- assistenza didattica e tecnica di un istruttore ogni 2 allievi (con la sola eccezione di alcune uscite, in cui il rapporto può essere più ampio)
- manuale di tecnica di ghiaccio e misto o di roccia (secondo disponibilità) del CAI
- lezioni pratiche di arrampicata in palestra indoor come da calendario

Restano invece a carico dei partecipanti:

- pernottamenti e vitto nei rifugi
- spese relative alle uscite con mezzi propri
- eventuale acquisto di abbigliamento, equipaggiamento ed attrezzatura personale

I partecipanti al corso dovranno presentare la seguente documentazione entro la data di inizio corso:

- il certificato medico di idoneità sportiva non agonistica
- la ricevuta di pagamento dell'intera quota di iscrizione al corso
- il certificato di iscrizione al CAI (scaricabile dal sito <https://soci.cai.it/my-cai/home>, dopo opportuna registrazione)

Si ricorda che è consigliato agli allievi di presentarsi in sede della Sezione il giorno della presentazione dei corsi 2023 fissata in data 01/12/2022 alle ore 21 per un eventuale breve colloquio conoscitivo.

ISCRIZIONE dopo aver ricevuto conferma di ammissione al corso

(dal 10 gen 2023 ed entro il 25 gen 2023)

DOCUMENTI necessari per l'iscrizione

I documenti da presentare all'atto dell'iscrizione sono:

- Modulo di iscrizione, compilato e firmato (disponibile sul sito www.caiparma.it)
- Consenso informato (disponibile sul sito www.caiparma.it).
- Carta d'identità;
- TESSERA CAI valida per il 2023;
- Certificato medico d'idoneità all'attività sportiva non agonistica o stato di buona salute;
- Ricevuta pagamento o attestato del versamento della quota iscrizione

INFORMAZIONI PER IL PAGAMENTO QUOTA ISCRIZIONE

Bonifico bancario intestato a: "Club Alpino Italiano – Sezione di Parma"

IBAN: IT07A0335901600100000150681

Causale: **"23CALA1 + Nome e Cognome del partecipante"**)

QUOTA ISCRIZIONE CORSO ALPINISMO PRIMO LIVELLO A1: **€ 280,00**

RUOLI E CONTATTI

Scuola di Alpinismo, scialpinismo e arrampicata libera "Enrico Mutti" - Parma	e.mutti@cnsasa.it
Direttore della Scuola: Adolfo Cardinale	
Segreteria della Scuola: Beatrice La Torre	
Direttore del corso A1/2023: Damiano Meli	melidamiano@libero.it
Vicedirettore del corso A1/2023: David Finzi	david.finzi@hotmail.it