



**SCUOLA DI ALPINISMO,
SCIALPINISMO ED
ARRAMPICATA LIBERA
“ENRICO MUTTI”
CAI PARMA
CORSI 2024**



Martedì 5 Dicembre 2023 ore 21.00

Presentazione dei corsi:

CORSO DI ARRAMPICATA SU ROCCIA PRIMO LIVELLO AR1

CORSO DI SCIALPINISMO PRIMO LIVELLO SA1

(preiscrizione online obbligatoria compilando il form al seguente link:

https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSdj8yDJYhqogHPjA0bgqdK35dlRG7QLqQfFVkiPYhoCj5glfA/viewform?usp=sf_link

CORSO DI FREERIDE

CORSO SCIALPINISMO / SNOWBOARD ALPINISMO BASE PRIMO LIVELLO SA1

Codice corso: 24CSASA1

Il Corsi di Scialpinismo del CAI di Parma sono rivolti alle persone che intendono vivere e provare indimenticabili sensazioni, in un ambiente innevato, dominato da profondi silenzi e panorami da lasciare senza fiato.

I corsi sono differenziati in funzione delle capacità personali, dell'attrezzatura scelta e della tecnica preferita.

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 SCIALPINISMO / SNOWBOARD ALPINISMO BASE PRIMO LIVELLO SA1

Corso base che fornisce ai partecipanti una preparazione teorica e pratica che permetta loro di gestire in autonomia e sicurezza un itinerario sci alpinistico; di conoscere la nivologia, i pericoli della montagna invernale e i concetti dell'autosoccorso; di apprendere nozioni di topografia, orientamento e meteorologia; di migliorare la tecnica di discesa in neve fresca. Il corso è rivolto a principianti che non hanno mai praticato lo scialpinismo e può essere svolto sia con sci sia con snowboard.





INFORMAZIONI GENERALI:

Il corso di Scialpinismo di Base (SA1) del CAI di Parma è rivolto alle persone che intendono vivere e provare indimenticabili sensazioni, in un ambiente coperto di neve, dominato da profondi silenzi e panorami da lasciare senza fiato.

Il corso è strutturato con lezioni teoriche che si svolgeranno di norma presso la sede del CAI ed uscite pratiche in ambiente che si svolgeranno in diverse località dell'arco alpino e dell'appennino emiliano. Il corso SA1 fornisce ai partecipanti una preparazione teorica e pratica che permetta loro di gestire in autonomia e sicurezza un itinerario sci alpinistico; questo attraverso: la conoscenza della nivologia, dei pericoli della montagna invernale e dei concetti dell'autosoccorso; l'apprendimento di nozioni di topografia, orientamento e meteorologia; il miglioramento della tecnica di discesa in neve fresca. Il corso è rivolto a principianti che non hanno mai praticato o praticano autonomamente poche volte lo scialpinismo e può essere svolto sia con sci sia con snowboard.

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:

Discreto livello sciistico (parallelo di base su pista) o di uso dello snowboard (conduzione di base su pista), che sarà verificato in occasione della prima uscita pratica.

Discreta forma fisica per essere in grado di compiere escursioni fino a 700/1000 metri di dislivello. Nella prima uscita pratica gli istruttori valuteranno concretamente i due requisiti sopra indicati. A seguito di ciò alle persone che non saranno ammesse al corso verrà restituita parte della quota di iscrizione.

Attrezzatura necessaria: Gli allievi dovranno essere dotati di KIT APS (Artva, Pala e Sonda), piccozza e ramponi per tutte le uscite del corso, oltre ad una efficiente dotazione scialpinistica (sci o splitboard) comprendente adeguato abbigliamento da montagna. Possono partecipare al corso anche allievi con tavola da snowboard + adeguate ciaspole. La sezione ha la possibilità di noleggiare un certo numero di KIT APS. Verificare la disponibilità.

Si consiglia di non effettuare acquisti ed aspettare la prima lezione del corso per le eventuali informazioni e specifiche.

DOTAZIONE SCIALPINISTICA:

Per chi pratica sci: sci con attacchi da sci alpinismo, scarponi da sci alpinismo, pelli di foca, rampant, bastoncini, zaino (con possibilità di alloggiamento degli sci).

Per chi pratica snowboard: snowboard o split (completa di attacchi, pelli di foca e rampant), scarponi soft o hard, bastoncini, zaino (con possibilità di alloggiamento dello snowboard). Necessarie idonee ciaspole (meglio con lame) per chi ha la tavola da snowboard.

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.

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.

Durante le uscite non è quindi ammessa attività che dipenda da iniziative personali.

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. È infatti da tener presente che le attività connesse allo scialpinismo comportano comunque dei rischi. Già con la loro adesione gli allievi assumono per sé 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 11 gennaio 2024	LEZIONE TEORICA 1	ATTREZZATURA ED

EQUIPAGGIAMENTO		
giovedì 18 gennaio 2024	LEZIONE TEORICA 2	AUTOSOCCORSO
sabato 20 domenica 21 gennaio 2024	USCITA PRATICA 1	PROVA SCIISTICA E TECNICHE DI SCIALPINISMO
giovedì 1 febbraio 2024	LEZIONE TEORICA 3	LA NEVE – Cenni su formazione ed evoluzione
sabato 3 domenica 4 febbraio 2024	USCITA PRATICA 2	USO PICCOZZA E RAMPONI
giovedì 22 febbraio 2024	LEZIONE TEORICA 4	LE VALANGHE – Conoscenza e valutazione del pericolo
sabato 24 domenica 25 febbraio 2024	USCITA PRATICA 3	CONDUZIONE DI UNA GITA – AUTOSOCCORSO IN VALANGA
giovedì 29 febbraio 2024	LEZIONE TEORICA 5	PIANIFICAZIONE DELLA GITA – Studio itinerario, valutazione sicurezza, lettura paesaggio
giovedì 14 marzo 2024	LEZIONE TEORICA 6	ITINERARI – Lettura degli itinerari e cenni di orientamento e topografia
sabato 16 domenica 17 marzo 2024	USCITA PRATICA 4	INTERPRETAZIONE ITINERARI E PROVE DI ORIENTAMENTO
giovedì 28 marzo 2024	LEZIONE TEORICA 7	TECNICHE DI BIVACCO
giovedì 11 aprile 2024	LEZIONE TEORICA 8	METEOROLOGIA – Cenni di meteorologia
sabato 13 domenica 14 aprile 2024	USCITA PRATICA 5	COSTRUZIONE DI UN RICOVERO DI EMERGENZA
giovedì 18 aprile 2024	RIUNIONE FINALE	CONCLUSIONI E TEST FINALI

MODALITÀ DI ISCRIZIONE:

L'iscrizione è possibile a partecipanti che abbiano compiuto i 18 anni di età e siano soci CAI.

Le iscrizioni al corso saranno effettuate in due fasi: **PREISCRIZIONE** ed **ISCRIZIONE** da effettuare **esclusivamente ONLINE** compilando il modulo (istruzioni e link nel paragrafo seguente). È consigliato comunque agli allievi di partecipare alla presentazione dei corsi presso la sede della Sezione martedì 5 dicembre alle ore 21.

Qualora il numero di preiscrizioni superasse il limite massimo di allievi, sarà operata una selezione fra i preiscritti in base all'ordine di preiscrizione. L'avvenuta ammissione al corso sarà comunicata ai candidati tramite una e-mail che conterrà anche le istruzioni, la modulistica e i documenti necessari per completare l'iscrizione. Anche questi documenti dovranno essere inviati telematicamente ONLINE.

La quota d'iscrizione è di € 280,00. Le spese delle singole gite sono a carico degli allievi. Chi desidera partecipare al corso dovrà ultimare entro la data della prima lezione l'iscrizione inviando tempestivamente tutta la documentazione richiesta seguendo le modalità indicate.

PREISCRIZIONE OBBLIGATORIA

(le preiscrizioni apriranno il 5 dic 2023 e saranno chiuse il 25 dic 2023. Nel caso del raggiungimento della quota massima di allievi prima del 25 dicembre, le preiscrizioni saranno chiuse anticipatamente.

Compilare il form on line al seguente link [Modulo preiscrizione 2024](#) dove verranno richiesti:

- Dati anagrafici
- Contatti (numero telefonico e indirizzo e-mail)
- Info di base

Si consiglia agli allievi di presentarsi in sede della Sezione il giorno della presentazione dei corsi 2024 fissata in data 06/12/2022 alle ore 21 per un eventuale breve colloquio conoscitivo. In quella occasione sarà anche possibile iscriversi al CAI o rinnovare l'iscrizione per il 2024.

ISCRIZIONE dopo aver ricevuto conferma di ammissione al corso (dalla data di chiusura delle preiscrizioni ed entro il 11 gen 2023)

- Compilare il form on line al link che sarà inviato via e-mail ai candidati ammessi
- Inviare i seguenti documenti con le modalità descritte nella e-mail di ammissione:
 - Modulo di iscrizione, compilato e firmato (sarà allegato alla e-mail di ammissione);
 - Liberatoria (sarà allegato alla e-mail di ammissione);
 - Carta d'identità;
 - TESSERA CAI valida per il 2024;
 - 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: "24CSASA1 + Nome e Cognome del partecipante")

QUOTA ISCRIZIONE CORSO SCIALPINISMO 2024 PRIMO LIVELLO SA1: € 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 SA1/2024: Luigi Allodi	luigi.allodi@gmail.com
Vicedirettore del corso SA1/2024: Luca Zanichelli	lucazanikelli@gmail.com