



SCUOLA E. MUTTI
CAI PARMA

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

Giovedì 11 Dicembre 2025
ore 21.00

presso la sede CAI di Parma -
Via Piacenza 40 - 43126 Parma (PR)

CORSI 2026

CORSO DI ROCCIA

CORSO DI ROCCIA AVANZATO AR1

**CORSO D'ARRAMPICATA
LIBERA**

PRIMO LIVELLO AL1

CORSO DI ALTA MONTAGNA

CORSO DI GHIACCIO AVANZATO AG1

CORSO DI SCIALPINISMO

PRIMO LIVELLO SA1

CORSO DI FREERIDE



CORSO FREERIDE



INFORMAZIONI GENERALI:

Il corso è destinato a bravi sciatori che vogliano vivere la magia della montagna in veste invernale, lontano dalle piste battute, in totale sintonia con la natura, senza mai dimenticare la propria sicurezza ed incolumità, imparando i fondamenti della prevenzione dal rischio valanghe e dell'autosoccorso.

Il Freeride è una disciplina che comprende un mix di tecnica, montagna, neve, brividi di lasciare la propria scia, immersi in neve fresca e polverosa, dove ognuno traccia i propri archi di curva, raggiungendo le sensazioni di libertà che più affascinano i freeriders, senza però tralasciare i canoni fondamentali per uno sciatore fuori pista: comportamento corretto, cultura della sicurezza, prevenzione degli incidenti da valanga, conoscenza delle tecniche dell'autosoccorso, e poi divertimento.

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 email 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:

Ottimo livello sciistico o di uso dello snowboard, che sarà verificato in occasione della prima uscita pratica.

Buona forma fisica per essere in grado di affrontare in sicurezza l'ambiente montano invernale e compiere escursioni fino a 300/500 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.

Per praticare l'attività di sci fuori pista, comunemente chiamato FREERIDE, è richiesto ai partecipanti un'ottima tecnica sciistica, capacità di adattamento dello stile di sciata ai vari pendii e tipi di neve che si possono incontrare durante la discesa, una buona preparazione psico/fisica per affrontare l'ambiente di alta montagna.

Attrezzatura necessaria: L'attrezzatura richiesta per la partecipazione al corso comprende sci di larghezza e lunghezza adeguati all'utilizzo nel fuori pista, attacchi adatti per un uso in discesa ed in salita, e pelli di foca opportunamente sagomate e adattate allo sci e/o split board. Questo argomento verrà approfondito durante la serata di presentazione. Durante le uscite si farà prevalentemente uso degli impianti di risalita meccanici, ma in taluni casi anche brevi risalite con pelli di foca. 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.

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 meteorologiche o qualora la Scuola lo ritenesse opportuno. Si richiede dunque al partecipante la massima flessibilità e disponibilità possibile. 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 i viaggi di andata e ritorno. Sono a carico dei partecipanti le spese di vitto, alloggio, impianti di risalita e viaggio con mezzi propri.

- 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.
- 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 lo svolgimento del Corso è rigorosamente vietata qualsiasi attività individuale non programmata o non espressamente autorizzata dagli Istruttori. La Direzione della Scuola ha facoltà di escludere, durante lo svolgimento del corso, i partecipanti che non ritenesse idonei o di cui non giudicasse opportuna l'appartenenza al corso. Non è consentita la partecipazione alle uscite del corso a persone che non siano allievi regolarmente iscritti.
- La Scuola garantisce la massima regolarità di azione per la prevenzione; tuttavia, declina ogni responsabilità per eventuali infortuni o incidenti che dovessero accadere durante lo svolgimento delle attività. Si ricorda che le pratiche di alpinismo, scialpinismo e arrampicata libera, comportano rischi oggettivi. L'adesione al corso implica la piena accettazione di tali rischi e delle relative conseguenze da parte dell'allievo.
- 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 attestato di partecipazione a tutti gli allievi ritenuti idonei.

CALENDARIO

DATA	TIPO	DESCRIZIONE
15 gen 2026 Giovedì ore 21	LEZIONE TEORICA	ATTREZZATURA ED EQUIPAGGIAMENTO
22 gen 2026 Giovedì ore 21	LEZIONE TEORICA	AUTOSOCCORSO
31 gen 2026 1 feb 2026	USCITA PRATICA	SICUREZZA E AUTOSOCCORSO
5 feb 2026 Giovedì ore 21	LEZIONE TEORICA	LA NEVE – cenni su formazione ed evoluzione del manto nevoso
14 feb 2026 15 feb 2026	USCITA PRATICA	TECNICHE DI DISCESA
19 feb 2026 Giovedì ore 21	LEZIONE TEORICA	LE VALANGHE – conoscenza e valutazione del pericolo
26 feb 2026 Giovedì ore 21	LEZIONE TEORICA	PIANIFICAZIONE DELLA GITA – studio itinerario, valutazione sicurezza, lettura paesaggio
28 feb 2026 1 mar 2026	USCITA PRATICA	AUTOSOCCORSO IN VALANGA
7 mar 2026 8 mar 2026	USCITA PRATICA (R)	EVENTUALE RECUPERO
12 marzo 2026 Giovedì ore 21	LEZIONE TEORICA	ITINERARI – lettura degli itinerari e cenni di orientamento e topografia
12 mar 2026 Giovedì ore 21	LEZIONE TEORICA	METEOROLOGIA – cenni di meteorologia, tecniche di bivacco
2 apr 2026 Giovedì ore 21	LEZIONE FINALE	CONCLUSIONI E TEST FINALI

MODALITA' DI ISCRIZIONE:

Per tutti i corsi l'iscrizione è possibile per partecipanti che hanno compiuto i 18 anni di età e sono soci CAI. Le iscrizioni al corso verranno effettuate in due livelli:

1. PREISCRIZIONE
2. ISCRIZIONE.

E' consigliato agli allievi di presentarsi in sede della Sezione il giorno della presentazione dei corsi.

Qualora il numero di domande superi il limite massimo di partecipanti, sarà operata una selezione e sarà comunicato via mail agli iscritti se la richiesta di PREISCRIZIONE è stata accettata positivamente.

Al momento della comunicazione dell'ammissione verranno indicate le modalità con le quali si dovrà ultimare l'ISCRIZIONE effettiva inviando tutta la documentazione richiesta entro la data della prima lezione.

Le iscrizioni si raccolgono esclusivamente ONLINE.

PREISCRIZIONE OBBLIGATORIA

(dal 11 dic 2025 al 31 dic 2025)

Compilare il form on line al seguente link ([CLICCA QUI](#)) dove verranno richieste:

- dati anagrafici e di contatto;
- una fotografia (dove si veda bene il volto);
- esperienze scialpinistiche e informazioni di base.

Si ricorda che è consigliato agli allievi di presentarsi in sede della Sezione il giorno della presentazione dei corsi per un eventuale breve colloquio conoscitivo.

ISCRIZIONE dopo aver ricevuto conferma di ammissione al corso

(dal 31 gen 2025 ed entro il 11 gen 2026)

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 2026 o certificato d'iscrizione scaricabile da MyCai.it;
- 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: IT44D0623012781000036408533

Causale: "26CSAFR1 + Nome e Cognome del partecipante")

QUOTA ISCRIZIONE CORSO FREERIDE: € 300,00

RUOLI E CONTATTI

Scuola di Alpinismo, scialpinismo e
arrampicata libera "Enrico Mutti" - Parma

e.mutti@cnsasa.it

Direttore della Scuola:
Pietro Bianchi

Segreteria della Scuola:
Beatrice La Torre

Direttore del corso FREERIDE/2026:
Andrea Vanini

ironmanandrea60@gmail.com
