



CORSO ROCCIA "AR1 2018"

9 aprile—13 giugno 2018

Direttore: IA Patrick Tomasin - Vicedirettori: INA Mario Tavagnutti, IS Giuliano Zuljan
PRESENTAZIONE DEL CORSO: CAI MONFALCONE 22 MARZO ORE 21.15

- Il Corso è rivolto a chi vuole conoscere ed approfondire l'arrampicata su roccia in montagna. Oltre ai neofiti il corso è consigliato anche a coloro che hanno già una conoscenza in campo alpinistico o di arrampicata in falesia. Sono previste lezioni teoriche ed uscite in ambiente dove l'allievo potrà imparare a conoscere i materiali ed il loro impiego, la progressione della cordata in parete, la tecnica base di arrampicata. Il Corso propone un approccio per gradi a seconda della preparazione dell'allievo, è finalizzato a trasmettere la formazione necessaria per affrontare in sicurezza e autonomia itinerari di arrampicata su roccia in ambiente di montagna.

- Saranno ammessi al corso i soci CAI di età superiore a 18 anni, in regola con il tesseramento per l'anno in corso. Il tesseramento dei non soci potrà avvenire al momento dell'iscrizione al corso o negli orari di apertura della segreteria del CAI.

Le iscrizioni saranno a numero chiuso e l'accettazione delle domande sarà a insindacabile giudizio della commissione.

- Il corso si articolerà in 9 lezioni teoriche, che si terranno presso le sedi CAI di Gorizia e Monfalcone con inizio alle ore 20:30 e 7 lezioni pratiche, in falesia e ambiente alpino. Le lezioni pratiche si svolgeranno prevalentemente il sabato pomeriggio dalle 13:00 alle 18:00 e la domenica dalle 08:30 alle 15:00 (orari indicativi). Il corso avrà l'obiettivo di far conoscere all'allievo l'arrampicata e l'alpinismo. Verranno affrontati temi quali: materiali, sicurezza, tecnica, allenamento, storia dell'alpinismo e primo soccorso.

- La quota di iscrizione, pari a € 200 comprende: - l'insegnamento teorico e pratico, l'uso del materiale alpinistico collettivo ed il materiale didattico.

- La quota non comprende: - le spese di viaggio e trasferimento e tutto quanto non espressamente citato nel presente documento.

Al termine del corso, agli allievi che abbiano seguito con regolarità e profitto il percorso didattico, verrà rilasciato idoneo attestato di frequenza.

- L'iscrizione potrà essere effettuata presso le sedi CAI di Gorizia, Via Rossini, 13, nella giornata del 29 marzo dalle ore 21:00 alle ore 22:00 e di Monfalcone, Via Marco Polo, 7, il giorno 5 aprile dalle ore 21:00 alle ore 22:00.

Per informazioni: Patrick Tomasin
329 0987096 cedro1981@yahoo.it

- All'atto dell'iscrizione, assieme all'intera quota di partecipazione, i richiedenti dovranno presentare un certificato medico per la pratica di attività sportiva non agonistica VALIDO ed una fototessera, dovranno inoltre esibire la tessera socio CAI valida per l'anno in corso. Sul sito della Scuola, nella sezione "I nostri corsi/Modulistica" è disponibile il modulo per l'iscrizione.

NOTE INFORMATIVE

Svolgendosi in ambienti naturali tali attività possono presentare, per loro stessa natura, margini di rischio che non possono essere del tutto eliminati e di cui gli allievi devono essere consapevoli.

E' necessario presentarsi ai corsi con un allenamento fisico adeguato.

Il programma potrà subire variazioni di date e località in relazione alle condizioni meteorologiche o per questioni di carattere organizzativo. Nei limiti del possibile sarà svolto un programma sostitutivo tale da non compromettere la validità didattica del corso. Nessun rimborso è dovuto in caso di variazioni.

Tutti i partecipanti dovranno presentarsi alle lezioni pratiche dotati di proprio materiale individuale omologato CE-EN: caschetto, imbrago basso e scarpette da arrampicata.

Tale materiale dovrà essere esibito alla prima lezione teorica per una verifica di idoneità prima del suo utilizzo sul terreno. In seguito gli allievi dovranno inoltre dotarsi di almeno due cordini in kevlar e tre moschettoni (due tipo "B" e uno "HMS"). Tale materiale sarà adeguatamente descritto nelle lezioni.



Tutti i partecipanti al corso saranno assicurati contro gli infortuni e per danni verso terzi grazie alle polizze della Sede CAI Centrale attivate con il pagamento della tessera annuale.

Calendario del corso

Data	Argomento della lezione	Luogo
Lu 09/04	Pericoli in montagna e finalità CAI	Sede CAI GORIZIA
Me 11/04	Materiali e normative	Sede CAI MONFALCONE
Ve 13/04	Catena di sicurezza	Sede CAI GORIZIA
Me 18/04	Primo soccorso e gestione di un incidente	Sede CAI MONFALCONE
Sa 21/04	Arrampicata e manovre avanzate	S. Croce (TS)
Do 22/04	Arrampicata e manovre avanzate	Doberdò (GO)
Me 02/05	Topografia e orientamento	Centro visite Pietrarossa
Sa 05/05	Progressione su via di più tiri e manovre	Vipava (SLO)
Do 06/05	Progressione su via di più tiri	Val Rosandra (TS)
Me 09/05	Storia dell'alpinismo	Sede CAI MONFALCONE
Me 16/05	Preparazione di una salita	Sede CAI MONFALCONE
Do 20/05	Progressione su via di più tiri	Carnia
Me 30/05	Etica e tutela ambientale	Sede CAI MONFALCONE
Sa 09/06	Uscita finale	Luogo da definire
Do 10/06	Uscita finale	Luogo da definire
Me 13/06	Considerazioni finali	Sede CAI MONFALCONE