

# CALENDARIO DEL CORSO

## MODULI FERRATA e ROCCIA

|                 |                     |
|-----------------|---------------------|
| mar 12 marzo    | presentazione corso |
| mar 19 marzo    | lezione teorica     |
| mar 26 marzo    | lezione teorica     |
| gio 28 marzo    | lezione teorica     |
| we 30/31 marzo  | prima uscita        |
| mar 2 aprile    | lezione teorica     |
| dom 7 aprile    | seconda uscita      |
| mar 9 aprile    | lezione teorica     |
| we 13/14 aprile | terza uscita        |
| mar 16 aprile   | lezione teorica     |
| gio 9 maggio    | lezione teorica     |
| dom 12 maggio   | quarta uscita       |
| gio 16 maggio   | lezione teorica     |
| dom 19 maggio   | quinta uscita       |
| 5/6/7 luglio    | uscita in ambiente  |

## MODULO NEVE

|                 |                     |
|-----------------|---------------------|
| mar 4 giugno    | lezione teorica     |
| gio 6 giugno    | lezione teorica     |
| mer 12 giugno   | lezione teorica     |
| 14/15/16 giugno | uscita in Marmolada |



# ISCRIZIONI

Le iscrizioni a numero chiuso avranno inizio il giorno 12 marzo e termineranno il giorno 18 marzo, sabato e domenica esclusi dalle ore 19.00 alle ore 20.00, nella saletta del gruppo "Rose d'inverno" presso la sede del CAI XXX Ottobre.

Per iscriversi al corso è necessario essere soci CAI, avere regolarizzato il canone sociale e avere compiuto i 16 anni di età; verrà richiesto di compilare un modulo, sarà necessaria la firma di un genitore (in caso di minore) e saranno richieste una *foto* ed un *certificato medico per attività sportiva non agonistica*.

Negli orari indicati saranno presenti in sede alcuni istruttori per dare ulteriori chiarimenti sulle caratteristiche del corso.

In generale le attività che si svolgono in montagna sono connotate da un elevato grado di rischio per la salute e per l'incolumità fisica di chi le pratica, rischio che non può essere del tutto eliminato, ma solo in parte ridotto. È pertanto di fondamentale importanza che gli allievi partecipino con impegno e costanza alle lezioni del corso e che si attengano scrupolosamente alle prescrizioni impartite dagli istruttori durante le uscite pratiche.



CAI XXX Ottobre  
Scuola di Alpinismo  
"Enzo Cozzolino"

Via Battisti, 22 - Trieste  
040 63 55 00  
[www.caixxottobre.it](http://www.caixxottobre.it)

# XXXII CORSO BASE DI ALPINISMO A1 Primavera 2019



Associazione XXX OTTOBRE  
Sezione del CLUB ALPINO ITALIANO  
Scuola di Alpinismo "Enzo Cozzolino"



## PRESENTAZIONE

La Scuola di Alpinismo "E. Cozzolino" tramite il Gruppo "Rose d'Inverno" organizza il XXXII Corso Base di Alpinismo AI "Rose d'Inverno".

Il Corso, diretto da un Istruttore di Alpinismo, si articola in tre moduli ed è finalizzato all'apprendimento delle nozioni teoriche e pratiche fondamentali per affrontare la montagna in sicurezza e con le opportune competenze. Si va dai sentieri più semplici a quelli più impegnativi delle alte vie, dove la presenza di tratti attrezzati (vie ferrate) e di canali innevati richiede tecnica adeguata e particolare attenzione.

La proposta sarà articolata come segue:

- Modulo Ferrata: dove si impara ad affrontare e si approfondiscono le tematiche tipiche dei percorsi attrezzati.

- Modulo Roccia: dove si impara ad affrontare percorsi attrezzati e semplici vie alpinistiche.

- Modulo Neve: dove si acquisiscono le basi necessarie ad affrontare ambienti caratterizzati dalla presenza di neve e ghiaccio.

Non sono previsti vincoli nella scelta del modulo al quale iscriversi, tuttavia il corso AI, completato in tutti i tre moduli, è propedeutico ai corsi avanzati proposti dalla Scuola "E. Cozzolino".

## SVOLGIMENTO DEI CORSI

L'attività pratica si svolge su differenti itinerari della Val Rosandra, dai sentieri attrezzati alle vie semplici di roccia.

Al termine sono previste per gli allievi delle uscite in ambiente alpino, nel corso delle quali i gruppi percorreranno itinerari adeguati alle rispettive capacità.

Le lezioni teoriche (tecnica di progressione, orientamento, primo soccorso, preparazione di una gita ecc.) sono completate da uscite pratiche.

Le lezioni teoriche hanno luogo presso la sede della sezione del C.A.I. XXX Ottobre.

## ATTREZZATURA RICHIESTA

- Casco da roccia omologato UIAA-CE
- Calzature da montagna (scarponcini, pedule)
- Imbracatura omologata UIAA-CE
- Set per assicurazione su via ferrata ad Y omologato UIAA-CE
- Zaino
- Spezzone 1/2 corda da 3m
- 2 Cordini Dyneema/Kevlar da 1,5m
- 1 Moschettoni per mezzo barcaiolo
- 2 Moschettoni a D
- 1 Piastrina Gi-Gi

Le caratteristiche dell'attrezzatura tecnica personale richiesta per partecipare al corso verranno illustrate durante la prima lezione di teoria.

Si consiglia pertanto di rimandare eventuali acquisti di materiale.

La scuola dispone inoltre di una quantità limitata di attrezzatura a disposizione dei partecipanti al corso.

## ISCRIZIONE AI MODULI

- Modulo Ferrate: 120 €
- Modulo Roccia: 160 €
- Modulo Neve: 120 €
- Modulo Roccia + Neve: 240 €

Per i ragazzi fino a 20 anni il costo sarà ridotto a 210 € per la formula completa.

La quota di iscrizione include l'uso dell'attrezzatura collettiva alle uscite del corso ed il materiale didattico distribuito durante le lezioni teoriche.

L'ammissione è subordinata al giudizio della Direzione del corso.

Nessun rimborso sarà corrisposto agli iscritti che decidessero di interrompere anticipatamente la frequenza.

L'attività relativa all'apprendimento delle tecniche di progressione e di sicurezza su neve e ghiaccio viene effettuata durante un soggiorno di tre giorni in un rifugio alpino sul ghiacciaio della Marmolada.

... hai domande?

Vieni a trovarci alla presentazione del corso martedì 12 marzo alle ore 20.30 in via Battisti, 22 a Trieste. Chiamaci al numero 040-635500 o visita il nostro sito internet [www.caixxottobre.it](http://www.caixxottobre.it)

