

## ISCRIZIONI

I moduli per la richiesta di iscrizione al 17° Corso di Arrampicata Libera saranno disponibili dalle ore 21:00 di lunedì 19 giugno 2023 presso la sede CAI oppure scaricabili on-line sulla home-page del nostro sito

→ [www.caicaratebrianza.it](http://www.caicaratebrianza.it)

I richiedenti dovranno compilare la domanda rispondendo al questionario e poi spedirla via e-mail al seguente indirizzo

→ [scuoladialpinismo@caicaratebrianza.it](mailto:scuoladialpinismo@caicaratebrianza.it)

La conferma di accettazione della domanda al corso, sarà comunicata ai diretti interessati il giorno 15 luglio 2023.

A completamento dell'iscrizione al corso sarà necessario consegnare presso la sede la seguente documentazione:

- 1 fotografia formato tessera.
- Tessera CAI con bollino valido per l'anno 2023.
- Certificato medico di buona salute per svolgere pratica sportiva non agonistica valido per il 2023.

Quota di iscrizione € 200.

Incluse nella quota di iscrizione le dispense didattiche. Sono escluse tutte le spese di vitto, alloggio, viaggio ed eventuali impianti di risalita.

Lo scopo del corso di arrampicata libera è quello di fornire agli allievi tutte le conoscenze necessarie per praticare l'arrampicata libera su roccia in totale sicurezza, portandoli ad essere in grado di arrampicare da primi di cordata su itinerari perfettamente attrezzati.

Il corso si svilupperà in lezioni teoriche e prove pratiche in falesia.

### Regolamento del Corso

La direzione del corso si riserva la facoltà di apportare modifiche al programma e di escludere dal corso stesso quegli allievi che avessero dato prova di indisciplina o avessero dimostrato manifesta incapacità tecnica.

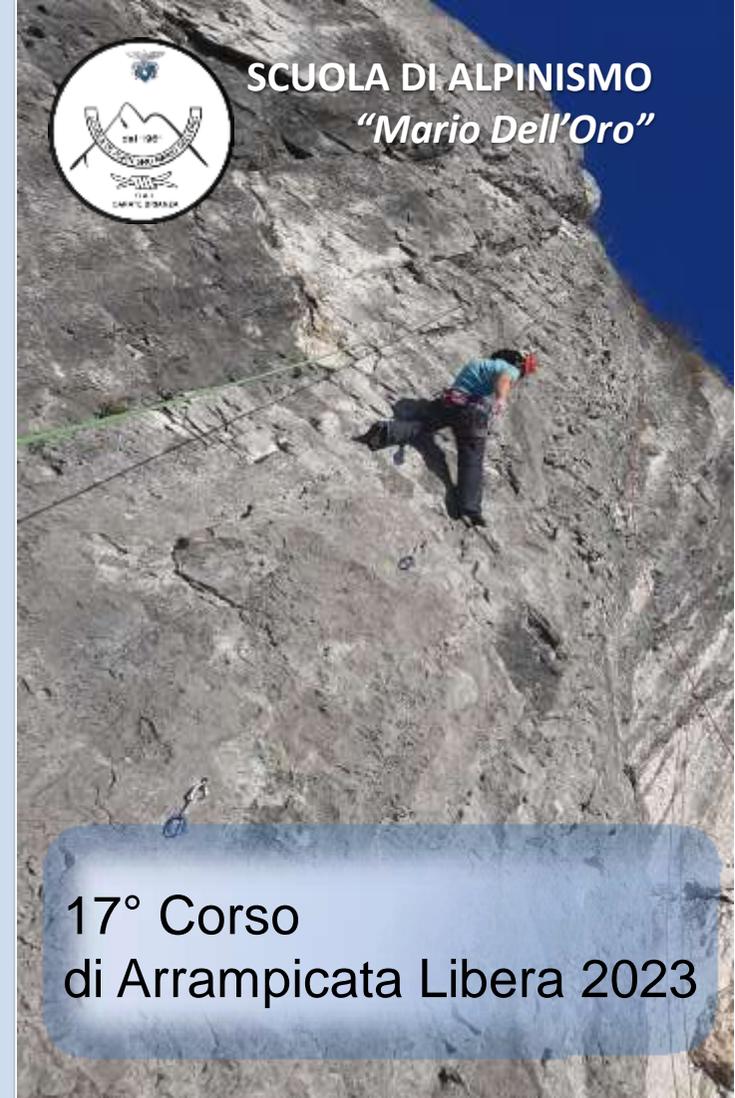
La scelta delle località per le lezioni pratiche verrà decisa all'ultimo momento per poter sfruttare al meglio le condizioni meteorologiche ed ambientali del terreno.

### Informativa

*La frequentazione della montagna, della falesia e delle strutture indoor di arrampicata sono attività che presentano dei rischi; le scuole del C.A.I. adottano tutte le misure precauzionali affinché nei vari ambienti si operi con ragionevole sicurezza. Con la loro adesione Istruttori ed Allievi sono consapevoli che nello svolgimento dell'attività alpinistica un rischio residuo è sempre presente e non è mai azzerabile.*



SCUOLA DI ALPINISMO  
"Mario Dell'Oro"



17° Corso  
di Arrampicata Libera 2023



Club Alpino Italiano  
Sezione Carate Brianza

Via Cusani, 2 Carate Brianza 20841 (MB)  
Tel./Fax. +39 0362 687621

WEB: [www.caicaratebrianza.it](http://www.caicaratebrianza.it)  
E-Mail: [scuoladialpinismo@caicaratebrianza.it](mailto:scuoladialpinismo@caicaratebrianza.it)

## PROGRAMMA 17° CORSO DI ARRAMPICATA

(lunedì)	19 giugno 2023	Apertura iscrizioni al corso
(mercoledì)	6 settembre	Programma corso. Equipaggiamento e materiali.
(lunedì)	11 settembre	Nodi 1. Tecniche di Arrampicata 1
(martedì)	12 settembre	Tecniche di progressione.
(domenica)	17 settembre	Arrampicata da secondo di cordata
(lunedì)	18 settembre	Nodi 2. Materiale per arrampicata.
(martedì)	19 settembre	Tecniche di arrampicata 2. Manovre di corda.
(domenica)	24 settembre	Manovre di corda. Arrampicata.
(lunedì)	25 settembre	Nodi 3. Metodi di allenamento.
(martedì)	26 settembre	Arrampicata da primo di cordata. Manovra di allungamento.
(venerdì)	29 settembre	Prove di trattenuta
(lunedì)	2 ottobre	BLS. Emergenza di primo soccorso. Il C.A.I. e la sua struttura.
(domenica)	8 ottobre	Arrampicata da primo di cordata. Manovra di allungamento.
(lunedì)	9 ottobre	Storia dell'Arrampicata Libera
(martedì)	10 ottobre	Arrampicata da primo di cordata. Tecniche di arrampicata 3.
(sabato e domenica)	14-15 ottobre	Arrampicata in falesia.
	11 novembre	Cena di fine corso

In verde le lezioni pratiche in ambiente.  
In blu le lezioni in palestra indoor.  
In nero le lezioni teoriche in sede C.A.I.

## ORGANICO DELLA SCUOLA DI ALPINISMO

Direttore Scuola INA Colombo Antonio 345-1555246  
Vice INA Curti Angelo 339-3321656

### DIREZIONE 17° CORSO DI ARRAMPICATA LIBERA

Direttore corso IAL Spinelli Maurizio 345-7063253  
Vice IS Scotti Matteo 340-8817243

### ISTRUTTORI

IA Balossi Alberto	IAL Maggioni Matteo
IAL Barbaglia Andrea	IS Maj Stefano
IS Barbon Alice	IAL Marzorati Alessandro
ASPI Bertolini Jessica	INA Marzorati Marino
IA Bonfanti Annalisa	IS Mazzolini Gabriele
IA Borgonovo Flaminio	IA Monteleone Andrea
IS Brami Edoardo	IS Moscatelli Michele
IS Caldarini Angelo	INA Nicolodi Marco
IS Castagna Roberto	IS Patruno Monica
IS Cattaneo Gianluca	IS Pozzi Matteo
IS Cerini Luca	IS Preda Anna
IS Cesana Maurizio	IS Recalcati Simone
IS Chifu Smaranda	IA Redaelli Marco
IS Citterio Massimo	IA Redaelli Massimo
IS Colciago Laura	IS Redaelli Norberto
INA Colombo Antonio	IS Schirru Stefano
IS Colombo Diego	IS Scotti Carlo
INA Colombo Marco	IS Scotti Luca
IS Consonni Marco	IS Scotti Matteo
IS Cristallo Davide	IAL Spinelli Maurizio
IA Curti Angelo	IA Tanzi Ezio
IAL Fani Alessio	IS Tirelli Christian
IS Filip Ermes	IS Toncetto Pietro
ASPI Gatti Federica	IS Vergani Cinzia
IS Gerosa Roberto	IS Vimercati Giuliano
IAL Grassi Danilo	IS Zampieri Matteo
IS Legnani Giovanni	IS Zimbaldi Chiara
ASPI Locati Francesco	

## MATERIALE INDIVIDUALE

Casco da arrampicata;  
Sacchetto porta magnesite;  
Imbracatura bassa da arrampicata;  
Scarpette da arrampicata;  
N°2 moschettoni a ghiera;  
Abbigliamento adeguato;  
N°1 anello di cordino diam. 8 mm da 2,0 metri;

Per eventuale acquisto di materiali, si consiglia di attendere lo svolgimento della prima lezione "Equipaggiamento e materiali". In quella sede sarà possibile individuare cosa necessario e chiedere consiglio agli Istruttori