

## ISCRIZIONI

A partire dal 15 Gennaio 2016, e fino ad esaurimento dei posti disponibili, sono aperte le iscrizioni al 55° Corso di Alpinismo.

L'iscrizione è aperta a tutti i soci C.A.I. che abbiano compiuto il sedicesimo anno di età. Per i minorenni occorre l'autorizzazione firmata da entrambi i genitori o di chi ne fa le veci. Le domande dovranno essere accompagnate da:

- Modulo di iscrizione completamente compilato
- 1 fotografia formato tessera
- Tessera CAI con bollino valido per l'anno 2016
- Certificato medico di buona salute per svolgere pratica sportiva non agonistica valido per il 2016

Quota di iscrizione € 240.

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

## 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

## 55° CORSO DI ALPINISMO

Il corso di alpinismo organizzato dalla Sezione del C.A.I. di Carate Brianza è indirizzato a chiunque sia amante della montagna e dell'avventura.

E' rivolto non solo ai neofiti, ma anche a chi già frequenta abitualmente la montagna. Prevede lezioni teoriche in sede e lezioni pratiche su terreni via via più impegnativi, a partire dalla falesia per arrivare all'alta montagna, con salite su roccia, ghiaccio e neve.

Obiettivo finale del corso è quello di trasmettere ai partecipanti le nozioni di base per poter condurre una salita in ambiente alpino con la massima sicurezza.

## 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.



## SCUOLA DI ALPINISMO "MARIO DELL'ORO"

CAI Carate Brianza

Via Cusani, 2 Carate Brianza 20841 (MB)  
Tel./Fax. +39 0362 / 992364

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

E-Mail: [scuoladialpinismo@caicaratebrianza.it](mailto:scuoladialpinismo@caicaratebrianza.it)

## PROGRAMMA 55° CORSO DI ALPINISMO

15 Gennaio	Apertura iscrizioni al 55° Corso di Alpinismo
2 Marzo	Presentazione corso. Materiali
7 Marzo	Nodi ed assicurazioni (Parte prima)
9 Marzo	Nodi ed assicurazioni (Seconda prima)
<b>13 Marzo</b>	<b>Manovre di corda</b>
14 Marzo	Tecnica individuale di arrampicata su roccia
17 Marzo	Tecnica individuale di arrampicata su roccia (indoor)
<b>20 Marzo</b>	<b>Tecnica individuale di arrampicata</b>
23 Marzo	Alimentazione e medicina in montagna
6 Aprile	Allenamento e preparazione atletica
<b>9 Aprile</b>	<b>Prova di trattenuta</b>
13 Aprile	Pronto soccorso in montagna
27 Aprile	BLS, tecnica di emergenza di primo soccorso
11 Maggio	Procedimento in cordata
<b>14-15 Maggio</b>	<b>Procedimento in cordata</b>
18 Maggio	Preparazione di una salita e meteorologia
<b>22 Maggio</b>	<b>Arrampicata in montagna</b>
25 Maggio	Neve, valanghe e ARTVA
1 Giugno	Morfologia e glaciologia ambiente alpino
6 Giugno	Tecnica individuale ghiaccio
8 Giugno	Manovre di corda su ghiaccio
<b>12 Giugno</b>	<b>Impostazione e tecnica su ghiaccio</b>
22 Giugno	Topografia ed orientamento
<b>25-26 Giugno</b>	<b>Salita in alta montagna</b>
29 Giugno	Storia dell'Alpinismo
6 Luglio	Flora, fauna e ambiente
<b>9-10 Luglio</b>	<b>Arrampicata in ambiente</b>
5 Novembre	Cena di fine corso

### In giallo le lezioni pratiche in ambiente.

Le lezioni teoriche sono aperte a tutti gli iscritti CAI e si svolgono presso la locale sede sociale. Hanno inizio alle ore 21:00.

## ORGANICO DELLA SCUOLA

### DIRETTORE SCUOLA

INA Colombo Marco 320-4774531

### VICEDIRETTORE SCUOLA

INA Colombo Antonio 345-1555246

### DIRETTORI 55° CORSO ALPINISMO

Alta Montagna

IA Flaminio Borgonovo 349-1147397

Roccia

IA Tanzi Ezio 366-5268336

### ISTRUTTORI

Balossi Alberto IA

Maj Stefano

Barbaglia Andrea

Marzorati Alessandro IAL

Benedum Giovanni IA

Marzorati Marino INA

Berta Giuseppe

Merati Erica

Bonfanti Annalisa IA

Monteleone Andrea IA

Bosisio Chiara

Moscatelli Michele

Camagni Elisa

Nicolodi Marco INA

Castagna Roberto

Patrino Monica

Cattaneo Gianluca

Piccin Maurizio IA

Cerini Luca

Pozzi Matteo

Citterio Massimo

Preda Anna

Colciago Anna

Redaelli Marco IA

Colciago Laura

Redaelli Massimo IA

Colombo Diego

Redaelli Norberto

Corbetta Massimo

Schirru Stefano

Curti Angelo IA

Scotti Carlo

Dell'Orto Dario

Scotti Matteo

Fani Alessio

Spinelli Maurizio IA

Filip Ermes

Strocchio Maurizio

Galbiati Roberto

Tonicello Pietro

Gattini Alessandro

Valtorta Roberto

Gerosa Roberto

Viganò Alberto

Giussani Simone

Vimercati Giuliano

Grassi Danilo IAL

Zampieri Matteo

Maggioni Matteo IAL

Zimbaldi Chiara

## MATERIALE INDIVIDUALE

Casco da arrampicata

Imbracatura bassa da arrampicata

2 moschettoni HMS a ghiera

1 piastrina completa di 2 moschettoni a ghiera  
(di cui uno a rami paralleli)

2 moschettoni a ghiera piccoli

1 spezzone di corda dinamica da 3m, diametro 8mm

1 spezzone di corda dinamica da 1,5m, diametro 8mm

1 spezzone di cordino da 1,5m, diametro 7mm

1 spezzone di cordino da 4m, diametro 7mm

Scarponi da alta montagna

Ramponi (opzionali)

Piccozza (opzionale)

Scarpette da arrampicata

Abbigliamento adeguato

Sacco lenzuolo

Dovendo acquistare il materiale, si consiglia di attendere lo svolgimento della prima lezione "Equipaggiamento e materiali". In quella sede sarà possibile individuare cosa sia necessario e chiedere consiglio agli Istruttori