

19° Corso di Arrampicata Libera

ISCRIZIONI AL CORSO

Il corso è aperto a tutti i soci C.A.I. che abbiano compiuto il sedicesimo anno di età. Per i minorenni occorre l'autorizzazione firmata di entrambi i genitori o di chi ne fa le veci.

Il corso verrà presentato mercoledì 11 Giugno 2025 alle ore 21 in sede CAI, giorno di apertura delle iscrizioni.

I moduli per la richiesta di iscrizione al 19° Corso di Arrampicata Libera sono scaricabili on-line sulla home-page del nostro sito: [Modulo di preiscrizione al 19° Corso di Arrampicata Libera](#).

Il modulo compilato andrà spedito via e-mail a scuoladialpinismo@caicaratebrianza.it entro il 27 giugno 2025.

La conferma di accettazione al 19° corso di Arrampicata Libera, sarà comunicata ai diretti interessati il giorno 4 luglio 2025.

Il completamento dell'iscrizione al corso, per chi confermato, dovrà essere completato entro il 18 luglio 2025, con la seguente documentazione da consegnare in sede:

- n.1 fotografia formato tessera
- Tessera CAI con bollino valido per l'anno 2025
- Certificato medico di buona salute per svolgere pratica sportiva non agonistica valido per il 2025

Quota di iscrizione: € 230.

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



Scuola di Alpinismo Mario dell'Oro
Sezione di Carate Brianza
via Cusani, 2 Carate Brianza c/o Torre Civica

Scuola di Alpinismo Mario dell'Oro Sezione di Carate Brianza



Il corso di arrampicata libera organizzato dalla Sezione del C.A.I. di Carate Brianza è indirizzato a chiunque sia amante della natura e della montagna.

Prevede lezioni teoriche in sede e lezioni pratiche in palestra e in falesia.

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.

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

PROGRAMMA 19° CORSO DI ARRAMPICATA LIBERA

Mer 11/06	Presentazione e apertura iscrizioni
Lun 01/09	Programma del corso, Equipaggiamento e materiali
Lun 08/09	Nodi 1 e Tecniche di Arrampicata 1
Mar 09/09	Nodi 1 e Tecniche di Arrampicata 1
Dom 14/09	Arrampicata da secondo di cordata
Lun 15/09	Nodi 2 e Materiale per arrampicata
Mar 16/09	Nodi 2 Tecniche di arrampicata 2
Ven 19/09	Prove di trattenuta
Dom 21/09	Arrampicata e manovre di corda
Lun 22/09	BLS, Emergenza di primo soccorso, il C.A.I. e la sua struttura.
Sab 27/09	Arrampicata Boulder
Lun 29/09	Nodi 3 e Metodi di allenamento
Mar 30/09	Arrampicata da primo di cordata, Manovra di allungamento
Dom 05/10	Arrampicata da primo di cordata, Manovra di allungamento
Lun 06/10	Storia dell'Arrampicata Libera
Mar 07/10	Arrampicata da primo di cordata, Tecniche di arrampicata 3
Sab-Dom 11-12/10	Arrampicata in falesia
Sab 15/11	Cena di fine corso

- Le date in **nero** presso la sede CAI
- Le date in **blu** presso la **palestra indoor**
- Le date in **verde** in **ambiente**

Le lezioni teoriche sono aperte a tutti gli iscritti CAI ed hanno inizio alle ore 21:00.



MATERIALE INDIVIDUALE

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

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

ORGANICO DELLA SCUOLA 2024/2025

DIRETTORE INA Curti Angelo 339-3321656
VICEDIRETTORE INA Antonio Colombo 345-1555246

DIREZIONE 19° CORSO DI ARRAMPICATA LIBERA

DIRETTORE IAL Tonicello Pietro 333-7755190
VICEDIRETTORE IAL Scotti Matteo 388-4462175

ISTRUTTORI DELLA SCUOLA:

I.A.L. Barbaglia Andrea	I.A.L. Grassi Danilo
I.S. Barbon Alice	I.S. Legnani Giovanni
I.S. Battaiotto Marco	I.A.L. Maggioni Matteo
I.S. Bertolini Jessica	I.N.A. Marzorati Marino
I.A. Bonfanti Annalisa	I.S. Mazzolini Gabriele
I.A. Borgonovo Flaminio	ASP.I. Meregalli Enrico
I.S. Caldarini Angelo	I.A. Monteleone Andrea
I.S. Castagna Roberto	I.S. Moscatelli Michele
I.S. Cattaneo Gianluca	I.N.A. Nicolodi Marco
ASPI.I. Celotto Dario	I.S. Patruno Monica
I.S. Cerini Luca	I.S. Pozzi Alessio
I.S. Cesana Maurizio	I.A. Redaelli Massimo
I.S. Chifu Smaranda	I.A. Riva Stefano
I.S. Citterio Massimo	I.S. Rostirolla Martina
I.S. Colciago Laura	I.S. Scotti Carlo
I.N.A. Colombo Antonio	I.S. Scotti Luca
I.S. Colombo Diego	I.A.L. Scotti Matteo
I.S. Colombo Massimo	I.A.L. Spinelli Maurizio
ASP.I. Colombo Matteo	G.A. Spinelli Vanni
I.S. Consonni Marco	I.A. Tanzi Ezio
I.S. Cristallo Davide	I.S. Tirelli Christian
I.N.A. Curti Angelo	I.A.L. Tonicello Pietro
ASP.I. Enerli Damiano	I.S. Toppi Maura
I.A.L. Fani Alessio	I.S. Vergani Cinzia
I.S. Folci Michele	I.S. Vimercati Giuliano
ASPI.I. Gatti Federica	I.S. Zimbaldi Chiara