

20° Corso di Arrampicata Libera

Scuola di Alpinismo Mario dell'Oro Sezione di Carate Brianza



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 10 Giugno 2026 alle ore 21 in sede CAI, giorno di apertura delle iscrizioni.

I moduli per la richiesta di iscrizione al 20° Corso di Arrampicata Libera sono scaricabili on-line sulla home-page del nostro sito: [Modulo di preiscrizione al 20° Corso di Arrampicata Libera](#).

Il modulo compilato andrà spedito via e-mail a scuoladialpinismo@caicaratebrianza.it entro il 26 giugno 2026.

La conferma di accettazione al 20° corso di Arrampicata Libera, sarà comunicata ai diretti interessati il giorno 3 luglio 2026.

Il completamento dell'iscrizione al corso, per chi confermato, dovrà essere completato entro il 24 luglio 2026, con la seguente documentazione da consegnare in sede:

- n.1 fotografia formato tessera
- Tessera CAI con bollino valido per l'anno 2026
- Certificato medico di buona salute per svolgere pratica sportiva non agonistica valido per il 2026

Quota di iscrizione: € 250.

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



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, sia in falesia sia lungo vie a più tiri..

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 20° CORSO DI ARRAMPICATA LIBERA

Mer 10/06	Presentazione e apertura iscrizioni
Lun 02/09	Programma del corso, Equipaggiamento e materiali
Lun 07/09	Nodi e assicurazioni (1/2)
Mer 09/09	Nodi e assicurazioni (2/2)
Dom 13/09	Manovre di corda
Lun 14/09	Tecnica di arrampicata
Mer 16/09	Tecniche di Arrampicata 1, Nodi
Dom 20/09	Arrampicata da secondo di cordata
Lun 21/09	Procedimento in cordata
Mer 23/09	Tecniche di arrampicata 2, Manovre
Dom 27/09	Arrampicata e manovre di corda
Lun 28/09	BLS, primo soccorso. C.A.I. e sua struttura
Ven 09/10	Prove di trattenuta
Lun 12/10	Allenamento e allungamento
Mer 14/10	Tecnica 3, Manovra allungamento
Dom 18/10	Arrampicata in falesia o Via Sportiva
Lun 19/10	Storia dell'Arrampicata Libera
Mer 21/10	Arrampicata da primo di cordata
Sab-Dom 24-25/10	Arrampicata in falesia e/o Via Sportiva
Sab 07/11	Cena di Fine Corsi

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;
2 moschettoni HMS a ghiera;
2 moschettoni a ghiera piccoli;
1 piastrina completa di 2 moschettoni a ghiera (di cui
uno a rami paralleli);
1 spezzone di corda dinamica da 190 cm
1 spezzone di corda dinamica da 280 cm
Cordino in kevlar da 150 cm
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 2025/2026

DIRETTORE	INA Curti Angelo	339-3321656
VICEDIRETTORE	IA Riva Stefano	339-5285737

DIREZIONE 20° CORSO DI ARRAMPICATA LIBERA

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

ISTRUTTORI DELLA SCUOLA:

I.A.L. Barbaglia Andrea	I.S. Legnani Giovanni
I.S. Barbon Alice	I.A.L. Maggioni Matteo
I.S. Battaiotto Marco	I.S. Malandri Antonio
I.S. Bertolini Jessica	I.N.A. Marzorati Marino
I.A. Bonfanti Annalisa	I.S. Mazzolini Gabriele
I.A. Borgonovo Flaminio	I.S. Meregalli Enrico
I.S. Caldarini Angelo	I.A. Monteleone Andrea
I.S. Castagna Roberto	I.S. Moscatelli Michele
I.S. Cattaneo Cesare	I.N.A. Nicolodi Marco
I.S. Cattaneo Gianluca	ASP.I. Passoni Davide
I.S. Celotto Dario	I.S. Patruno Monica
I.S. Cerini Luca	ASP.I. Pomello Simone
I.S. Cesana Maurizio	I.S. Pozzi Alessio
I.S. Chifu Smaranda	ASP.I. Pozzoli Mirco
I.S. Citterio Massimo	I.A. Redaelli Massimo
ASP.I. Citterio Stefano	ASP.I. Riva Lorenzo
I.S. Colciago Laura	I.A. Riva Stefano
ASP.I. Colciago Mattia	I.S. Rostirolla Martina
I.N.A. Colombo Antonio	I.S. Scotti Carlo
I.S. Colombo Diego	I.S. Scotti Luca
I.S. Colombo Massimo	I.A.L. Scotti Matteo
I.S. Colombo Matteo	I.A. Tanzi Ezio
I.S. Consonni Marco	I.S. Tirelli Christian
I.S. Cristallo Davide	I.A.L. Tonicello Pietro
I.N.A. Curti Angelo	I.S. Toppi Maura
I.S. Deserti Daniele	I.S. Vergani Cinzia
I.S. Enerli Damiano	I.S. Vimercati Giuliano
I.A.L. Fani Alessio	ASP.I. Zanello Raffaella
I.A.L. Grassi Danilo	