



SCUOLA DI ALPINISMO SCIALPINISMO "VALTROMPIA"

PROGRAMMA 2018

- 40° Corso di **SCIALPINISMO BASE**
- 34° Corso di **SCIALPINISMO AVANZATO**
- 33° Corso di **ALPINISMO**
- 2° Corso di **ARRAMPICATA LIBERA**



CLUB ALPINO ITALIANO
Sezione Gardone Valtrompia
Sezione Lumezzane



Flli Bertuzzi srl
Bobine in ferro Steel reel

Tel. 030 8912612 - Fax. 030 8911855
Email. info@fratellibertuzzi.it - www.fratellibertuzzi.it
GARDONE V.T. (BS) - ITALY

PARAFARMACIA

Sarezzo - Brescia



DOTT.SSA BALDUSSI



Via Zanardelli, 20 - 030 - 8908125 fax 030 - 8905112
INTEGRAZIONE PROFESSIONALE PER LO SPORT

La stagione 2017 si è conclusa con una novità: un corso di arrampicata libera che si è aggiunto all'elenco dei corsi tradizionalmente svolti dalla scuola (scialpinismo base, alpinismo e alta montagna).

Anche quest'anno le richieste di iscrizione hanno confermato la buona riuscita dei nostri corsi, e siamo riusciti a esaurire tutti i posti disponibili, con nostro dispiacere abbiamo dovuto chiudere le iscrizioni nonostante ci fosse ancora richiesta.



 **METAL[®]
WORK**
P N E U M A T I C

PROGRAMMA 2018

- 1. Corso base SA1:** rivolto a chi intende avvicinarsi alla pratica dello sci alpinismo e alla montagna invernale.
- 2. Corso avanzato SA2:** il corso SA2 è il corso successivo a quello base per persone che vogliono avere una formazione scialpinistica più completa ed incrementare il grado di autonomia su tutti i terreni di montagna invernale e primaverile, con progressione su ghiaccio e terreno misto.
- 3. Corso Alpinismo A1:** rivolto a chi intende avvicinarsi alla montagna in modo autonomo apprendendo i primi fondamentali dell'alpinismo base
- 4. Corso Arrampicata libera AL1:** è un corso rivolto a tutti coloro che vogliono apprendere le nozioni base per l'arrampicata in palestra indoor e monotiri in ambiente.



 **BATAN**
TIPOLITOGRAFIA

Via Alessandro Volta, 92
25063 Gardone V.T. (BS)
Telefono 030.8912087
Fax 030.8911163
info@batan.it
www.batan.it

CORSO SA1

Il corso è rivolto a tutti coloro che vogliono avvicinarsi alla pratica dello sci alpinismo: il suo scopo principale è fornire, attraverso lezioni sia teoriche che pratiche, nozioni fondamentali per poter iniziare a frequentare con ragionevole sicurezza la montagna in ambito invernale.

PROGRAMMA LEZIONI TEORICHE

Le lezioni teoriche si terranno alla Sede CAI di Gardone V.T. in via XX Settembre 25.

MARTEDÌ 09 GENNAIO ore 20.30

Argomenti: Apertura corso, presentazione materiali

GIOVEDÌ 18 GENNAIO ore 20.30

Argomenti: Topografia, orientamento, introduzione GPS

GIOVEDÌ 25 GENNAIO ore 20.30

Argomenti: Gestione del soccorso in montagna

GIOVEDÌ 01 FEBBRAIO ore 20.30

Argomenti: ARTVA, sondaggio e tecniche di scavo

GIOVEDÌ 08 FEBBRAIO ore 20.30

Argomenti: Bollettino neve e valanghe

GIOVEDÌ 15 FEBBRAIO ore 20.30

Argomenti: Preparazione della gita

GIOVEDÌ 22 FEBBRAIO ore 20.30

Argomenti: Autosoccorso in valanga

PROGRAMMA USCITE IN AMBIENTE

DOMENICA 14 GENNAIO

uscita pratica in ambiente, mattiniero in pista

Programma: al mattino: Tecnica di discesa, al pomeriggio: utilizzo materiali e passi

DOMENICA 21 GENNAIO uscita pratica in ambiente

Programma: salita in ambiente: passi, traccia e utilizzo cartina e GPS

DOMENICA 04 FEBBRAIO uscita pratica in ambiente

Programma: salita in ambiente: Ricerca ARTVA, tecniche di sondaggio e scavo

SABATO 10 E DOMENICA 11 FEBBRAIO

uscita pratica in ambiente con pernottamento

Programma: primo giorno: salita in ambiente: campi per esercitazioni pratiche. secondo giorno: salita in ambiente ed esercitazioni pratiche

SABATO 24 E DOMENICA 25 FEBBRAIO

uscita pratica in ambiente con pernottamento

Programma: primo giorno: salita in ambiente: campi per esercitazioni pratiche. secondo giorno: salita in ambiente e conclusione corso.

Le modalità di iscrizione sono reperibili sul sito www.scuolacaivaltrompia.com. In alternativa, contattare i direttori del corso per concordare diverse modalità di iscrizione.

Per informazioni: valtrompia.scuola@gmail.com

Direttore Corso:

Porteri Luisa - tel 345 4645947 - luisa.porteri@gmail.com

Vice direttore:

Sabatti Claudio - tel 327 5323225 - claudio.sabatti@gmail.com

Il punto di ritrovo per le uscite in Ambiente è fissato per le ore 6,30 presso la sede CAI di Gardone V.T.

I cambiamenti di programma e di orario, che si possono verificare a seguito delle condizioni ambientali, saranno tempestivamente comunicati agli allievi.

POSTI DISPONIBILI 20



CORSO SA2

Il corso SA2 è un corso di livello avanzato rivolto a persone già in possesso di un minimo di esperienza scialpinistica. I partecipanti hanno già frequentato un corso SA1 oppure posseggono una esperienza equivalente e desiderano approfondire la conoscenza dell'alta montagna attraverso l'attività scialpinistica. Il corso prevede l'insegnamento, attraverso lezioni sia teoriche che pratiche ed uscite sul terreno, delle nozioni fondamentali per poter svolgere con ragionevole sicurezza l'attività di scialpinismo in ambiente di alta montagna e su ghiacciaio. Si effettua la progressione su terreni misti, creste, ghiacciai e vengono svolte semplici manovre di autosoccorso su terreno alpinistico. Particolare attenzione viene dedicata alle tematiche relative alla montagna invernale e alla prevenzione del pericolo valanghe: cartografia e orientamento, neve e valanghe, lettura dei bollettini meteo e dei bollettini valanghe, preparazione e condotta di gita e autosoccorso con ARTVA. Oltre a scialpinisti possono partecipare al corso allievi che utilizzano per la salita le racchette da neve e per la discesa la tavola da snowboard; in tali casi saranno organizzate all'interno del corso squadre omogenee per tipo di attrezzo.

PROGRAMMA LEZIONI TEORICHE

GIOVEDÌ 01 MARZO ore 20.30

Argomenti: Presentazione corso, Materiali ed equipaggiamento

GIOVEDÌ 08 MARZO ore 20.30

Argomenti: Gestione autosoccorso in valanga

GIOVEDÌ 15 MARZO ore 20.30

Argomenti: Artva digitali, utilizzo avanzato

GIOVEDÌ 22 MARZO ore 20.30

Argomenti: Pianificazione, preparazione e conduzione della gita

GIOVEDÌ 29 MARZO ore 20.30

Argomenti: Legature e Nodi lezione pratica in palestra

GIOVEDÌ 05 APRILE ore 20.30

Argomenti: Cartografia ed utilizzo Gps

GIOVEDÌ 12 APRILE ore 20.30

Argomenti: Glaciologia

GIOVEDÌ 19 APRILE ore 20:30

Argomenti: Meteorologia

Le lezioni teoriche si terranno alla sede CAI di Lumezzane, via Cavour 4 .

PROGRAMMA USCITE IN AMBIENTE

DOMENICA 04 MARZO - uscita pratica in ambiente,

Programma salita in ambiente: Utilizzo materiali, tecnica di salita

DOMENICA 11 MARZO - uscita pratica in ambiente.

Programma salita in ambiente: Autosoccorso in valanga

DOMENICA 25 MARZO - uscita pratica in ambiente.

Programma salita in ambiente: Gestione delle gita

SABATO 07 E DOMENICA 08 APRILE

Val Formazza, Punta D'Arbola - con pernottamento.

Programma primo giorno salita in ambiente: campi per esercitazioni pratiche. Secondo giorno: Salita a Punta D'Arbola

DOMENICA 15 APRILE - uscita pratica in ambiente,

Programma salita in ambiente: Ricerca ARTVA, tecniche di sondaggio e scavo

SABATO 21 E DOMENICA 22 APRILE

Pigne d'Arolla (CH) con pernottamento.

Programma primo giorno: salita in ambiente: Secondo giorno: Salita e traversata alla Pigne d'Arolla.

Le modalità di iscrizione sono reperibili sul sito www.scuolacavaltrompia.com, In alternativa, contattare i direttori del corso per concordare diverse modalità di iscrizione.

Per informazioni: valtrompia.scuola@gmail.com

Direttore corso:

Vivenzi Amilcare - amilcare.vivenzi@gmail.com - Tel 338 4339913

Vice Direttore: Nolli Giovanni - Tel 335 7604198

POSTI DISPONIBILI 15

Gli itinerari, delle uscite pratiche in ambiente, verranno selezionati in funzione dell'innervamento e presenteranno caratteristiche idonee ad un corso avanzato, sia per la salita, che assumerà progressivamente un carattere più alpinistico, che per la discesa, con l'obiettivo di migliorare la padronanza tecnica, su terreno ripido.



CORSO ALPINISMO BASE A1

Il corso A1 è un corso di livello base rivolto a principianti, ossia a tutti coloro che per la prima volta affrontano la montagna per praticare attività alpinistica.

I partecipanti quindi non necessitano di esperienza alpinistica di montagna, né estiva, né invernale e possono provenire dall'escursionismo.

Il corso prevede l'insegnamento, attraverso lezioni sia teoriche che pratiche ed uscite sul terreno, delle nozioni e tecniche fondamentali per poter svolgere con ragionevole sicurezza le seguenti attività:

Progressione in arrampicata su creste e primi passi su vie di roccia, progressione in sicurezza lungo vie ferrate, frequentazione di pendii ripidi innevati, attraversamento di ghiacciai oppure di tratti su neve compatta, salite in alta montagna lungo vie normali, realizzazione di semplici manovre di autosoccorso.

Obiettivi Generali

Prendere conoscenza degli aspetti di natura alpinistica che caratterizzano l'ambiente di montagna con particolare riferimento alla prevenzione degli incidenti e alla sicurezza.

Essere autonomo in cordata, all'interno di gruppi organizzati che svolgono escursioni in montagna vie ferrate, su pendii di neve con tratti ghiacciati, lungo vie di roccia di bassa difficoltà, in quota lungo vie normali.

PROGRAMMA LEZIONI TEORICHE

GIOVEDÌ 03 MAGGIO ore 20.30 – SEDE CAI LUMEZZANE
Argomenti: Apertura, presentazione corso e introduzione Materiali

GIOVEDÌ 10 MAGGIO ore 20.30 - SEDE CAI LUMEZZANE
Argomenti: Introduzione nodi base - Esercitazione pratica

GIOVEDÌ 17 MAGGIO ore 20.30 - SEDE CAI LUMEZZANE
Argomenti: Catena di Assicurazione

GIOVEDÌ 24 MAGGIO ore 20.30 - SEDE CAI LUMEZZANE
Argomenti: Topografia e orientamento

GIOVEDÌ 31 MAGGIO ore 20.30 - SEDE CAI LUMEZZANE
Argomenti: Preparazione della gita

GIOVEDÌ 07 GIUGNO ore 20.30 - SEDE CAI LUMEZZANE
Argomenti: Cartografia Digitale

GIOVEDÌ 14 GIUGNO ore 20.30 - SEDE CAI LUMEZZANE
Argomenti: Gestione del soccorso in montagna

GIOVEDÌ 21 GIUGNO ore 20.30 - SEDE CAI LUMEZZANE
Argomenti: Glaciologia e Meteorologia Alpina

GIOVEDÌ 28 GIUGNO ore 20.30 - SEDE CAI LUMEZZANE
Argomenti: Storia dell'alpinismo

Le lezioni teoriche si terranno alla sede CAI di Lumezzane, via Cavour 4 .

PROGRAMMA USCITE IN AMBIENTE

DOMENICA 13 MAGGIO:
Falesia: Nodi, tecnica di arrampicata e manovre di corda

DOMENICA 27 MAGGIO:
Movimentazione Tecnica: Uscita su ambiente tecnico per imparare i primi passi su tratti esposti e gestire l'assicurazione propria e del compagno.

SABATO 2 E DOMENICA 3 GIUGNO:
Arrampicata e gestione della cordata: Arrampicata su vie di più tiri, realizzazione soste e gestione della sicurezza del primo e del secondo di cordata.

DOMENICA 10 GIUGNO:
Manovre di autosoccorso: Manovre a secco per gestione autosoccorso su ghiacciaio e parete.

SABATO 23 E DOMENICA 24 GIUGNO:
Uscita in alta montagna: Primo avvicinamento al ghiacciaio, movimentazione con ramponi, piccozza e sistemi di legatura.

SABATO 30 E DOMENICA 1 LUGLIO:
Salita ad un 4000 delle alpi: Salita ad un 4000 delle nostre magnifiche alpi, e ultime manovre di rifinitura su ghiacciaio.

Le modalità di iscrizione sono reperibili sul sito www.scuolacaivaltrompia.com, In alternativa, contattare i direttori del corso per concordare diverse modalità di iscrizione.
Per informazioni: valtrompia.scuola@gmail.com

POSTI DISPONIBILI 15

Direttore:
Riccardo Bugatti - riccardo.bugatti@gmail.com - 340 111 9496
Vice Direttore: Giancarlo Freddi - freddi_carlo@alice.it - 338 268 3054

CORSO ARRAMPICATA LIBERA AL1

PROGRAMMA LEZIONI TEORICHE

Il corso di arrampicata libera è un corso base rivolto a tutti: a coloro che non hanno mai provato ad arrampicare e a quanti hanno già scalato ma hanno voglia di approfondire le tecniche fondamentali di questa relativamente nuova disciplina. L'arrampicata libera o "free climbing" nasce infatti come figlia dell'alpinismo per approfondire le basi tecniche e di allenamento nella progressione su roccia.

Il corso prevede l'insegnamento attraverso lezioni sia teoriche che pratiche delle nozioni fondamentali per svolgere in ragionevole sicurezza l'arrampicata indoor (palestra artificiale) e l'arrampicata in falesia (palestra naturale).

L'obiettivo principale è quello di trasferire agli allievi le nozioni e le pratiche necessarie a metterli in grado, una volta concluso il corso, di affrontare da "primi" itinerari di arrampicata in falesia.

Le esercitazioni pratiche in palestra indoor permetteranno di familiarizzare con gli strumenti e le tecniche di assicurazione e di provare e riprovare i gesti ed i movimenti tecnici che verranno poi trasportati sulla roccia. Le uscite in ambiente permetteranno all'allievo di arrampicare su rocce di natura differente, dal calcare al granito e con difficoltà idonee alle caratteristiche di ciascuno.

Equipaggiamento individuale: zaino, scarpette d'arrampicata, imbracatura, casco, 2 moschettoni a base larga, fettuccia (60 cm). La sezione mette a disposizione degli allievi che ne fossero sprovvisti il materiale presente in sede (l'affitto del materiale è incluso nell'iscrizione).

GIOVEDÌ 27 SETTEMBRE Chiusura iscrizioni, Lezione teorica Presentazione del Corso – Equipaggiamento - Materiali. (sede cai)

GIOVEDÌ 11 OTTOBRE Lezione teorica indoor. Progressione Fondamentale – Manovra anello chiuso (palestra)

GIOVEDÌ 25 OTTOBRE Lezione teorica indoor. Progressione fondamentale evoluta. (palestra)

GIOVEDÌ 8 NOVEMBRE Lezione teorica Allenamento e infortuni. (sede cai)

GIOVEDÌ 22 NOVEMBRE Lezione teorica Storia dell'arrampicata – scale di difficoltà (sede cai)

SABATO 24 NOVEMBRE Lezione teorica Tecniche di movimento

PROGRAMMA USCITE IN AMBIENTE

GIOVEDÌ 4 OTTOBRE Lezione pratica indoor. Esercizi propedeutici – Nodi base -Tecnica di assicurazione. (palestra)

DOMENICA 14 OTTOBRE Lezione pratica in ambiente. Tecnica movimento (falesia o palestra)

DOMENICA 28 OTTOBRE Lezione pratica in ambiente o indoor. Tecnica movimento (falesia o palestra)

DOMENICA 11 NOVEMBRE Lezione pratica in ambiente. Tecnica movimento - Prove di volo (falesia o palestra)

DOMENICA 25 NOVEMBRE lezione in ambiente. Progressione da primo di cordata – Consultazione guide. (falesia)

POSTI DISPONIBILI: 12

Direttore:

Avallone Alessio (329 4921185 – alessio.avallone88@gmail.com)

Vice Direttore:

Palini Federico (339 8149360 – federico.palini@gmail.com)

Le modalità di iscrizione sono reperibili sul sito www.scuolacaivaltrompia.com. In alternativa, contattare i direttori del corso per concordare diverse modalità di iscrizione.

Per informazioni: valtrompia.scuola@gmail.com

Le lezioni teoriche del giovedì sera si terranno in sede CAI (ore 20.30) o palestra (ore 18.30)



TAVANA s.r.l.

Via 2 Giugno, 4 - 25060 Marcheno V.T. (Brescia) Italy

Tel. (+39) 0308 960 420 - Fax (+39) 0308 960 421

E-Mail: info@tavanacalci.com - www.tavanacalci.com

Organico della Scuola

ISTRUTTORE TITOLO

AVALLONE	ALESSIO	IAL
BEFFA	GABRIELE	AIS
BELTRAMI	CARLO	AIS
BERTONI	MICHELE	IS
BUGATTI	RICCARDO	ISA
CANCARINI	FRANCESCO	IS
CANCARINI	PAOLA	IS
CLARETTI	ROBERTO	ISA
DEL BONO	DAVIDE	IS
FERRAGLIO	ANGELO	INA
FRANZINI	FRANCESCO	INSA
FREDDI	GIANCARLO	IS
GALESI	FRANCESCO	ISA
GATTA	DOMENICO	IS
GHIDINI	NORMA	IS
GRAZIOLI	GIULIA	IS
GUERINI	GIANCARLO	IS
MARTINAZZOLI	SEVERINO	INSA
MARTINELLI	SERGIO	IS
NASSINI	CLAUDIO	INSA - IA
NOLLI	GIOVANNI	IS
PALINI	FEDERICO	IAL
PINTOSSI	ANDREA	AIS
PORTERI	LUISA	ISA
RAVAGNANI	ENRICO	IS
SABATTI	CLAUDIO	IS
SABATTI	MATTEO	IS
SALERI	PAOLO	IS
SOAVE	OSVALDO	INSA
TORCOLI	SIMONE	IS
VALSERIATI	DANIELE	IS
VIVENZI	AMILCARE	ISA
ZAMBONARDI	ETTORE	ISA
ZUBANI	DIEGO	IA

LEGENDA

INSA	ISTRUTTORE NAZIONALE SCIALPINISMO
INA	ISTRUTTORE NAZIONALE ALPINISMO
IA	ISTRUTTORE REGIONALE ALPINISMO
IAL	ISTRUTTORE REGIONALE ARRAMPICATA LIBERA
ISA	ISTRUTTORE REGIONALE SCIALPINISMO
IS	ISTRUTTORE SEZIONALE
AIS	ASPIRANTE ISTRUTTORE SEZIONALE

PROGRAMMA GITE

DOMENICA 07 GENNAIO

Località da definire in base all' innevamento

DOMENICA 28 GENNAIO

Val Breguzzo

SABATO 10 MARZO

Monte Vioz da Pejo

SABATO 24 MARZO

Località da definire in base all' innevamento

SABATO 14 DOMENICA 15 APRILE

Salita a un 4.000 delle alpi

Referenti Belleri Riccardo e Nassini Claudio

AVVERTENZE GENERALI

- Possono partecipare alle attività proposte solo gli iscritti C.A.I. con età superiore ai 16 anni, Per i minorenni è obbligatoria l'autorizzazione scritta dei genitori.
- L'organico della scuola declina ogni responsabilità, di qualsiasi genere, per eventuali incidenti che dovessero accadere prima, durante e dopo lo svolgimento delle attività previste dal programma. Le lezioni in ambiente iniziano e terminano nel luogo prefissato (dove si parcheggiano le vetture ad inizio uscita)
- La scuola si riserva di accettare le iscrizioni ai corsi dopo avere effettuato le selezioni previste dai programmi dei corsi durante la prima uscita. La non accettazione dell'iscrizione dà diritto al rimborso della quota di iscrizione decurtata delle spese già sostenute per copertura assicurativa obbligatoria e oneri organizzativi.
- Le attività previste nel programma prevedono le seguenti quote di iscrizione

€ 150 iscrizione al corso SA1

€ 150 iscrizione al corso SA2

€ 150 iscrizione al corso A1

€ 150 iscrizione al corso AL1 - 120€ per studenti

- Le quote di iscrizione alle attività sono comprensive di materiali di uso comune e didattici.
- Le modalità di iscrizione sono reperibili sul sito www.scuolacaivaltrompia.com. In alternativa, contattare i direttori del corso per concordare diverse modalità di iscrizione. Per informazioni: valtrompia.scuola@gmail.com
- Obbligatoriamente la domanda di iscrizione deve essere accompagnata dalla presentazione della tessera C.A.I. rinnovata per l'anno in corso e di un certificato medico attestante l'idoneità alla pratica sportiva non agonistica dell'alt-lievo, la tessera cai fornisce anche copertura assicurativa durante le giornate dei corsi



CLUB ALPINO ITALIANO
Sezione Gardone Valtrompia
Sezione Lumezzane

Rinnova la tua adesione

SOCI ORDINARI € 43,00

SOCI FAMILIARI € 22,00

SOCI JUNIORES € 22,00 da 18 a 25 anni

SOCI GIOVANI € 16,00

NUOVO TESSERAMENTO aggiunta di € 7,00

TESSERAMENTO

DAL 20 DICEMBRE 2017 AL 31 MARZO 2018