



CLUB ALPINO ITALIANO

SCUOLA INTERSEZIONALE DI ALPINISMO E SCIALPINISMO "ALPHARD"

ART. 1- Costituzione e finalità

1. Il Club Alpino Italiano (C.A.I.) fondato in Torino Nell'anno 1863 per iniziativa di Quintino Sella, libera associazione nazionale, **ha per scopo l'alpinismo in ogni sua manifestazione**, la conoscenza e lo studio delle montagne, specialmente di quelle Italiane,ne la difesa del loro ambiente naturale.

25° CORSO DI ALPINISMO A1 2023 PROGRAMMA

Il Corso si propone i seguenti obiettivi:

- 1) **ACQUISIRE LE ABILITA' DI BASE RIGUARDANTI IL MOVIMENTO SU ROCCIA IN AMBIENTE DI FALESIA E LE NECESSARIE COGNIZIONI CULTURALI COMUNI ALLE VARIE DIVERSIFICAZIONI ARRAMPICATORIE.**
- 2) **ACQUISIRE LE NOZIONI FONDAMENTALI DI SICUREZZA RIGUARDANTI L'ARRAMPICATA MEDIA IN MONTAGNA SU ROCCIA, NEVE E GHIACCIO E LA PROGRESSIONE LUNGO VIE CLASSICHE.**

Esso dipende ed è organizzato con l'approvazione della Commissione Nazionale Scuole di Alpinismo e Scialpinismo.

GLI ISTRUTTORI DELLA SCUOLA "ALPHARD" SONO TUTTI ALPINISTI TITOLATI O QUALIFICATI DAL CAI E OPERANO IN FORMA ASSOLUTAMENTE VOLONTARISTICA;
IN OTTEMPERANZA ALLA LEGGE 6/89, NON PERCEPISCONO ALCUNA RETRIBUZIONE PER LE ATTIVITÀ SVOLTE DURANTE IL CORSO.

IL CORSO VERRÀ PRESENTATO venerdì 03 FEBBRAIO 2023, ORE 21, PRESSO LA SEDE CAI DI ACQUI TERME.

Il corso è diviso in due Moduli:

Il primo Modulo (Allegato A) comprende:

- Lezioni di carattere generale su contenuti riguardanti l'arrampicata; Lezioni di cultura generale
- Lezioni teorico-pratiche da svolgersi in ambiente indoor per lo sviluppo delle tecniche di movimento
- Lezioni pratiche su roccia dedicate sia agli aspetti di sicurezza che di movimento

Il secondo Modulo (Allegato B) comprende:

- Lezioni teoriche di tecnica dell'alpinismo e di cultura alpinistica;
- Lezioni pratiche di alpinismo su roccia, neve e ghiaccio

Le lezioni teoriche e teorico-pratiche (14 nei due Moduli) saranno tenute dagli Istruttori della Scuola o da esperti esterni per tutto il periodo del Corso secondo un calendario dettagliato e definitivo che sarà reso noto il giorno di apertura del corso.

Le lezioni pratiche (4 nel primo Modulo e 5 nel secondo) si svolgeranno in apposite falesie ed in località di montagna.



CLUB ALPINO ITALIANO

SCUOLA INTERSEZIONALE DI ALPINISMO E SCIALPINISMO “ALPHARD”

Le lezioni saranno così divise:

Primo Modulo (Allegato A):

- a) Tecniche del movimento in ambiente indoor
- b) Tecniche di assicurazione su monotiri attrezzati e discesa a corda doppia (una giornata)
- c) Tecniche individuali di movimento e progressione su roccia (due giornate)

Secondo Modulo (Allegato B):

- d) Manovre di corda, tecniche di progressione, prove di caduta simulata e di autosoccorso su roccia e ghiaccio (una uscita di un giorno)
- e) Tecniche approfondite di assicurazione e di progressione su roccia e neve + salite alpinistiche sulle Alpi in media o alta quota (quattro uscite)

IL PRIMO MODULO È RIVOLTO ANCHE AD ALLIEVI/E CHE NON ABBIANO AVUTO ALCUNA PRECEDENTE ESPERIENZA DI ARRAMPICATA SU ROCCIA, TUTTAVIA È RICHIESTA UNA DISCRETA PREPARAZIONE ATLETICO-FISICA DI BASE.

I due Moduli sono indipendenti e, dopo aver frequentato il primo, si potrà decidere di non proseguire.

Anche per le lezioni pratiche il calendario definitivo sarà reso noto il giorno di apertura del Corso

CONDIZIONI DI AMMISSIONE AL CORSO

- 1) La richiesta di iscrizione al Corso è aperta ai Soci del CAI di ogni Sezione, anche se nuovi iscritti, che abbiano compiuto i 16 anni di età.
- 2) Gli Allievi di età inferiore ai 18 anni dovranno presentare autorizzazione di entrambi i genitori o di chi ne fa le veci.
- 3) L'ammissione al Corso è subordinata all'idoneità fisica per lo svolgimento di attività alpinistica, esplicitamente dichiarata da un certificato medico.
- 4) **IL CORSO È A NUMERO CHIUSO. Saranno ammessi al primo modulo del corso non più di 16 allievi. Saranno poi ammessi al secondo modulo del corso, gli allievi che supereranno la verifica e comunque in numero non superiore ai 12.**
- 5) La Scuola di Alpinismo e Scialpinismo ALPHARD declina ogni responsabilità per eventuali incidenti che potessero accadere durante lo svolgimento della sua attività.

Per motivi organizzativi le iscrizioni si chiuderanno entro e non oltre il 3 Febbraio 2023 per la prima parte e il 21 aprile 2023 per la seconda parte.

Le lezioni teoriche si terranno indicativamente presso le Sedi del CAI secondo il calendario indicato nell'Allegato A (le sedi delle lezioni teoriche verranno comunicate di volta in volta).



CLUB ALPINO ITALIANO

SCUOLA INTERSEZIONALE DI ALPINISMO E SCIALPINISMO "ALPHARD"

QUOTA DI ISCRIZIONE

Euro **150,00** per la prima parte (Modulo di arrampicata); Euro **180,00** per la seconda parte (Modulo alpinistico).

La quota dovrà essere versata secondo la seguente modalità:

Integralmente all'apertura di ogni modulo.

La quota comprende:

Spese generali (stampa, organizzazione, ecc.);
uso del materiale della scuola (corde, rinvii, martelli, chiodi da roccia e da ghiaccio) esclusa "l'attrezzatura individuale";
volume tecnico ed. CAI;
eventuali dispense fotocopiate.

Essa NON comprende:

Le spese di viaggio;
Le spese di vitto e alloggio nelle uscite di più di un giorno,
i materiali obbligatori e l'attrezzatura individuale (vedi tabella a pagina 5)

MODALITA DI ISCRIZIONE

L'aspirante allievo che vuole iscriversi al corso deve:

- 1) Procurarsi il modulo di iscrizione, disponibile presso la propria sede del C.A.I. contattando il referente sezionale o nella pagina, scuola alphard di facebook.
- 2) Compilare il suddetto modulo in ogni sua parte.
- 3) Rinnovare l'iscrizione al CAI richiedendo "l'integrazione per l'aumento dei massimali assicurativi" (obbligatorio per frequentare il corso!).
- 4) Richiedere al proprio medico il certificato di sana e robusta costituzione.
- 5) Consegnare il tutto all'atto dell'iscrizione.
- 6) Nella propria sezione del Cai reperire il contatto cellulare del referente della scuola che sarà il vostro punto di riferimento.

L'ISCRIZIONE SI RITERRA VALIDA SOLTANTO QUANDO TUTTI I PUNTI DESCRITTI SARANNO ASSOLTI.



CLUB ALPINO ITALIANO

SCUOLA INTERSEZIONALE DI ALPINISMO E SCIALPINISMO “ALPHARD”

MATERIALI OBBLIGATORI

(consigli per gli acquisti alla prima lezione teorica)

Prima parte:

- Quattro moschettoni a ghiera con base larga
- Reverso
- Un anello di cordino cucito per nodo autobloccante (lungo 60 cm)
- Un anello di corda intera cucito (lungo 120 cm)
- Uno spezzone di ½ corda dinamica da 8 mm lungo 3,8 mt.
- Abbigliamento adeguato in base alle uscite
- Imbragatura bassa
- Casco
- Pedule da arrampicata

Seconda parte (oltre il materiale precedente):

- Un cordino di kevlar da 1,5 mt e uno da 3,5 mt
- Placchetta gigi
- Abbigliamento in base alle uscite
- Scarponi rigidi adeguati ed in buono stato
- Martello da roccia, piccozza e ramponi classici, se non in possesso chiedere la disponibilità alla propria sezione del CAI

**EVENTUALI ALTRE INFORMAZIONI DI CARATTERE GENERALE VERRANNO
DATE ALL'ATTO DELL'APERTURA DEL CORSO O DURANTE IL SUO
SVOLGIMENTO.**

Qualora a causa di eventi climatici sfavorevoli, si dovessero annullare delle uscite, se ne recupererà **una sola** per ogni modulo in data da stabilire. Per il solo primo modulo sarà anche possibile anticipare una sola uscita il sabato precedente.

**N.B. DURANTE I MODULI POTRANNO ESSERE APPORTATE VARIAZIONI AL
PROGRAMMA DESCRITTO.**

IL DIRETTORE DEL CORSO
I.A. Violo Giorgio

IL DIRETTORE DELLA SCUOLA
I.N.A. Esposito Andrea



CLUB ALPINO ITALIANO

SCUOLA INTERSEZIONALE DI ALPINISMO E SCIALPINISMO “ALPHARD”

ALLEGATO A (PRIMO MODULO) PARTE TEORICA

| DATA | ARGOMENTO | RELATORI |
|-------------|--|----------------------------|
| 03/02/23 | Presentazione del corso-Materiali ed equipaggiamento | I.A. Violo-I.S.Frezzato |
| 10/02/23 | Tecnica di movimento-legatura dell'imbragatura | I.N.A.L. Rivara-I.S.Scuola |
| 17/02/23 | Tecnica di Movimento | I.N.A.L. Rivara-I.S.Scuola |
| 24/02/23 | Pratica sui nodi | I.A.Amich I.S. Fariseo |
| 03/03/23 | Allenamento | I.S. Brunoldi I.S.Mardegan |
| 10/03/23 | La scala delle difficoltà | I.S. Rapetti I.S.Frezzato |
| 17/03/23 | Alimentazione dei climbers-Medicina e primo soccorso | D.R. Bruschi |

Le lezioni teoriche avranno una durata media di 60 minuti. Seguirà discussione.

Le sedi verranno comunicate di volta in volta.

PARTE PRATICA

| DATA | ARGOMENTI TRATTATI |
|-------------|---|
| 26/02/23 | Tecnica di assicurazione-Nodi-Progressione-Corda doppia-Movimento su roccia posizione base. |
| 05/03/23 | Movimento su roccia posizione laterale-Manovra in sosta-Corda doppia |
| 19/03/23 | Ripasso e verifica grado di apprendimento |
| 02/04/23 | Progressione su vie a più tiri |
| 16/04/23 | Eventuale recupero |

Le uscite verranno svolte in falesie di fondovalle,definite di volta in volta e comunicate durante le lezioni teoriche con l'orario di partenza.



CLUB ALPINO ITALIANO



SCUOLA INTERSEZIONALE DI ALPINISMO E SCIALPINISMO “ALPHARD”

ALLEGATO B (SECONDO MODULO) PARTE TEORICA

| DATA | ARGOMENTO | RELATORE |
|----------|---|------------------------------------|
| 21/04/23 | Presentazione 2° modulo-Tecnica di ghiaccio | I.A.Violo I.S. Mellina |
| 28/04/23 | Preparazione e condotta di una salita-valutazione dei pericoli in montagna | I.N.A. Esposto I.S. Macciò |
| 05/05/23 | Neve e Valanghe-interpretazione del bollettino-Comportamenti essenziali per l'autosoccorso con ARTVA pala e sonda | I.N.S.A. Dolfini I.S. Cavallaro |
| 12/05/23 | L'assicurazione: classica e ventrale | I.S. Ratti I.S. Avalle |
| 19/05/23 | Nivologia | I.S.A. Mandirola |
| 26/05/23 | Cartografia e orientamento | I.N.A. Ferrero |
| 01/06/23 | Finalità principali e struttura organizzativa del C.A.I. | I.S. Oddone |

Le lezioni teoriche avranno una durata media di sessanta minuti. Seguirà discussione. Le sedi verranno comunicate di volta in volta.

PARTE PRATICA

| DATA | ARGOMENTI TRATTATI | LOCALITÀ |
|----------------------|---|--------------------------------|
| 07/05/23 | Tesciche di assicurazione-Prove di caduta | Guardamonte |
| 21/05/23 | Progressione su neve-Formazione della cordata-ricerca di un travolto da valanga | Colle Dell'Agnello |
| 03/06/23 04/06/23 | Salita classica su neve | Marguareis Canale dei Genovesi |
| 18/06/23 | Tecnica individuale su roccia-Salita su roccia | Bec Raty |
| 01/07/23 02/07/23 | Salita classica su roccia in ambiente di alta montagna | Marittime Cima di Nasta |
| 09/07/23 | Eventuale recupero | |

Il Calendario delle uscite può essere variato e verrà comunicato di volta in volta.