

LA SCUOLA DI ALPINISMO, SCIALPINISMO E ARRAMPICATA LIBERA **GABRIELE GRIGNANI** SVOLGE LA PROPRIA ATTIVITÀ FORMATIVA NELL'AMBITO DELLE DIRETTIVE DELLA COMMISSIONE NAZIONALE E DI QUELLA REGIONALE LOMBARDA DELLE SCUOLE DI ALPINISMO, SCIALPINISMO E ARRAMPICATA DEL CLUB ALPINO ITALIANO.

I CORSI DELLA SCUOLA, SVOLGENDOSI IN AMBIENTI APERTI DI MONTAGNA, PER LA LORO STESSA NATURA, POSSONO PRESENTARE MARGINI DI RISCHIO NON DEL TUTTO ELIMINABILI E DI CUI GLI ALLIEVI DEVONO ESSERE CONSAPEVOLI.

CON LA DOMANDA DI AMMISSIONE, L'ALLIEVO ESONERA IL CAI, LA SCUOLA G. GRIGNANI ED IL DIRETTORE DEL CORSO, DA QUALSIASI RESPONSABILITÀ PER INCIDENTI CHE POTREBBERO VERIFICARSI DURANTE LO SVOLGIMENTO DELLO STESSO.

PER LE ISCRIZIONI E INFORMAZIONI RELATIVE AL CORSO ED ALL'ATTREZZATURA CONTATTARE I NUMERI SOTTO RIPORTATI.

REFERENTI PER LE SEZIONI:

C.A.I. SEZIONE DI PAVIA

ANGELO GARLASCHELLI 349 7328079
(DAL LUNEDÌ AL VENERDÌ 12.00 - 18.00)
ANGELO.GARLASCHELLI@GMAIL.COM

C.A.I. SEZIONE DI LODI

MAURO FERRARI 348 2454393
(DAL LUNEDÌ AL VENERDÌ 17.00 - 20.00)
MAURO.FERRARI701@GMAIL.COM

C.A.I. SEZIONE DI VOGHERA

SERGIO ROLANDI 338 8615067
(DAL LUNEDÌ AL VENERDÌ 17.00 - 21.00)
ROLANDI.SERGIO@GMAIL.COM

DIRETTORE DELLA SCUOLA:
GILBERTO GARBI (INA)

DIRETTORE DEL CORSO:
FABIO CAMBIÈ (IAL)

AL1 - 2023 CORSO BASE DI ARRAMPICATA LIBERA



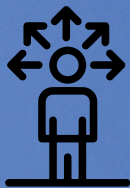
SCUOLA
INTERSEZIONALE
DI ALPINISMO,
SCIALPINISMO
E ARRAMPICATA
LIBERA

GABRIELE GRIGNANI

SEDI DI PAVIA - VOGHERA - LODI



IL CORSO SI RIVOLGE A CHI SI AVVICINA ALL'ARRAMPICATA PER APPRENDERE LE TECNICHE DI PROGRESSIONE E SICUREZZA. ESSO SI PREFIGGE DI TRASMETTERE AGLI ALLIEVI LA PASSIONE PER LA MONTAGNA INSEGNANDO LORO, ATTRAVERSO LEZIONI TEORICHE ED USCITE IN AMBIENTE, AD AFFRONTARE CON LA DOVUTA SICUREZZA L'ARRAMPICATA LIBERA.



CAPACITÀ RICHIESTE

AD OGNI ALLIEVO È RICHIESTA UNA BUONA PREPARAZIONE FISICA CHE GLI PERMETTA DI AFFRONTARE SENZA PROBLEMI LE USCITE PRATICHE, UNA BUONA ATTITUDINE ALL'ATTIVITÀ ED UNA SERIA MOTIVAZIONE ALLA PARTECIPAZIONE. LA DIREZIONE SI RISERVA LA FACOLTÀ DI ALLONTANARE DAL CORSO GLI ALLIEVI RITENUTI NON IDONEI O IL CUI COMPORTAMENTO POSSA RAPPRESENTARE UN PERICOLO PER SÈ E/O PER GLI ALTRI.

ISCRIZIONI

LA QUOTA DI PARTECIPAZIONE AL CORSO È DI € 180 ED È DESTINATA ALLA COPERTURA DEI COSTI DI ASSICURAZIONE E ORGANIZZAZIONE. NON COMPRENDE I COSTI RELATIVI AI TRASFERIMENTI NEI LUOGHI DELLE ATTIVITÀ PRATICHE. LE ISCRIZIONI POTRANNO ESSERE EFFETTUATE DAL 6/2/2023 PRESSO LE SEZIONI DI PAVIA, LODI E VOGHERA DOPO AVER PRESO CONTATTO CON I RISPETTIVI REFERENTI.

C.A.I. SEZIONE DI PAVIA

VIA COLESINO, 16 - TEL. 0382 460450
WWW.CAIPAVIA.IT - CAIPAVIA@CAIPAVIA.IT
MARTEDÌ E VENERDÌ DALLE 21 ALLE 23

C.A.I. SEZIONE DI LODI

VIALE PAVIA, 28 - TEL. 0371 439107
WWW.CAILEDI.IT - SEGRETERIA@CAILEDI.IT
MERCOLEDÌ DALLE 21 ALLE 23

C.A.I. SEZIONE DI VOGHERA

VIA DANTE ALIGHIERI, 7/9 - TEL. 339 4349100
WWW.CAIVOGHERA.IT - CAI.VOGHERA@LIBERO.IT
VENERDÌ DALLE 21.30 ALLE 23

REQUISITI E DOCUMENTAZIONE

- 18 ANNI COMPIUTI AL MOMENTO DELL'ISCRIZIONE
- TESSERA CAI IN CORSO DI VALIDITÀ
- CERTIFICATO MEDICO PER LA PRATICA DI ATTIVITÀ SPORTIVA NON AGONISTICA
- 1 FOTOGRAFIA FORMATO TESSERA

* L'ATTIVITÀ SI SVOLGERÀ IN OTTEMPERANZA ALLE EVENTUALI NORMATIVE ANTI-COVID



ATTREZZATURA PERSONALE

NEL CORSO DELLE ATTIVITÀ CIASCUN PARTECIPANTE DOVRÀ ESSERE AUTOSUFFICIENTE PER QUANTO RIGUARDA L'ABBIGLIAMENTO E L'ALIMENTAZIONE.

OLTRE A CIÒ SARÀ NECESSARIO IL SEGUENTE MATERIALE:

- CASCO DA ALPINISMO
- SCARPETTE DA ARRAMPICATA
- IMBRACATURA BASSA
- DISCENSORE/FRENO TIPO "REVERSO" O SIMILARE
- DUE MOSCHETTONI BASE TIPO "B" CON GHIERA A VITE (DA SOSTA)
- UN MOSCHETTONE OVALE TIPO "X" CON GHIERA
- DUE MOSCHETTONI TIPO "HMS"
- UN CORDINO Ø 8 MM LUNGHEZZA 3 M
- UN CORDINO IN KEVLAR Ø 5 MM LUNGHEZZA 1,5 M

OGNI ALLIEVO DOVRÀ ESSERE IN POSSESSO DEL MATERIALE IN ELENCO GIÀ DALLA PRIMA LEZIONE. SI RACCOMANDA DI VERIFICARE CHE CASCHETTO, IMBRACATURA, MOSCHETTONI E CORDINI SIANO MARCHIATI CE/UIAA E CERTIFICATI SECONDO LE NORMATIVE PER L'USO SPECIFICO IN AMBITO ALPINISTICO. A TAL PROPOSITO, SI CONSIGLIA DI ATTENDERE IL MOMENTO DELL'ISCRIZIONE, NEL QUALE VERRANNO COMUNICATI CONSIGLI E INFORMAZIONI DETTAGLIATE PER L'ACQUISTO DEI MATERIALI.

PROGRAMMA E CONTENUTI DEL CORSO

Luoghi e date delle uscite indicate potranno subire variazioni per cause di forza maggiore.

8/3/2023	PRESENTAZIONE DEL CORSO, VERIFICA MATERIALI E EQUIPAGGIAMENTI SEDE CAI PAVIA ORE 21
12/3/2023	USCITA PRATICA IN AMBIENTE FALESIA LE PLACCHETTE DI SAN MARTINO - RANCIO (LECCO)
15/3/2023	LEZIONE TEORICA: I MATERIALI SEDE CAI PAVIA ORE 21
19/3/2023	USCITA PRATICA IN AMBIENTE FALESIA DEI TRE PICCHI M. VALLASSA - BAGNARIA (PAVIA)
31/3/2023	LEZIONE TEORICA: TECNICHE DI ARRAMPICATA PALESTRA CAI LODI ORE 21
16/4/2023	USCITA PRATICA IN AMBIENTE FALESIA LA PANORAMICA - MERGOZZO (VERBANIA)
19/4/2023	LEZIONE TEORICA: STORIA DELL'ARRAMPICATA LIBERA SEDE CAI PAVIA ORE 21
23/4/2023	USCITA PRATICA IN AMBIENTE FALESIA DEL MONTE MOTTARONE - OMEGNA (VERBANIA)
26/4/2023	LEZIONE TEORICA: GEOMORFOLOGIA E ARRAMPICATA SEDE CAI VOGHERA ORE 21
3/5/2023	LEZIONE TEORICA: ALLENAMENTO SEDE CAI PAVIA ORE 21
7/5/2023	USCITA PRATICA IN AMBIENTE FALESIA SEBINO VALLE DELL'OPOL - BRESCIA
14/5/2023	USCITA PRATICA IN AMBIENTE ZUCCO DELL'ANGELONE - BARZIO (LECCO)
17/5/2023	RIPASSO GENERALE E RIFLESSIONI SEDE CAI PAVIA ORE 21



SI SEGNALE E CONSIGLIA LA PARTECIPAZIONE

18/6/2023 EVENTO "SICURI IN FALESIA" PROVE DI TRATTENUTA
FALESIA DEI TRE PICCHI M. VALLASSA - BAGNARIA (PAVIA)

