

MODULO DI ISCRIZIONE

Cognome _____
 Nome _____
 Data di nascita _____
 Residenza _____
 Via _____
 Numero Tel. _____

Precedenti esperienze alpinistiche

nessuna escursionismo
 vie ferrate corsi
 altro

ELENCO DEI MATERIALI forniti dalla Sezione

IMBRACATURA CASCO ALTRO
 PICCOZZA RAMPONI

Il resp.le del magazzino _____ L'Allievo _____
 Firma _____ Firma _____

REGOLAMENTO

- Il Corso è aperto a tutti i Soci del CAI in regola con la quota associativa 2010, che abbiano compiuto al momento dell'inizio del Corso il 16mo anno di età; per i minori è richiesta l'autorizzazione scritta dei genitori.
- Al momento dell'iscrizione dovrà essere presentato un certificato medico per la pratica sportiva non agonistica.
- La quota di iscrizione dà diritto all'utilizzo del materiale comune e di quello individuale fornito dalla Sezione.
- Gli allievi saranno divisi in gruppi secondo capacità ed attitudini e dovranno attenersi alle disposizioni degli istruttori.
- Date, orari, itinerari e programmi potranno subire variazioni, tempestivamente comunicate, al fine di un migliore svolgimento del Corso.
- Nessun rimborso sarà dovuto agli allievi che per qualsiasi motivo interrompono il Corso.

Il Direttore del Corso _____ L'Allievo _____
 Roberto Buonopera _____ Firma _____



Stampa: "Nuova Elografica" inc. - Spoleto

www.caispoleto.it
 Tel. 0743.220433



CAI
 Sezione di Spoleto
 Anno di fondazione 1884



Scuola di Alpinismo "MONTELUCCO"



PROGRAMMA

4 MARZO

ore 21.00 **Lezione teorica:**
 Sede Sociale
 P.le Polvani
 - Presentazione del Corso
 - Materiale tecnico individuale
 Relatore: RENZO LIBERTI

7 MARZO

Monte Lieto
 (P.N. Monti Sibillini)
Prima uscita pratica:
 - Ambiente innevato: tecniche di progressione su neve/ghiaccio

12 MARZO

ore 21.00 **Lezione teorica:**
 Sede Sociale
 P.le Polvani
 - Nodi
 ore 22.00 **Lezione teorica:**
 Sede Sociale
 P.le Polvani
 - Neve, valanghe, bollettino rischio valanghe, autosoccorso
 Relatore: ANDREA MORFÈ

14 MARZO

M.te Terminillo
Seconda uscita pratica:
 - Ambiente innevato: formazione e progressione di una cordata di due e tre componenti, sosta e ancoraggi su neve/ghiaccio

20 MARZO

Monte Vettore
 per la Valle Santa
Terza uscita pratica:
 - Sistemazione Rifugio, ambiente innevato: tecniche di progressione su neve/ghiaccio

ore 21.00 **Lezione teorica:**
 Rifugio CAI
 Castelluccio
 - Pericoli in montagna
 Relatore: ALESSANDRO SEBASTIANI

21 MARZO

Monte Bacco
 (P.N. Monti Sibillini)
Quarta uscita pratica:
 - Salita su neve di medio-bassa difficoltà, con realizzazione delle tecniche di assicurazione ed auto assicurazione

16 APRILE

ore 21.00 **Lezione teorica:**
 Sede Sociale
 P.le Polvani
 - Topografia ed orientamento
 Relatore: SERGIO BOCCHINI

ore 22.00 **Lezione teorica:**
 Sede Sociale
 P.le Polvani
 - Elementi di primo soccorso
 Relatore: VITTORIO VANTAGGI

18 APRILE

Palesia di Terra
 (Valnerina)
Quinta uscita pratica:
 - Tecniche di arrampicata su roccia

23 APRILE

ore 21.00 **Lezione teorica:**
 Sede Sociale
 P.le Polvani
 - Preparazione fisica ed alimentazione
 Relatore: ELIGIO RIMATORI

ore 22.00 **Lezione teorica:**
 Sede Sociale
 P.le Polvani
 - Catena di assicurazione
 Relatore: STEFANO DI LELLO

25 APRILE

Palesia di Pale
Sesta uscita pratica:
 - Tecnica di arrampicata su roccia, manovre di corde, corda doppia

8 MAGGIO

Castelletta
 (Appennino marchigiano)
Settima uscita pratica:
 - Progressione su roccia (via di più tir)

ore 21.00 **Lezione teorica:**
 Sede Sociale
 P.le Polvani
 - Storia ed organizzazione del CAI
 Relatore: PAOLO VANDONE

9 MAGGIO

Falcioni
 (Appennino marchigiano)
Ottava uscita pratica:
 - Progressione su roccia (via di più tir)

ore 21.00 **Lezione teorica:**
 Sede Sociale
 P.le Polvani
 - Chiusura Corso e consegna attestati
 Relatore: ROBERTO BUONOPERA

La Scuola di Alpinismo "Montelucco" della Sezione CAI di Spoleto organizza dal 4 marzo al 9 maggio 2010 un Corso Base di Alpinismo (A1).

Il Corso è rivolto a tutti i soci CAI che, anche se privi di esperienza alpinistica, desiderano apprendere la tecnica necessaria per scalare montagne in condizioni di piena sicurezza.

Gli unici requisiti necessari sono: avere un sufficiente grado di allenamento fisico, avere compiuto il 16mo anno di età.

Il Corso si articola in esercitazioni pratiche che normalmente impegnano l'intera giornata e in lezioni teoriche.

La Sezione fornisce parte del materiale individuale e collettivo necessario per il corso.

Le iscrizioni (massimo 15 partecipanti), si potranno effettuare presso la segreteria della Sezione in Piazzale Polvani, tutti i venerdì dalle ore 18,00 alle ore 20,00 fino al 26 febbraio.

Comunicazione importante per i direttori e i partecipanti alle escursioni in programma nella prossima settimana verde di Pontresina (Engadina): aver partecipato al corso di alpinismo ti sarà utile e ti aiuterà ad affrontare, in sicurezza, gli itinerari escursionistici/alpinistici nel gruppo del Bernina.

CORPO ISTRUTTORI

Direttore della Scuola: RENZO LIBERTI
 Direttore del Corso: ROBERTO BUONOPERA

Istruttori:

STEFANO DI LELLO	IRENE MATURI
VITTORIO VANTAGGI	SERGIO MATURI
ANGELO APOLLONI	MAURO MEDORI
PAOLO CARIANI	ANDREA MORFÈ
ANDREA DI LELLO	ELIGIO RIMATORI
LORENZO LEICHT	ALESSANDRO SEBASTIANI
ILIO MARIANI ZUCCHI	IVANO TRABALZA

Aspiranti Istruttori:

SERGIO BOCCHINI	LUCA MASSARELLI
DANIELE BRUNELLI	ALESSANDRO SIGISMONDI
PIERGIOGIO CASTELLANI	