

35° CORSO GHIACCIO AG1 - 2017

Direttore:	Roberto Pivotti	349 5320981 - rpivotti@gmail.com
Vice Direttore:	Emanuele Puppo	335 7824052 – emanuele@mobilificiopuppo.it
Segretario:	Isabella Gervasio	328 6656269 – isabellagervasio@yahoo.it

ISCRIZIONI:

Il corso è rivolto preferibilmente a chi abbia frequentato un corso di Alpinismo (A1) o di Arrampicata su Roccia (AR1) o possieda un'esperienza equivalente.

E' richiesta una buona preparazione fisica ed una conoscenza elementare delle tecniche d'arrampicata.

Lo svolgimento del corso è subordinato al raggiungimento di un numero minimo di partecipanti.

Orari e località potranno subire variazioni per cause contingenti.

La quota di partecipazione è pari a 220€, in cui è compresa la caparra di 50€ da versare all'atto dell'iscrizione. Le iscrizioni si effettuano contattando i recapiti sopra proposti e si accetteranno dal 1 gennaio fino alla prima lezione teorica.

EQUIPAGGIAMENTO PERSONALE:

- | | |
|--|-----------------------------------|
| - Scarponi da montagna | - 2 moschettoni a ghiera tipo HMS |
| - Ramponi a 12 punte | - 2 moschettoni a ghiera normali |
| - Piccozza di tipo classico | - 1 piastrina multiuso |
| - Imbracatura bassa | - 2 cordini lunghi (circa 3,5 m) |
| - Casco da alpinismo | - 2 cordini corti (circa 1.5 m) |
| - Occhiali da alta montagna (protezione 3 o 4) | |
| - Abbigliamento da alta montagna | |
| - Ghettoni | |
| - Zaino di media capacità | |

Non sono ammessi ramponi in lega leggera, né piccozze da cascate di ghiaccio, né imbragature complete

Lezioni Teoriche

Presso la sede CAI Cividale - ore 20,45

Lezioni Pratiche

In base alle condizioni meteorologiche, orari e località verranno definiti durante la lezione precedente l'uscita

8 maggio – lunedì

Termine Iscrizioni
Presentazione del corso
Descrizione materiali
Pericoli della montagna

11 maggio – giovedì

Topografia e orientamento
Nozioni di pronto soccorso

31 maggio – mercoledì

GPS
Preparazione di uno schizzo di rotta

8 giugno – giovedì

Serata culturale "Emanuele Cargnello"

11 giugno – domenica**Prealpi Giulie**

Ripasso dei nodi fondamentali e calata in corda doppia
Orientamento: Uso di cartina, bussola e altimetro
Utilizzo del GPS

15 giugno – giovedì

Catena di assicurazione

25 giugno – domenica**Alpi Giulie**

Utilizzo dei ramponi e della piccozza
Passi su pendii di neve dura e auto-arresto
Legatura in cordata
Calata in corda doppia

21 giugno – mercoledì

Procedimento in conserva

5 luglio – mercoledì

Glaciologia
Effetti fisiologici dell'alta montagna

7-8-9 luglio – venerdì, sabato e domenica**Alti Tauri**

Venerdì:
Ancoraggi su neve e ghiaccio
Realizzazione di soste
Sabato:
Salita
Tecnica di piolet-traction
Domenica:
Salita

19 luglio – mercoledì

Evoluzione dei materiali per l'alpinismo classico.
Preparazione di una salita (Proposta di itinerari)

21-22-23 luglio - venerdì, sabato e domenica**Alpi Retiche**

Venerdì:
Recupero da crepaccio
Sabato:
Salita
Domenica:
Salita