

# SA1 <sup>35<sup>esimo</sup></sup> CORSO DI SCIALPINISMO

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

## il corso

Per partecipare al corso è richiesta una buona preparazione fisica ed una buona tecnica sciistica.

**Durante alcune uscite pratiche, possono partecipare in qualità di "aggregati" allievi che hanno già frequentato il corso, la quota di partecipazione è di 20 euro/giornata.**

## iscrizioni

La quota di partecipazione è di 220 euro e verrà richiesta una caparra di 30 euro. Per i pagamenti è possibile effettuare bonifico bancario su conto corrente con **IBAN IT78N0548464110CC0321000275** utilizzando a seconda dei casi la causale "caparra corso SA1 2020" oppure "saldo corso SA1 2020".

Entro la lezione di presentazione del corso verrà richiesto il saldo della quota.

Qualora gli istruttori, al termine della prima uscita pratica, valutino l'allievo non idoneo alla frequentazione del corso, la quota di iscrizione verrà restituita. A carico di ciascun allievo sono inoltre, le spese di soggiorno, di trasferimento, eventuali impianti di risalita e skipass.

Le iscrizioni, limitate ai posti disponibili, si effettuano contattando il segretario del corso alla seguente mail: [corso.sa1.caicividale@gmail.com](mailto:corso.sa1.caicividale@gmail.com)

## CALENDARIO LEZIONI 2020

### teoriche

Presso la sede CAI Cividale ore 20.45

#### 22 gennaio - mercoledì

- Presentazione del corso,
- Informativa relativa all'accettazione del rischio connesso all'attività alpinistica
- Materiale tecnico individuale

#### 30 gennaio - giovedì

- ARTVA base - TEORIA

#### 6 febbraio - giovedì

- Autosoccorso

#### 13 febbraio - giovedì

- Formazione del manto nevoso e delle valanghe

#### 20 febbraio - giovedì

- Topografia
- Lettura carta e schizzo di rotta

#### 27 febbraio - giovedì

- Bollettino nivo-meteorologico

#### 5 marzo - giovedì

- Pianificazione di una gita

#### 6 giugno - giovedì

- Serata culturale  
*Emanuele Cargnello*

### pratiche

Gli orari e le località indicate potrebbero subire delle variazioni per cause contingenti

#### 25 gennaio - sabato

##### In Comprensorio sciistico

- Tecnica di discesa in pista e fuori pista
- Scelta della traccia di discesa

#### 30 gennaio - giovedì

##### sede CAI

- ARTVA base - ESERCITAZIONE

#### 1 febbraio - domenica

##### Prealpi Giulie

- Equipaggiamento individuale
- Tecnica di salita
- Uso base dell'ARTVA

#### 8 febbraio - sabato

##### Alpi Giulie

- Manovre di autosoccorso

#### 22 e 23 febbraio - sabato e domenica

##### Alti Tauri

- Topografia sul campo
- Scelta della traccia di salita
- Ricoveri di emergenza

#### 7 e 8 marzo - sabato e domenica

##### Dolomiti

- Ricerca organizzata con APS
- Sondaggio sistematico
- Dimostrazioni esami pratici di valutazione del manto nevoso
- Dimostrazione esami pratici di valutazione del manto nevoso

### referenti

**Arianna Cita,**  
direttore

**Ippolito Picogna,**  
vicedirettore

**Marco Knezevich,**  
segretario

### equipaggiamento

Nel corso della prima lezione teorica verranno fornite indicazioni e consigli

per l'acquisto dei materiali individuali necessari allo svolgimento del corso.

Indicativamente la dotazione standard richiesta contempla:

Sci con attacchi da scialpinismo, pelli tessil-foca, scarponi da scialpinismo, ramponi tipo "Rampant", zaino di media capacità con laccioli porta sci ed abbigliamento idoneo.

Durante il corso è obbligatorio l'uso dell' ARTVA, Pala e Sonda (APS)

che potranno essere noleggiati al prezzo di 30,00 euro.