

Corso di SCIALPINISMO e SNOWBOARDALPINISMO BASE SA1 2023

La Scuola di Alpinismo, Scialpinismo e Arrampicata Libera "Franco Alletto" della Sezione del CAI di Roma, organizza il corso di scialpinismo e snowboardalpinismo base SA1 che si svolgerà da gennaio a marzo del 2023. Scopo del corso è indirizzare gli allievi alla frequentazione della montagna invernale con gli sci da scialpinismo o con lo snowboard, lontano da percorsi battuti, attraverso un approccio che pone particolare attenzione all'aspetto della sicurezza. Verranno analizzati i pericoli propri dei pendii innevati, insegnate le corrette tecniche di salita, discesa ed autosoccorso. Con la frequentazione del corso gli allievi potranno progressivamente rendersi più autonomi nell'effettuare le gite applicando attentamente le nozioni ricevute e proseguendo nel loro approfondimento, eventualmente con corsi di livello superiore.

Si ricorda agli allievi che la frequentazione della montagna nei diversi aspetti e condizioni è un'attività che presenta dei rischi; le scuole del C.A.I. adottano tutte le misure precauzionali affinché nei vari ambienti si operi con una ragionevole sicurezza. Con l'adesione al corso l'allievo è consapevole che nello svolgimento dell'attività sci-alpinistica o snowboard-alpinistica, un rischio residuo è sempre presente e non è mai azzerabile.

L'iscrizione al CAI attiva automaticamente le coperture assicurative relative agli Infortuni del socio nell'attività sociale per infortuni (morte, invalidità permanente e rimborso spese di cura). E' valida esclusivamente in attività organizzate dal CAI. Ogni maggior informazione sulla polizza si può trovare sul sito www.cai.it al link Assicurazioni.

Per accedere al corso è prevista una prova di verifica, indispensabile per l'ammissione, che si terrà in occasione della prima uscita, **Sabato 28 gennaio (verifica della tecnica di discesa e dell'allenamento)**.

Il corso si articolerà in ulteriori 7 uscite pratiche fissate nelle seguenti date:

- **Sabato 11 febbraio: uscita per esercitazione ARTVA e tecnica di discesa fuori pista**
- **Sabato 18 e Domenica 19 febbraio:** uscita con gita di sci/snowboard alpinismo;
- **Sabato 25 febbraio:** uscita con gita di sci/snowboard alpinismo;
- **Sabato 4 marzo:** uscita con gita di sci/snowboard alpinismo;
- **Sabato 11 e Domenica 12 marzo:** uscite con gita di sci/snowboard alpinismo.

Sono previste le seguenti date per eventuali *recuperi* dovuti all'impossibilità di svolgere le uscite nelle giornate più sopra previste, a causa di sfavorevoli condizioni meteo e/o di innevamento o impedimenti della Scuola (a insindacabile giudizio del Direttore del Corso):

- **Domenica 12 febbraio;**
- **Domenica 26 febbraio;**
- **Domenica 5 marzo;**
- **Sabato 18 marzo.**

Le **lezioni teoriche** si svolgeranno on-line dalle 21 alle 22 ad eccezione della lezione “Materiali e attrezzatura tecnica” che si terrà in presenza presso la sede della sezione del Cai di Roma dalle 19 alle 20: a quest’ultima sarà comunque garantita la partecipazione anche da remoto.

Il calendario delle lezioni teoriche sarà il seguente:

- **Martedì 2 Febbraio: Presentazione del corso. Il Rischio in Montagna**
- **Martedì 7 Febbraio: Materiali e attrezzatura tecnica; preparazione atletica e alimentazione.**
- **Giovedì 9 febbraio: Principi di ricerca con ARTVA, autosoccorso in valanga e primo soccorso**
- **Giovedì 16 Febbraio: Neve e valanghe I - Nivologia**
- **Giovedì 23 febbraio: Elementi di meteorologia in montagna e Autosoccorso in valanga, nozioni di primo soccorso**
- **Martedì 28 febbraio: Neve e valanghe II – Nivologia**
- **Giovedì 2 marzo: Bollettino Nivometeo e Organizzazione / condotta di una gita**
- **Giovedì 9 marzo: Cartografia, orientamento ed uso del GPS I**
- **Giovedì 16 marzo: Cartografia, uso del GPS II e Organizzazione Gita II**
- **Giovedì 23 marzo: Chiusura corso, consegna attestati e cena finale.**

La mancata partecipazione alle lezioni teoriche e pratiche evidenziate in neretto, comporterà l’esclusione dal corso, salvo eventuali azioni di recupero da concordare con la direzione del corso.

Le lezioni potranno essere svolte, a insindacabile giudizio della Direzione del Corso, attraverso sistemi telematici e/o in ambiente.

Iscrizione

Le iscrizioni al corso si prenderanno, in sede, **giovedì 19 gennaio 2023 dalle ore 18.30 alle 20.00**. Le domande saranno accolte in ordine di presentazione. Alla domanda va allegata copia della tessera del CAI con il bollino del 2023, copia di un documento d’identità valido, un certificato medico in originale per l’attività sportiva non agonistica valido per tutta la durata del corso e una fotografia

formato tessera. Per i minorenni è necessaria la presenza di entrambi i genitori o di chi esercita la potestà genitoriale e le fotocopie dei loro documenti d'identità.

Può essere inviata una preiscrizione alla e-mail scuolafrancoalletto@gmail.com, allegando, in formato pdf, **il modulo d'iscrizione** compilato.

La preiscrizione serve a stabilire una graduatoria in ordine di data di presentazione per determinare il numero massimo di allievi ammessi al corso. Viene tenuta in considerazione solo se completa di tutti gli elementi richiesti. La preiscrizione va confermata il giorno delle iscrizioni con la consegna dei documenti originali. Il numero degli allievi sarà limitato a **32 partecipanti**. Il corso partirà con un minimo di dieci partecipanti.

La quota di partecipazione al corso è fissata in **300 euro, ridotta a 210 euro per gli under 25**, da corrispondere in due parti: la prima di 40 euro all'atto dell'iscrizione e la seconda entro **giovedì 9 febbraio 2023**. Nel saldo della quota è incluso il **manuale del CAI Scialpinismo**. La quota non comprende le spese di viaggio, vitto e alloggio.

Durante lo svolgimento del corso gli allievi dovranno comportarsi diligentemente ed eseguire le direttive date loro dagli Istruttori. Si ricorda che la frequentazione della montagna è di per sé una magnifica attività, ma può essere pericolosa se si affronta con imperizia e imprudenza. La mancanza di disciplina e un comportamento inadeguato in situazioni di potenziale pericolo saranno causa di esclusione dal corso.

In caso di abbandono o di espulsione dal corso o di non partecipazione alle uscite effettuate, non è previsto il rimborso della quota versata.

Prova di verifica

La prova di verifica consiste nell'accertare le condizioni di allenamento ed il livello di tecnica sciistica dei candidati. Gli aspiranti allievi dovranno essere in grado di affrontare un dislivello a piedi su sentiero escursionistico non innevato in salita di 700 m in meno di 1h30' con uno zaino di 10 kg. Nella prova su pista e fuori pista gli aspiranti allievi dovranno dimostrare buona coordinazione nell'affrontare le curve a sci paralleli e nel mantenere un controllo costante degli attrezzi. Si consiglia di sostenere la prova di verifica con attrezzatura da scialpinismo. Al termine delle verifiche verrà comunicato un insindacabile giudizio di idoneità o di non idoneità alla frequentazione del corso.

Attrezzatura tecnica personale

Gli allievi ammessi al corso dovranno essere dotati della seguente attrezzatura individuale:

Scialpinismo

- Sci con attacchi da scialpinismo
- Scarponi da scialpinismo
- Pelli di foca
- Rampanti o coltelli da ghiaccio per attacchi da scialpinismo

Snowboardalpinismo

- Splitboard con pelli di foca o snowboard con ciaspole

Materiali in comune per entrambe le discipline

- Ramponi da ghiaccio
- Bastoncini da sci (anche non telescopici)
- Piccozza
- ARTVA, pala e sonda
- Casco
- Mascherina da sci
- Occhiali da sole

L'abbigliamento tecnico personale dovrà essere adeguato per l'inverno e l'alta montagna.

La Scuola, a fronte di un contributo per la manutenzione, può mettere a disposizione, solo per la durata del corso, dei kit ARTVA, pala e sonda con un costo complessivo di noleggio di €50,00 e una cauzione di €350. Può altresì mettere a disposizione dei ramponi, a fronte di un contributo per la manutenzione di € 25,00 e una cauzione di €80,00 e delle piccozze, con un contributo di 25 euro e una cauzione di 60 euro.

Le attrezzature vanno richieste al momento dell'iscrizione e saranno assegnate agli allievi che ne facciano specifica richiesta sulla domanda di iscrizione. In caso di un numero maggiore di richieste rispetto alle attrezzature disponibili queste saranno assegnate, fino all'esaurimento, in base all'ordine di presentazione delle domande di iscrizione.

Il versamento della cauzione dovrà essere eseguito con bonifico bancario. La cauzione versata sarà restituita, sempre tramite bonifico, successivamente alla riconsegna dell'attrezzatura.

Attrezzatura tecnica collettiva fornita dalla scuola

La Scuola di Scialpinismo mette a disposizione degli allievi l'attrezzatura tecnica collettiva per l'espletamento delle uscite pratiche, quali kit barelle per il trasporto di infortunati, corde, cordini etc. Sarà inoltre fornito di volta in volta il materiale cartografico e topografico delle aree in cui si svolgeranno le uscite pratiche.

Per ogni informazione scrivere alla mail: scuolafrancoalletto@gmail.com o consultare il nostro sito: www.scuolafrancoalletto.org

Direttore del Corso: ISA **Augusto Ranalli**

Vice Direttore: IS **Paolo Bucciarelli**

Domanda d'iscrizione al corso di SCI ALPINISMO BASE SA1 2023

Il sottoscritto/a.....
nato/a a.....provincia diin data...../...../.....
residente in Via.....numero.....Città.....Cap.....
Tel/cell... e -mail.....
socio del Club Alpino Italiano Sezione ditessera n.

CHIEDE

di essere ammesso al **Corso di Scialpinismo base SA1** organizzato nell'anno 2023 dalla Scuola "Franco Alletto". A tal fine si impegna a versare, quando richiesto e come indicato, la somma di €..... quale quota di iscrizione. Tale quota include la copertura assicurativa, l'uso del materiale collettivo, delle dispense elettroniche e il manuale didattico; permette la frequenza del corso che si articolerà in uscite pratiche e lezioni teoriche.

Il sottoscritto è consapevole che la frequentazione della montagna, della falesia e delle strutture indoor di arrampicata sono attività che presentano dei rischi e che le scuole del C.A.I. adottano tutte le misure precauzionali affinché nei vari ambienti si operi con un ragionevole sicurezza. Con l'adesione al corso il sottoscritto è consapevole che nello svolgimento dell'attività alpinistica/scialpinistica/snowboardalpinistica/arrampicatoria un rischio residuo è sempre presente e non è mai azzerabile. Il sottoscritto è consapevole che con l'iscrizione al CAI si attivano automaticamente le coperture assicurative relative agli infortuni del socio nell'attività sociale per infortuni (morte, invalidità permanente e rimborso spese di cura) e che ogni informazione sulle coperture assicurative sono presenti nel sito www.cai.it al link "assicurazioni".

Allego alla domanda:

- Certificato medico in originale per pratica sportiva non agonistica;
- Fotografia formato tessera;
- Fotocopia di un documento.
- Fotocopia tessera del CAI con bollino **2023**.

Firma

Lì,

.....

Il sottoscritto autorizza, ai sensi del Testo Unico della Privacy, la Scuola "Franco Alletto" a far circolare tra gli allievi del corso e tra gli istruttori della Scuola i seguenti dati:

E- mail:

Tel. CellTel. Ab.....tel .Uff.....

e la documentazione fotografica realizzata durante il corso dove compare la mia persona, anche sui canali social della Scuola Franco Alletto.

Firma

RICHIESTA UTILIZZO ATTREZZATURA DELLA SCUOLA

Il sottoscritto/a.....
nato/a a.....provincia diin data/...../.....
residente in Via.....numero.....Città.....Cap.....
Tel/cell... e -mail.....
socio del Club Alpino Italiano Sezione ditessera n.,

per la partecipazione al **Corso di Scialpinismo base SA1**

CHIEDE

di poter utilizzare, a fronte del previsto contributo per la manutenzione, la seguente attrezzatura della Scuola:

- Ramponi (contributo manutenzione di € 25, + cauzione € 80);
- ARTVA, pala e sonda (contributo manutenzione di € 50, + cauzione € 350);
- Piccozza (contributo di euro 25, + cauzione di euro 60)

Si impegna a versare tramite bonifici bancari distinti, la quota relativa al contributo di manutenzione e quella relativa alla cauzione. La cauzione sarà restituita al momento della riconsegna dell'attrezzatura.

Verso la somma di €..... per contributo manutenzione dell'attrezzatura

Versa la somma di € come cauzione per l'utilizzo del materiale elencato.

La riconsegna dell'attrezzatura dovrà avvenire entro giovedì 23 marzo.

Se l'attrezzatura non venisse riconsegnata entro il termine stabilito, o riconsegnata danneggiata, il sottoscritto prende atto che la Scuola provvederà ad introitare la cauzione versata a fronte del reintegro dell'attrezzatura.

Data

Firma

.....