



**SCUOLA NAZIONALE  
DI ALPINISMO  
E SCIALPINISMO  
ALTO LARIO**



# 25° corso di sci alpinismo 2020

Corso base SA1 Direttore **Riccardo Ugo** ISA

Corso avanzato SA2 Direttore **Giuliano Orsi** ISA

Il corso base è rivolto a tutti coloro che per la prima volta affrontano la montagna invernale e che vogliono avvicinarsi allo sci alpinismo.

Il corso avanzato è rivolto a chi è già in possesso di un minimo di esperienza sci alpinistica, o a quanti hanno già frequentato un corso base.

## Programma lezioni teoriche e pratiche

	Lezioni corso SA1	Lezioni corso SA2
Mer 8 genn - Asso	Iscrizioni, materiali, consegna ARtVA	Presentazione ed iscrizioni
Mer 15 genn - Asso	Neve e valanghe	
Giov 23 genn - Cantù	Ricerca ARtVA e prova pratica a secco	Materiali e manutenzione
<b>Dom</b> 26 genn - Valmalenco	Primi passi, prova sci, check materiali	Tecnica di discesa su pista e fuori pista
Mer 29 genn - Asso	Topografia, orientamento	
Giov 30 genn - Canzo		Ricerca multipla di travolti in valanga
<b>Dom</b> 2 febb - San Bernardino	Uso pelli, orientamento, ricerca ARtVA	Applicare i metodi di ricerca multipla
Giov 6 febb - Canzo	Meteo e bollettino valanghe	
Gio 13 febb - Cantù	Elementi di primo soccorso	Neve e valanghe - livello 2
<b>Dom</b> 16 febb - Julierpass	Rampanti, riduzione rischio e traccia	Nodi e collegamento della cordata
Mer 19 febb - Asso	Preparazione fisica ed alimentazione	
<b>Dom</b> 23 febb - Prealpi Lariane	Togli-metti pelli e cambi di ritmo	
Giov 27 febb - Cantù	Statuto e organizzazione del CAI	Cartografia e orientamento - livello 2
<b>Dom</b> 1 mar - Lucomangno	Traccia, partecipazione autosoccorso	
Giov 5 mar - Cantù	Preparazione e conduzione della gita	Preparazione e condotta gita - livello 2
<b>Sa-do</b> mar 7-8 - Maighelshütte	Uscita finale con pernottamento	Valutazione neve, costruzione bivacco
Giov 12 mar - Cantù		Meteo e bollettino neve-valanghe
Giov 19 mar - Canzo		Primo soccorso - livello 2
<b>Dom</b> 22 mar - Valle Spluga		Partecipazione ad un autosoccorso
Giov 26 mar - Asso		Geomorfologia e ambiente glaciale
Giov 2 apr - Canzo		Catena di assicurazione
<b>Sa-do</b> 4-5 apr - Valfurva		Progressione su ghiacciaio in cordata
Da definire	Cena di fine corso e consegna attestati	Cena di fine corso e consegna attestati

Date e mete delle prove pratiche potranno subire modifiche dovute a cattive condizioni nivo-meteo.



Le lezioni teoriche si svolgeranno nelle sedi di:

CAI Asso, piazza Mazzini

CAI Cantù, via Dante 18

CAI Canzo, via Meda 40

Costi iscrizioni: 220€ (minorenni e studenti 170€)

Manuale n° 31 Sci Alpinismo, edito dal CAI 10€

Noleggio ARtVA, pala e soda 50€ (max 10 pezzi)

Necessario Certificato Medico di sana e robusta costituzione

Tessera CAI con bollino valido per l'anno in corso

Sezioni di Asso, Cantù e Canzo



Info e iscrizioni <https://ScuolaAltoLario.com>

<https://www.facebook.com/cai.ScuolaAltoLario>