



**SCUOLA NAZIONALE DI ALPINISMO
SCIALPINISMO E ARRAMPICATA LIBERA
CAI SEZIONE DI FELTRE**



3° corso di arrampicata libera

Il corso si rivolge a quanti vogliono avvicinarsi all'arrampicata o migliorare le proprie abilità e conoscenze tecniche e culturali. Attraverso lezioni teoriche e uscite pratiche in ambiente, il corso si prefigge di fornire le nozioni fondamentali delle tecniche di arrampicata, progressione e assicurazione, che consentano all'allievo di sviluppare adeguate competenze per la percorrenza in autonomia e in sicurezza di itinerari di arrampicata sportiva. Verranno anche fornite nozioni generali su materiali e loro utilizzo, nonché approfondimenti per la conoscenza e tutela degli ambienti frequentati, anche con uno sguardo all'evoluzione storica dell'arrampicata.

Il corso è diviso in due parti, una nel mese di Dicembre, in strutture indoor, per fornire le nozioni base e una seconda parte, nel mese di Marzo, con le uscite in ambiente. Vengono proposte due uscite extra nei mesi di gennaio e febbraio in strutture indoor per dare continuità al lavoro svolto nella prima parte e sfruttarlo nella seconda.

Programma del corso:

1ª PARTE

- | | |
|-----------------------------|---|
| Giovedì 30 novembre | Lezione teorica, sede CAI ore 20.00
Iscrizioni, Presentazione corso, materiali ed equipaggiamento e catena di assicurazione |
| Sabato 2 dicembre | Lezione pratica, palestra Palasport "De Mas" Belluno ore 13.00 |
| Venerdì 8 dicembre | Lezione pratica, palestra "il Dado" Feltre orario da definire |
| Domenica 10 dicembre | Lezione pratica, palestra Sportler - Silea (TV) ore 9.00 |
| Giovedì 14 dicembre | Lezione teorica, sede CAI ore 20.30
Preparazione fisica e alimentazione |
| Domenica 17 dicembre | Lezione pratica, palestra da definire ore 9.00 |

2ª PARTE

- | | |
|--------------------------|--|
| Venerdì 2 marzo | Lezione teorica, sede CAI ore 20.30
Falesie, frequentazione siti, lettura vie, problemi ambientali |
| Domenica 4 marzo | Lezione pratica, Falesia del Mas ore 9.00 |
| Domenica 11 marzo | Lezione pratica, Falesia di Schievenin ore 9.00 |
| Domenica 17 marzo | Lezione pratica, Falesia da definire ore 9.00 |
| Giovedì 21 marzo | Lezione teorica, sede CAI ore 20.30
Storia arrampicata e chiusura corso |

EXTRA CORSO

- | | |
|-----------------------------|--|
| Domenica 20 Gennaio | Arrampicata Indoor Verona King Rock (o struttura alternativa) |
| Domenica 17 Febbraio | Arrampicata Indoor Kletterzentrum Brunico (o struttura alternativa) |

Gli orari definitivi di partenza o di ritrovo per le lezioni pratiche e per le uscite in ambiente, saranno comunicati nel corso delle lezioni teoriche precedenti. Il programma delle lezioni pratiche potrà subire variazioni in relazione alle condizioni meteorologiche.

Regolamento

1. L'iscrizione al corso è riservata ai **soci CAI**, di età superiore ai 18 anni, per i ragazzi dai 16 ai 18 anni è richiesta l'autorizzazione dei genitori.
2. La domanda di iscrizione va inviata alla e-mail corsiscuolaalp@caifeltre.it oppure presentata in **segreteria della sede CAI Feltre il martedì o venerdì dalle 18.00 alle 19.30 entro il 30/11/2017**. Il modulo d'iscrizione è disponibile nel sito CAI Feltre nella sezione 'Chi Siamo – Regolamenti e Moduli', o in segreteria della sede. Non è necessaria la firma originale sul modulo di iscrizione, ma è sufficiente l'invio del modulo compilato. **L'iscrizione del corso sarà convalidata presentandosi il Giovedì 30 Novembre alle ore 20.00 presso la Sede CAI di Porta Imperiale, muniti di tessera CAI con validità per l'anno in corso, certificato medico per attività sportiva non agonistica e con successivo versamento della quota di partecipazione, fino a esaurimento dei posti a disposizione.**
3. Il direttore del corso, su consiglio degli istruttori, ha facoltà di escludere in qualsiasi momento gli allievi che non ritenesse idonei o che si rendano responsabili di gravi atti di indisciplina. Il suo giudizio sarà definitivo ed insindacabile. L'esclusione del corso non dà diritto alla restituzione della quota di iscrizione.
4. Gli Allievi sono tenuti a partecipare a tutte le lezioni, tecniche e pratiche, salvo motivati impedimenti valutati dal Direttore del Corso. Devono avere la massima cura dell'attrezzatura della Scuola a loro prestata e devono attenersi alle decisioni e disposizione del Direttore e degli Istruttori.
5. La Scuola provvederà ad assicurare gli allievi secondo le modalità previste dal CNSASA.
6. La sezione CAI e la Scuola di Alpinismo declinano ogni responsabilità per eventuali incidenti che potessero accadere durante lo svolgimento del Corso. Con la loro adesione gli Allievi, consapevoli che l'attività alpinistica è una pratica rischiosa, esonerano da ogni responsabilità civile la Sezione e la Scuola.
7. Il Direttore del Corso ha la facoltà di variare il programma in relazione alle condizioni atmosferiche e alle capacità degli allievi.
8. Agli Allievi è richiesta una buona preparazione fisica. A coloro che non saranno ritenuti idonei fisicamente sarà restituita la quota di iscrizione dedotte le spese assicurative e di segreteria.
9. Nell'accettazione delle domande di iscrizione avranno la precedenza gli Allievi che abbiano già frequentato con profitto altri corsi organizzati dalla Scuola di Alpinismo.
10. La quota di iscrizione è fissata in **Euro 190,00 (centonovanta/00)** che dovranno essere versati all'atto dell'iscrizione. Tale quota dà diritto all'uso dei materiali individuali e collettivi forniti dalla Scuola, all'assicurazione secondo le condizioni previste delle vigenti polizze CAI e gli ingressi alle palestre previste dal programma. Restano a carico degli allievi le spese di trasporto, ed eventuali pernottamenti.
11. Gli allievi si impegnano ad utilizzare con cura l'attrezzatura, effettuandone l'ordinaria manutenzione e a restituirla in buono stato al termine del Corso.

Equipaggiamento individuale obbligatorio

Ogni Allievo dovrà essere dotato di indumenti adatti all'attività outdoor, scarpe da avvicinamento, scarpette da arrampicata, imbrago e casco (questi ultimi possono essere forniti dalla Scuola). Inoltre dovranno avere numero 2 moschettoni con ghiera, 1 secchiello e 1 maglia rapida.

Direttore del Corso
Bruno Capretta INAL - IA

Il Direttore della Scuola
Moreno Sartor INA