



Scuola di Alpinismo Sci Alpinismo e Arrampicata Libera C.A.I. Lucca



Corso di Alpinismo di base A1 2020

Il corso A1 è un corso di livello base rivolto a principianti, ossia a tutti coloro che per la prima volta affrontano la montagna per praticare attività alpinistica. I partecipanti quindi non hanno in genere esperienza alpinistica di montagna né estiva né invernale e possono provenire dall'escursionismo.

Il corso prevede l'insegnamento, attraverso lezioni sia teoriche che pratiche ed uscite sul terreno, delle nozioni e tecniche fondamentali per poter svolgere con ragionevole sicurezza le seguenti attività: arrampicata su roccia di II e III con eventuali passaggi di IV grado UIAA, frequentazione di pendii ripidi innevati, attraversamento di ghiacciai oppure di tratti su neve compatta, salite in alta montagna lungo vie normali di roccia e terreno misto con difficoltà medio/basse, realizzazione di semplici manovre di autosoccorso..

REGOLAMENTO

1. Il corso è rivolto a soci CAI in regola con l'iscrizione per l'anno 2020 che abbiano compiuto 18 anni alla data di inizio del corso. **Sono disponibili 14 posti.** La tessera di iscrizione dovrà essere esibita obbligatoriamente al momento della prima lezione. **I non soci devono tassativamente iscriversi per poter partecipare al corso.**

2. Il corso è diviso in due moduli: il primo, che si svolgerà sulle Apuane, sarà dedicato prevalentemente al movimento su roccia e alle tecniche di progressione su cresta e parete; mentre nel secondo si curerà la progressione su neve/ghiaccio in ambiente di alta montagna. Saranno altresì affrontati argomenti quale l'autosoccorso della cordata, l'ordinamento del CAI , la storia dell'Alpinismo.



*Scuola di Alpinismo Sci Alpinismo e Arrampicata Libera
C.A.I. Lucca*



3. Per iscriversi al corso è necessario compilare il questionario **ONLINE** che si trova all'indirizzo indicato sul sito della scuola e/o della sezione , successivamente si dovrà scaricare e stampare la Domanda di Iscrizione , compilarla in modo chiaro e leggibile, firmarla e consegnarla unitamente ad una fototessera in occasione della serata di presentazione del corso , che si terrà il

28 Febbraio 2020 alle ore 21:00

presso la sede operativa del CAI di Lucca in Via dei Bichi 18

in via eccezionale è possibile inviare la documentazione anche per email all'indirizzo corsoalpinismoA1@gmail.com , l'invio deve avvenire entro le ore 20:00 del 27 Febbraio 2020. Si prega di fornire un indirizzo email valido in quanto tutte le comunicazioni avverranno esclusivamente per email.

4. L'ammissione al corso avverrà sulla base della valutazione del questionario informativo da parte del direttivo del corso. Il giudizio del direttivo è definitivo e insindacabile. L'esito della domanda sarà comunicato agli interessati , a mezzo email , entro le ore 20:00 del 04/03/2020 .

5. Coloro che intendono frequentare questo corso devono avere una preparazione fisica che gli permetta di affrontare un'intera giornata di cammino e arrampicata. .

6. La quota di iscrizione al corso è fissata in **euro 280,00** e deve essere così versata : € 140,00 in occasione della prima lezione ed € 140,00 in occasione della terza lezione , pena l'esclusione dal corso

7. La quota di iscrizione dà diritto alla frequentazione del corso, alla fornitura di materiale didattico.

8. Ogni partecipante dovrà essere munito di scarponi da ghiaccio, casco , imbrago ramponi piccozza abbigliamento idoneo all'attività. La Scuola può mettere



Scuola di Alpinismo Sci Alpinismo e Arrampicata Libera C.A.I. Lucca



a disposizione ramponi , piccozza , casco e imbrago, in questo caso viene richiesta una cauzione di €30,0 per ogni pezzo, la cauzione dovrà essere versata al momento della distribuzione del materiale. La cauzione sarà restituita alla fine del corso. Nel caso di uso di materiale personale, lo stesso deve essere a norma CE e in buono stato di conservazione.

7. Eventuali spese per spostamenti, vitto, pernottamenti, sono a carico dei partecipanti.

8. Il direttivo si riserva di apportare modifiche al programma o al calendario del corso, se ritenuto necessario per il corretto svolgimento del medesimo. Le date indicate sul programma possono variare per cause particolari e soprattutto per le condizioni meteo.

9. Gli allievi ammessi al corso dovranno presentare **certificato medico per attività sportiva non agonistica**. In caso di mancata consegna non sarà possibile partecipare alla uscite pratiche.

10. L'allievo deve essere consapevole che la pratica dell'alpinismo e dell'arrampicata **comportano rischi oggettivi ineliminabili**. Per minimizzare i quali l'allievo è tenuto ad osservare, durante lo svolgimento delle lezioni, le disposizioni impartite dal corpo istruttori. Il direttivo si riserva di allontanare dal corso allievi ritenuti non idonei per motivi di sicurezza individuale o collettiva, o per scarsa partecipazione alle lezioni. La partecipazione alle lezioni teoriche è propedeutica alla prosecuzione del corso stesso.

11. Al termine della terza lezione, per accedere alla parte pratica del corso, gli allievi dovranno firmare il modulo di dichiarazione sul "Consenso Informato".



*Scuola di Alpinismo Sci Alpinismo e Arrampicata Libera
C.A.I. Lucca*



12. L'allievo/a esonera , la sezione CAI di Lucca, la Scuola di Alpinismo Sci Alpinismo e Arrampicata Libera di Lucca e gli Istruttori incaricati , da ogni responsabilità per incidenti e infortuni che dovessero accadergli durante lo svolgimento del corso, durante i trasferimenti alle località sede di attività teoriche o pratiche, con qualunque modalità essi avvengano.

13. Le lezioni teoriche, si terranno presso la sede distaccata del CAI di Lucca, in via dei Bichi 18 , 55100 Lucca , alle ore 21:00 nei giorni indicati nel programma, salvo diversa comunicazione. **E' fondamentale la massima puntualità**

Il Direttore del Corso

IA Carlo Cardella

Per informazioni e chiarimenti inviare una e-mail all'indirizzo:
corsoalpinismoA1@gmail.com , oppure per comunicazioni urgenti contattare:

Cardella Carlo
cell. 328 4570659

Equi Italo
347 9746495

Del Frate Pietro
cell. 348 3940050

N.B. Gli istruttori della Scuola CAI Lucca sono tutti titolati CAI e operano in forma assolutamente volontaristica, in ottemperanza alle vigenti normative in materia e non percepiscono alcuna retribuzione per le attività svolte durante il corso.