



# 55° CORSO ROCCIA

## 2018

**Rivolto a coloro che sono già in possesso di esperienza alpinistica di bassa difficoltà o di arrampicata sportiva e desiderano dedicarsi all'arrampicata su roccia in ambiente montano.**

Presentazione del corso **giovedì 22 marzo 2018** alle ore 20:30 presso la sede C.A.I. in Piazza Erbe 46, Bolzano.

[www.caibolzano.it](http://www.caibolzano.it)

facebook

Scuola di Alpinismo CAI Bolzano

Direttore: Diego Andreasi (IA)

Vicedirettore: Massimo Maceri (IA)

Segretaria: Fiorella Marini e Flavia Vanzetta





## FINALITÀ DEL CORSO

Il corso ha lo scopo di trasmettere agli allievi le conoscenze necessarie per praticare l'arrampicata su roccia in ambiente montano. In particolare è rivolto a coloro che, avendo già maturato una sufficiente esperienza alpinistica di bassa difficoltà o di arrampicata sportiva e consapevoli della pericolosità insita nella pratica dell'alpinismo, intendono imparare ad affrontare itinerari di maggiore impegno. Il corso consisterà sia in lezioni teoriche che pratiche riguardanti la conoscenza dell'ambiente e dei pericoli ad esso connessi, l'uso dell'attrezzatura, la tecnica di progressione e di arrampicata e i comportamenti da tenere al fine di minimizzare il rischio di incidenti.

## DURATA DEL CORSO E SEDE DELLE LEZIONI

Il corso si terrà dal 16 aprile al 10 giugno 2018 e sarà articolato in:

**LEZIONI SERALI** che avranno inizio alle ore 20:30. Di queste, 8 lezioni teoriche si terranno presso la sede del CAI di Bolzano e 6 lezioni pratiche presso la palestra di roccia di viale Trieste (PRAC).

**LEZIONI PRATICHE IN MONTAGNA.** Il luogo o l'ora del ritrovo verranno comunicati dalla direzione del corso di volta in volta e gli spostamenti avverranno con mezzi propri.



## MATERIE TRATTATE

Il corso comprende:

lezioni **TEORICHE:**

GEOLOGIA, METEOROLOGIA, STORIA DELL'ALPINISMO, CATENA DI ASSICURAZIONE E MATERIALI, PERICOLI DELLA MONTAGNA, PRIMO SOCCORSO, PREPARAZIONE DI UNA SALITA, FLORA E FAUNA.

lezioni **PRATICHE:**

LEGATURA ALLA CORDA, ANCORAGGI, COSTRUZIONE DI UNA SOSTA, NODI DI ASSICURAZIONE E AUTOASSICURAZIONE, PROGRESSIONE IN CORDATA, CALATA IN CORDA DOPPIA, MANOVRE DI AUTOSOCCORSO E TECNICA D'ARRAMPICATA.

## EQUIPAGGIAMENTO INDIVIDUALE

Oltre ad un adeguato abbigliamento e alla consueta attrezzatura da montagna (scarpe, zaino ecc.) ogni allievo dovrà essere dotato del seguente equipaggiamento conforme alle normative e marcato CE

IMBRAGATURA BASSA

CASCO

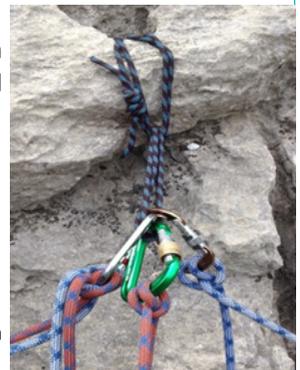
SCARPETTE D'ARRAMPICATA (misura comoda)

4 MOSCHETTONI A GHIERA (almeno 1 a base larga tipo HMS)

CORDINI (2 kevlar da ca. 1,5 m e uno spezzone di ½ corda da 3 m)

PIASTRINA GI-GI (in alternativa REVERSO; ATC GUIDE o simili)

Si consiglia di procedere all'acquisto del materiale dopo la lezione teorica introduttiva sui materiali ed equipaggiamento.



## DATA DI PRESENTAZIONE, APERTURA ISCRIZIONI E QUOTA

**Giovedì 22 marzo alle ore 20:30 presso la sede CAI di Bolzano** si terrà la serata informativa; la richiesta di partecipazione potrà essere presentata dopo tale data, in **occasione della serata informativa** stessa, **online** al sito [www.caibolzano.it](http://www.caibolzano.it), oppure **presso la segreteria** in Piazza Erbe 46 a Bolzano.

L'ammissione al corso verrà comunicata dopo mercoledì 11 aprile. Il corso partirà con un minimo di 8 fino ad un massimo di 14 allievi. L'ammissione al corso avverrà previa valutazione del Consiglio Direttivo della Scuola, sulla base della documentazione allegata alla domanda di partecipazione.

Le iscrizioni si apriranno il giorno martedì 22/03/2018 e si chiuderanno il 10/04/2018.

La quota di partecipazione è di:

240,00 € per i soci CAI;

190,00 € per soci studenti di età inferiore ai 27 anni.



## MODALITA' DI ISCRIZIONE

Al corso sono ammessi i soci CAI in regola con il bollino per l'anno in corso. Alla domanda di iscrizione vanno allegati:

- Breve relazione dell'attività alpinistica, arrampicatoria e sportiva pregressa (modello disponibile al sito [www.caibolzano.it](http://www.caibolzano.it))
- Fotografia formato tessera;
- Consenso dei genitori per gli allievi di età inferiore ai 18 anni (non saranno ammessi allievi di età inferiore ai 16 anni).

L'iscrizione si perfeziona con il pagamento della quota che deve avvenire entro lunedì 16 aprile.

La quota di iscrizione dà diritto all'utilizzo del materiale messo a disposizione dalla Scuola di Alpinismo, alla copertura assicurativa secondo la polizza CAI, all'attestato di frequenza (agli allievi che non saranno stati assenti a più di tre lezioni teoriche o pratiche). Sono esclusi i costi per i trasferimenti (da effettuarsi con mezzi propri), l'uso di funivie, il vitto e l'alloggio in caso di pernottamento.



N.B.: gli istruttori della Scuola di Alpinismo di Bolzano sono tutti titolati o qualificati dal CAI, operano in forma assolutamente volontaria; in ottemperanza alla Legge n. 6/89, e non percepiscono alcuna retribuzione per le attività svolte durante il corso.

SEZIONE DI BOLZANO  
DEL CLUB ALPINO ITALIANO  
Piazza delle Erbe 46  
39100 Bolzano  
Tel. 0471-978172  
lunedì—venerdì  
10:00—12:00 / 14:30—18:30



22 marzo	Giovedì	Serata informativa
16 aprile	Lunedì	Sede: Apertura Corso
02 maggio	Mercoledì	Prac
<b>06 maggio</b>	<b>Domenica</b>	<b>1° Uscita</b>
08 maggio	Martedì	Sede: Lezioni teoriche
09 maggio	Mercoledì	Prac
<b>13 maggio</b>	<b>Domenica</b>	<b>2° Uscita</b>
15 maggio	Martedì	Sede: Lezioni teoriche
16 maggio	Mercoledì	Prac
22 maggio	Martedì	Sede: Lezioni teoriche
23 maggio	Mercoledì	Prac
<b>26 maggio</b>	<b>Domenica</b>	<b>3° Uscita</b>
29 maggio	Martedì	Sede: Lezioni teoriche
30 maggio	Mercoledì	Prac
<b>03 giugno</b>	<b>Domenica</b>	<b>4° Uscita</b>
05 giugno	Martedì	Sede: Lezioni teoriche
06 giugno	Mercoledì	Prac
<b>09 giugno</b>	<b>Sabato</b>	<b>5° Uscita</b>
<b>10 giugno</b>	<b>Domenica</b>	<b>6° Uscita</b>

Le lezioni infrasettimanali si terranno presso la sede CAI di Bolzano e la Palestra di Roccia Artificiale in Viale Trieste (PRAC) e avranno inizio alle ore 20:30.

La direzione del corso ha la facoltà di modificare il presente programma o di sospendere/annullare una lezione, qualora le circostanze non permettessero il regolare svolgimento della stessa. Altresì la direzione del corso ha la facoltà di decidere la data dell'eventuale lezione di recupero.

La direzione del corso escluderà dalle lezioni gli allievi che non si atterranno alle disposizioni del direttore e dei suoi istruttori o il cui comportamento non sarà adeguato a criteri di diligenza o prudenza.

La direzione del corso può escludere dalla lezione gli allievi che si presentassero alla stessa:

- sprovvisti del necessario equipaggiamento o muniti di equipaggiamento non conforme alle regole di sicurezza individuale o di gruppo;
- in condizioni psicofisiche non idonee a garantire il regolare svolgimento dell'attività didattica.

Successivamente all'iscrizione e a corso iniziato, la rinuncia spontanea o l'esclusione dell'allievo dal percorso didattico non determina il diritto al rimborso della quota versata.

Per ogni ulteriore chiarimento è possibile rivolgersi alla direzione del corso:

Diego Andreasi (Direttore) 333 - 5784352 – [andreasi.diego@gmail.com](mailto:andreasi.diego@gmail.com)

Massimo Maceri (Vicedirettore)

Fiorella Marini e Flavia Vanzetta (Segretarie)