



# 18° CORSO DI ALPINISMO

15 lezioni teoriche  
2 lezioni indoor  
9 uscite in ambiente

Info presso la tua sezione e su:  
<http://www.scuolaalphard.it>  
[info@scuolaalpard.it](mailto:info@scuolaalpard.it)

**GIOVEDÌ 6 FEBBRAIO 2014**  
**PRESENTAZIONE**

**PRESSO LA SEDE CAI DI VALENZA**  
**(Giardini Aldo Moro - Valenza)**



# CLUB ALPINO ITALIANO



## SCUOLA INTERSEZIONALE DI ALPINISMO E SCIALPINISMO "ALPHARD"

### *"Art. 1 – Costituzione e finalità"*

1. Il Club alpino italiano (C.A.I.), fondato in Torino nell'anno 1863 per iniziativa di Quintino Sella, libera associazione nazionale, ha per **iscopo l'alpinismo in ogni sua manifestazione**, la conoscenza e lo studio delle montagne, specialmente di quelle italiane, e la difesa del loro ambiente naturale. "

### 18° CORSO DI ALPINISMO A1 – 2014 PROGRAMMA

Il Corso si propone i seguenti obiettivi:

- 1) **ACQUISIRE LE ABILITA' DI BASE RIGUARDANTI IL MOVIMENTO SU ROCCIA IN AMBIENTE DI FALESIA E LE NECESSARIE COGNIZIONI CULTURALI COMUNI ALLE VARIE DIVERSIFICAZIONI ARRAMPICATORIE.**
- 2) **ACQUISIRE LE NOZIONI FONDAMENTALI DI SICUREZZA RIGUARDANTI L'ARRAMPICATA MEDIA IN MONTAGNA SU ROCCIA, NEVE E GHIACCIO E LA PROGRESSIONE LUNGO VIE CLASSICHE.**

Esso dipende ed è organizzato con l'approvazione della Commissione Nazionale Scuole di Alpinismo e Scialpinismo.

GLI ISTRUTTORI DELLA SCUOLA "ALPHARD" SONO TUTTI ALPINISTI TITOLATI O QUALIFICATI DAL CAI E OPERANO IN FORMA ASSOLUTAMENTE VOLONTARISTICA;  
IN OTTEMPERANZA ALLA LEGGE 6/89, NON PERCEPISCONO ALCUNA RETRIBUZIONE PER LE ATTIVITÀ SVOLTE DURANTE IL CORSO.

**IL CORSO VERRÀ PRESENTATO GIOVEDÌ 06 FEBBRAIO 2014 PRESSO LA SEDE CAI DI VALENZA.**

Il corso è diviso in due Moduli:

**Il primo Modulo (Allegato A) comprende:**

- x Lezioni di carattere generale su contenuti riguardanti l'arrampicata;
- x Lezioni di cultura generale
- x Lezioni teorico-pratiche da svolgersi in ambiente indoor per lo sviluppo delle tecniche di movimento
- x Lezioni pratiche su roccia dedicate sia agli aspetti di sicurezza che di movimento

**Il secondo Modulo (Allegato B) comprende:**

- x Lezioni teoriche di tecnica dell'alpinismo e di cultura alpinistica;
- x Lezioni pratiche di alpinismo su roccia, neve e ghiaccio

**Le lezioni teoriche e teorico-pratiche** (16 nei due Moduli) saranno tenute dagli Istruttori della Scuola o da esperti esterni per tutto il periodo del Corso secondo un calendario dettagliato e definitivo che sarà reso noto il giorno di apertura del corso.

**Le lezioni pratiche** (4 nel primo Modulo e 5 nel secondo) si svolgeranno in apposite falesie ed in località di montagna.



# CLUB ALPINO ITALIANO



## SCUOLA INTERSEZIONALE DI ALPINISMO E SCIALPINISMO “ALPHARD”

---

---

Le lezioni saranno così divise:

**Primo Modulo (Allegato A):**

- a) Tecniche del movimento in ambiente indoor (due lezioni serali)
- b) Tecniche di assicurazione su monotiri attrezzati e discesa a corda doppia (una giornata)
- c) Tecniche individuali di movimento e progressione su roccia (tre giornate)

**Secondo Modulo (Allegato B):**

- d) Manovre di corda, tecniche di progressione, prove di caduta simulata e di autosoccorso su roccia e ghiaccio (una uscita di un giorno)
- e) Tecniche approfondite di assicurazione e di progressione su roccia e neve + salite alpinistiche sulle Alpi in media o alta quota (quattro uscite di due giorni)

**IL PRIMO MODULO È RIVOLTO ANCHE AD ALLIEVI/E CHE NON ABBIANO AVUTO ALCUNA PRECEDENTE ESPERIENZA DI ARRAMPICATA SU ROCCIA, TUTTAVIA È RICHIESTA UNA DISCRETA PREPARAZIONE ATLETICO-FISICA DI BASE.**

I due Moduli sono indipendenti e, dopo aver frequentato il primo, si potrà decidere di non proseguire.

Anche per le lezioni pratiche il calendario definitivo sarà reso noto il giorno di apertura del Corso.



# CLUB ALPINO ITALIANO



## SCUOLA INTERSEZIONALE DI ALPINISMO E SCIALPINISMO "ALPHARD"

### CONDIZIONI DI AMMISSIONE AL CORSO

- 1) La richiesta di iscrizione al Corso è aperta ai Soci del CAI di ogni Sezione, anche se nuovi iscritti, che abbiano compiuto i 16 anni di età.
- 2) Gli Allievi di età inferiore ai 18 anni dovranno presentare autorizzazione di entrambi i genitori o di chi ne fa le veci.
- 3) L'ammissione al Corso è subordinata all'idoneità fisica per lo svolgimento di attività alpinistica, esplicitamente dichiarata da un certificato medico.
- 4) **IL CORSO È A NUMERO CHIUSO. Saranno ammessi al primo modulo del corso non più di 30 allievi. Ogni sezione avrà un numero massimo di allievi "presentabili".**  
Segue tabella:

Sezione	Numero allievi
Acqui Terme	5
Alessandria	4
Casale	3
Novi L.	7
Ovada	3
San Salvatore M.to	2
Tortona	2
Valenza	4

Consigliamo dunque di compilare la domanda di iscrizione e consegnarla alla propria sede CAI. Durante la presentazione del corso si farà il punto della situazione e se ci saranno posti disponibili ci si potrà iscrivere. **Saranno poi ammessi al secondo modulo del corso, gli allievi che supereranno la verifica e comunque in numero non superiore ai 15.**

- 5) La Scuola di Alpinismo e Scialpinismo ALPHARD declina ogni responsabilità per eventuali incidenti che potessero accadere durante lo svolgimento della sua attività.

Tuttavia essa provvederà ad assicurare contro gli infortuni i partecipanti al Corso (Tirocinanti, Istruttori Sezionali e Allievi) secondo le modalità indicate dalla Commissione Nazionale Scuole di Alpinismo e Scialpinismo.

**Per motivi organizzativi le iscrizioni si chiuderanno entro e non oltre il 6 febbraio 2014 per la prima parte e il 8 maggio 2014 per la seconda parte.**

Le lezioni teoriche si terranno indicativamente presso le Sedi del CAI secondo il calendario indicato nell'Allegato A (le sedi delle lezioni teoriche verranno comunicate).



# CLUB ALPINO ITALIANO



## SCUOLA INTERSEZIONALE DI ALPINISMO E SCIALPINISMO "ALPHARD"

### QUOTA DI ISCRIZIONE

La quota di iscrizione è di:

**Euro 200,00** per il Corso completo, in una unica soluzione

Oppure:

- **Euro 110,00** per la prima parte (Modulo di arrampicata);
- **Euro 110,00** per la seconda parte (Modulo alpinistico).

e dovrà essere versata secondo la seguente modalità:

- **Euro 50,00** quale caparra all'atto dell'iscrizione
- **Il saldo entro la prima lezione teorica**

La quota comprende:

- Spese generali (stampa, organizzazione, ecc.);
- uso del materiale della scuola (corde, rinvii, martelli, chiodi da roccia e da ghiaccio) esclusa "l'attrezzatura individuale";
- assicurazione infortuni;
- volume tecnico ed. CAI;
- eventuali dispense fotocopiate.

Essa **NON** comprende:

- Le spese di viaggio;
- le spese di vitto e alloggio nelle uscite di più di un giorno;
- i materiali obbligatori e l'attrezzatura individuale (vedi tabella a pagina 5)

### MODALITÀ DI ISCRIZIONE

L'aspirante allievo che vuole iscriversi al corso deve:

1. Procurarsi il modulo d'iscrizione (disponibile presso la propria sede CAI o nella sezione "Download" del sito della scuola - <http://www.scuolaalphard.it> » Didattica » Download » Modulistica » Corsi).
2. Compilare il suddetto in ogni sua parte.
3. Rinnovare l'iscrizione al CAI richiedendo "l'integrazione per l'aumento dei massimali assicurativi" (**OBBLIGATORIO PER FREQUENTARE IL CORSO!!**).
4. Richiedere al segretario della propria sezione CAI il "codice CAI" (**ATTENZIONE: il "codice CAI" non è il numero sulla tessera**).
5. Richiedere al proprio medico il certificato di sana e robusta costituzione.
6. **Consegnare il tutto con la caparra (Euro 50,00) alla segreteria della propria sezione CAI. Il segretario o l'addetto in sezione apporrà timbro, firma e data della pre-iscrizione.**

**LA PREISCRIZIONE È RITENUTA VALIDA SOLTANTO QUANDO TUTTI I PUNTI DESCRITTI SARANNO ASSOLTI.**



# CLUB ALPINO ITALIANO



## SCUOLA INTERSEZIONALE DI ALPINISMO E SCIALPINISMO "ALPHARD"

### MATERIALI OBBLIGATORI (consigli per gli acquisti alla prima lezione teorica)

Materiali obbligatori	Attrezzatura individuale	
<ul style="list-style-type: none"><li>• Quattro (4) moschettoni a ghiera a base larga;</li><li>• placchetta Gi-Gi e Tuber;</li><li>• due anelli di cordino in kevlar (uno di lunghezza 1,5 m e uno di lunghezza 3,0 m)</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Abbigliamento idoneo secondo le uscite;</li><li>• imbragatura bassa;</li><li>• casco;</li><li>• pedule di arrampicata;</li></ul>	<b>Prima Parte</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>• altri due anelli di cordino di kevlar (uno di lunghezza 1,5m e uno di lunghezza 3,0m)</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Abbigliamento idoneo secondo le uscite;</li><li>• scarponi rigidi adeguati ed in buono stato;</li><li>• piccozza e ramponi classici (<u>chiedere disponibilità alla propria Sezione CAI</u>)</li></ul>	<b>Seconda Parte</b>

**EVENTUALI ALTRE INFORMAZIONI DI CARATTERE GENERALE VERRANNO DATE ALL'ATTO DELL'APERTURA DEL CORSO O DURANTE IL SUO SVOLGIMENTO.**

Qualora, a causa di eventi climatici sfavorevoli, si dovessero annullare delle uscite, se ne recupererà UNA sola per ogni modulo in data da stabilire. Per il solo primo modulo sarà anche possibile anticipare UNA sola uscita al sabato precedente.

**N.B. Durante i Moduli potranno essere apportate variazioni al programma descritto.**

IL DIRETTORE DEL CORSO  
(I.A. VIOLLO Giorgio)

IL DIRETTORE DELLA SCUOLA  
(I.N.A. GHIGLIONE Gianni - C.A.A.I.)



# CLUB ALPINO ITALIANO



## SCUOLA INTERSEZIONALE DI ALPINISMO E SCIALPINISMO "ALPHARD"

### ALLEGATO A (PRIMO MODULO)

#### PARTE TEORICA

DATA (ore 21:00 precise)	ARGOMENTO	RELATORE
06 febbraio	Presentazione del Corso Equipaggiamento personale e Materiali	I.N.A. GHIGLIONE GHIGLIONE
13 febbraio	Tecnica di Movimento	ISTRUTTORI SCUOLA
20 febbraio		
27 febbraio	Allenamento - Pratica sui nodi	I.N.A.L. RIVARA
06 marzo	La Scala delle Difficoltà	I.N.A. GHIGLIONE
13 marzo	Alimentazione dei climbers	Dr. REPETTO
20 marzo	Medicina e Primo Soccorso (BLS)	Dr. BRUSCHI
27 marzo	Meteorologia	I.S.A. MANDIROLA

Le lezioni teoriche avranno una durata media di 60 minuti. Seguirà discussione.  
Le Sedi verranno comunicate di volta in volta

#### PARTE PRATICA

DATA (ora da stabilire)	ARGOMENTI TRATTATI	LOCALITÀ (IPOTETICA)
02 marzo	Tecnica di Assicurazione Nodi Progressione Discesa a Corda doppia	Falesia di Fondovalle (da definire)
16 marzo	Movimento su Roccia Posizione Base	Falesia di Fondovalle (da definire)
30 marzo	Movimento su Roccia Posizione Laterale Progressione da Primo di Cordata (eventuale)	Falesia di Fondovalle (da definire)
06 aprile	<b>Recupero (se necessario)</b>	
13 aprile	Ripasso e verifica grado di apprendimento Progressione da Primo di Cordata (eventuale)	Falesia di Fondovalle (da definire)



# CLUB ALPINO ITALIANO



## SCUOLA INTERSEZIONALE DI ALPINISMO E SCIALPINISMO "ALPHARD"

### ALLEGATO B (SECONDO MODULO)

#### PARTE TEORICA

DATA (ore 21:00 precise)	ARGOMENTO	RELATORE
08 maggio	Ripasso sulle tecniche di movimento Proiezione Film Alpinistico	ISTRUTTORI SCUOLA
15 maggio	"L'assicurazione: classica e ventrale"	I.N.A. GHIGLIONE
22 maggio	Tecnica di Ghiaccio	I.N.A.G. BERCHI
29 maggio	Preparazione e condotta di una salita Valutazione dei pericoli in montagna	I.A. ESPOSTO
05 giugno	Topografia ed Orientamento	I.S.A. MANDIROLA
12 giugno	Geologia e Geomorfologia delle Alpi	Dr. PONTA
19 giugno	Nivologia	I.S.A. BRIATA

Le lezioni teoriche avranno una durata media di 60 minuti. Seguirà discussione.  
Le Sedi verranno comunicate di volta in volta

#### PARTE PRATICA

DATA (ora da stabilire)	ARGOMENTI TRATTATI	LOCALITÀ (IPOTETICA)
10 maggio	Tecniche di assicurazione Prove di caduta Manovre elementari di roccia, neve e ghiaccio	GUARDAMONTE
18 maggio (partenza 17 maggio)	Tecnica individuale su neve e ghiaccio Tecnica di progressione della cordata (2-3 elementi)	LOCALITÀ DI MONTAGNA
25 maggio	<b>Eventuale recupero</b>	
08 giugno (partenza 07 giugno)	Tecnica individuale su roccia Salita classica su roccia	LOCALITÀ DI MONTAGNA
22 giugno (partenza 21 giugno)	Salita classica su roccia in ambiente di alta montagna	LOCALITÀ DI MONTAGNA
06 luglio (partenza 05 luglio)	Salita classica su neve, ghiaccio e misto in ambiente di alta montagna	LOCALITÀ DI MONTAGNA

**LE USCITE SI INTENDONO DI DUE GIORNI COMPLETI. SI RICHIEDE ALL'ALLIEVO IL MASSIMO DELLA DISPONIBILITÀ E DELLA PARTECIPAZIONE.**





# ALPHARD

Scuola di Alpinismo e Scialpinismo

**2014**

**DOMANDA DI ISCRIZIONE**

n.

COGNOME E NOME

Il/La sottoscritto/a

INDIRIZZO: VIA E N. CIVICO

abitante a :

CITTA' O COMUNE

CAP

anno di iscrizione al C.A.I.

sezione

Codice fiscale

data di nascita

Sesso

professione

telefono

indirizzo email

**CHIEDE DI ESSERE AMMESSO A PARTECIPARE AL  
18° CORSO BASE DI ALPINISMO (A1)  
e dichiara**

in relazione alla sua partecipazione al Corso:

- di accettare integralmente il regolamento del Corso e tutte le condizioni richieste al momento dell'iscrizione;
- di esonerare il C.A.I. Sezione di appartenenza, la Scuola e gli Istruttori incaricati, da ogni e qualsiasi responsabilità per infortuni e/o incidenti che dovessero accadergli durante lo svolgimento del Corso;
- di accettare che le lezioni teoriche si tengano alternativamente presso le Sezioni C.A.I. aderenti alla Scuola
- di aver aderito all'integrazione dell'assicurazione (all'atto del rinnovo del bollino sociale) .

Attività sociale svolta \_\_\_\_\_

data \_\_\_\_\_ Firma del richiedente \_\_\_\_\_

Firma di chi esercita la patria potestà \_\_\_\_\_

**Sezione riservata al segretario/addetto sezionale**

Quota versata il \_\_\_\_\_ Visto del Presidente della Sezione di \_\_\_\_\_

**Alla presente domanda devono essere allegati:**

**Certificato medico di idoneità,**

**Copia dell'integrazione dell'assicurazione, rilasciata dalla Sezione di appartenenza al rinnovo del bollino,**

**Euro 50,00 quale anticipo della quota di iscrizione.**

**Si concede il consenso al trattamento dei dati forniti di cui alla legge 196/2003**