

38° CORSO DI SCIALPINISMO E SNOWBOARD ALPINISMO (SA1) - 2024

Direttore:	Arianna Cita
Segretario:	Marco Knezevich
IL CORSO:	Per partecipare al corso è richiesta una buona preparazione fisica ed una buona tecnica sciistica. Lo svolgimento del corso è subordinato al raggiungimento di un numero minimo di partecipanti.

ISCRIZIONI:

La quota di partecipazione è di **250€** e verrà richiesta una caparra di **50€**.

Per i pagamenti è possibile effettuare bonifico bancario su conto corrente con IBAN IT78N0548464110CC0321000275 utilizzando a seconda dei casi la causale "caparra corso SA1 2024" oppure "saldo corso SA1 2024".

Entro la lezione di presentazione del corso verrà richiesto il saldo della quota.

Qualora gli istruttori, al termine della prima uscita pratica, valutino l'allievo non idoneo alla frequentazione del corso, la quota di iscrizione verrà restituita.

A carico di ciascun allievo sono inoltre, le spese di soggiorno, di trasferimento, eventuali impianti di risalita e skipass.

Le iscrizioni, limitate ai posti disponibili, si effettuano contattando il segretario del corso alla seguente mail: **corso.sa1.caiciviale@gmail.com**

EQUIPAGGIAMENTO:

Nel corso della prima lezione teorica verranno fornite indicazioni e consigli per l'acquisto dei materiali individuali necessari allo svolgimento del corso.

Indicativamente la dotazione standard richiesta contempla: Sci con attacchi da scialpinismo, pelli tessil-foca, scarponi da scialpinismo, ramponi tipo "Rampant", zaino di media capacità con laccioli porta sci ed abbigliamento idoneo.

Durante il corso è obbligatorio l'uso dell' ARTVA, Pala e Sonda (APS) che potranno essere noleggiati al prezzo di 50,00 €.

LEZIONI TEORICHE <i>Presso la sede CAI Cividale - ore 20,45</i>	LEZIONI PRATICHE <i>Gli orari e le località indicate potranno subire delle variazioni per cause contingenti.</i>
18 Gennaio – giovedì Presentazione del corso Informativa relativa all'accettazione del rischio connesso all'attività alpinistica Materiale tecnico individuale	
01 febbraio - Giovedì ARTVA base - TEORIA	01 febbraio - Giovedì ARTVA base - ESERCITAZIONE serale
	03 febbraio - Sabato compensorio sciistico Tecnica di discesa in pista e fuoripista Scelta della traccia di discesa
08 febbraio- Giovedì Autosoccorso	
	10 febbraio - Sabato Equipaggiamento individuale Tecnica di salita Uso base ARTVA
15 febbraio - Giovedì Formazione del manto nevoso e delle valanghe	
	17 febbraio – sabato Circuito con stazioni 18 febbraio – domenica Salita nel compensorio del gruppo del Montasio o Canin/verifica apprendimento
22 febbraio - Giovedì Topografia: lettura di una carta e schizzo di rotta	
	24 febbraio - Sabato Topografia sul campo / Scelta della traccia di salita
29 febbraio- Giovedì Bollettino nivo-meteorologico	

<p>02 marzo – sabato (in serata) Pianificazione di una gita</p>	<p>02 marzo - sabato Dimostrazioni esami pratici di valutazione del manto nevoso 03 marzo – domenica Ricerca organizzata con APS Sondaggio sistematico Risalita/discesa in ambiente</p>
<p>21 novembre - Giovedì Serata culturale “Emanuele Cargnello” + consegna diplomi</p>	