



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



Corso di Alpinismo di base A1 2023

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 teoriche in aula ed uscite pratiche in ambiente, delle nozioni e delle tecniche di base per poter svolgere con consapevolezza le seguenti attività: arrampicata su roccia di II e III grado con eventuali passaggi di IV grado UIAA, frequentazione di pendii ripidi innevati, attraversamento di ghiacciai oppure di tratti con neve compatta, salite in alta montagna lungo vie normali di roccia e terreno misto con difficoltà medio/basse, realizzazione di semplici manovre di autosoccorso.

**La serata di presentazione del corso si terrà il
13 Gennaio 2023 alle ore 21:00
presso la sede operativa del CAI di Lucca in Via dei Bichi 18**

REGOLAMENTO

1. Il corso è rivolto a soci CAI in regola con l'iscrizione per l'anno 2023 che abbiano compiuto 18 anni alla data di inizio del corso. **Sono disponibili 12 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 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 montagna. Entrambi i moduli si svolgeranno in Apuane e/o Appennino. Saranno altresì affrontati argomenti quale l'autosoccorso della cordata, l'ordinamento del CAI, la storia dell'Alpinismo.

3. Per iscriversi al corso è necessario compilare il questionario **ONLINE** che si trova trova all'indirizzo indicato sul sito della scuola e/o della sezione. Solo in caso di partecipazione sarà necessario scaricare e compilare la Domanda di Iscrizione e la Tutela dei dati personali, che unitamente ad una fototessera, dovranno essere consegnati in occasione della prima lezione.



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



4. L'ammissione al corso sarà decisa dal direttivo del corso , sulla base delle informazioni fornite con il questionario informativo e da quanto emerso in occasione della serata di presentazione. **Il giudizio del direttivo è definitivo e insindacabile , non saranno comunicate le motivazioni di una eventuale esclusione.** Chiediamo la massima comprensione , in quanto il numero di domande è sempre molto maggiore dei posti disponibili e scegliere è sempre difficile. **L'esito della domanda sarà comunicato agli interessati , a mezzo email , entro le ore 20:00 del 20/01/2023 .**

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

E' necessario presentare, entro il 27 Gennaio 2023 , un certificato medico di idoneità alla pratica di attività sportiva non agonistica, in mancanza non sarà possibile partecipare alle uscite in ambiente.

6. **La quota di iscrizione al corso** è fissata in **euro 300,00** e dovrà essere versata entro il 27 Gennaio 2023 sul c/c che verrà indicato , pena l'esclusione dal corso.

7. **La quota di iscrizione** dà diritto alla frequentazione del corso ed alla fornitura di un kit composto da N°3 moschettoni a ghiera – N°1 piastrina GiGi - N°1 cordino in kevlar mt 1,20 – N°1 cordino in kevlar mt 3,5 – N°1 spezzone di ½ corda dinamica mt 3,50 oltre ad eventuale materiale didattico. Eventuali spese per spostamenti, impianti di risalita , pernottamenti in rifugi o altra struttura , sono a carico dei partecipanti.

8. Ogni partecipante dovrà essere munito di scarponi da ghiaccio, casco, imbrago ramponi piccozza artva pala sonda ed abbigliamento idoneo all'attività che si andrà a fare. Tutto il materiale deve essere a norma CE e in buono stato di conservazione. A chi ne è sprovvisto , per le uscite su neve/ghiaccio , siamo in grado di fornire gratuitamente **ramponi** e **piccozza** , mentre **artva+pala+sonda** possono essere noleggiati al costo di € 10,00.

9. 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.

10. L'allievo/a 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.



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



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

12. Poiché le lezioni teoriche sono propedeutiche alle uscite pratiche , per partecipare all'uscita del 29 Gennaio è necessario aver partecipato alle due lezioni teoriche del 25 e 27 Gennaio. Mentre per poter partecipare all'uscita del 5 Febbraio è necessario aver partecipato alla lezione del 3 Febbraio o dimostrare di aver padronanza della tecnica di discesa in corda doppia.

13. E' possibile ritirarsi dal corso , ottenendo il rimborso totale di quanto versato , entro il termine della seconda lezione teorica. Se il candidato si ritira al termine della prima uscita pratica , otterrà un rimborso del 50% di quanto versato. Ritirandosi successivamente non avrà diritto ad alcun rimborso.

14. Al termine del corso , in occasione della cena finale , verrà consegnato ad ogni partecipante un “attestato di partecipazione” , per ottenerlo è necessario aver partecipato ad almeno **8 lezioni pratiche , 4 uscite della parte roccia e 4 giorni della parte neve/ghiaccio.**

15. 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**

Per informazioni e chiarimenti inviare una e-mail all'indirizzo:

corsoalpinismoA1@gmail.com , oppure , per comunicazioni urgenti contattare:

Fabrizio Sargenti

Direttore

320057734

Pietro Del Frate

Vice Direttore

3483940050

Dario Ameruso

Segretario

3208883013

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.