



CAI
NEMBRO



FERRUCCIO CARRARA - 2023 - 20' CORSO BASE - A1

ALPINISMO

DIRETTORE DEL CORSO **STEFANO SAVOLDELLI** - I.S.A.
VICE DIRETTORE **LUCA CORTINOVIS** - I.S.

La quota di iscrizione da debito: assicurazione contro infortuni durante svolgimento delle lezioni pratiche dell'uso dei materiali alpinistico comune della scuola; attestato di partecipazione al corso; ritiro del manuale "Alpinismo su Ghiaccio e Misto"

Sono esclusi dalla quota: le spese di vitto, di alloggio e di viaggio, quant'altro non compreso nella voce.

È richiesta l'iscrizione al CAI

La domanda di iscrizione deve essere corredata da un **CERTIFICATO MEDICO** di idoneità alla pratica sportiva NON agonistica con ECG.

Il Direttore del corso si riserva di accettare le iscrizioni e di escludere quegli elementi che risultassero non idonei o indisciplinati. E' richiesta una **ADEGUATA PREPARAZIONE FISICA**

L'EQUIPAGGIAMENTO NECESSARIO E IL REGOLAMENTO DETTAGLIATO DEL CORSO SONO PUBBLICATI SUL NOSTRO SITO: www.cainembro.it/attività

Giovedì 4 Maggio - *Teorica* - Presentazione corso - materiali

Martedì 09 Maggio - *Teorica* - Regolazione materiali ed equipaggiamento

Giovedì 11 Maggio - *Teorica* - Nodi di cordata - legatura - preparazione soste

Sabato 13 Maggio - *Pratica* - Cornagera - Nodi, ancoraggi, movimenti e progressione

Domenica 14 Maggio - *Pratica* - Cresta di Gaino - progressione

Giovedì 18 Maggio - *Teorica* - Catena di sicurezza

Sabato/Domenica 27- 28 Maggio - *Pratica* - Rif Calvi - salita in ambiente

Giovedì 8 Giugno - *Teorica* - Cartografia - orientamento

Sabato/Domenica 10 - 11 Giugno - *Pratica* - Ferrata - salita in ambiente

Giovedì 15 Giugno - *Teorica* - Storia dell'Alpinismo

Giovedì 22 Giugno - *Teorica* - Preparazione di una salita

Sabato/Domenica 24 - 25 Giugno - *Pratica* - Rif Denza - tecnica di Ghiaccio - primo soccorso - salita in ambiente

Quota di iscrizione
€ 220.00



CLUB ALPINO ITALIANO SEZIONE DI BERGAMO
SOTTOSEZIONE L. PELLICOLI - C. NEMBRINI
VIA GAVARNO 79 - 24027 NEMBRO
Sede aperta il Martedì e Venerdì 20.30 - 22.30
WWW.CAINEMBRO.IT infocai@cainembro.it

APERTURA ISCRIZIONI
Martedì 11 aprile h 20,30

POSTI DISPONIBILI
12 (di cui 6 under 25)