



Scuola Bepi Piazzoli 48° Corso Base SFE

Lo sci fondo-escursionismo è una disciplina che si prefigge di effettuare escursioni su percorsi caratterizzati da contenuti dislivelli tipo traversate, utilizzando le tecniche proprie dello sci di fondo e della discesa

LEZIONI TEORICHE (Palamonti ore 20.45) E PRATICHE A SECCO:

- giovedì 14 novembre equipaggiamento- attrezzatura
- mercoledì 20 novembre allenamento – alimentazione
- domenica 24 novembre (mattino) escursione a squadre
- giovedì 28 novembre orientamento
- domenica 01 dicembre (mattino) prova di orientamento (mezzi propri)
- mercoledì 04 dicembre sciolinatura teorica e pratica
- giovedì 12 dicembre neve e valanghe - autosoccorso

LEZIONI PRATICHE SU NEVE in bus organizzato con partenza dal parcheggio del Palamonti alle 6.30. Le lezioni della durata di circa 3 ore si svolgeranno, in collaborazione con la Commissione SFE, su tracciati di località svizzere e/o italiane con il seguente calendario:

Domenica 8 -15 – 22 - dicembre 2024 - domenica 05 – 12 gennaio 2025

Chiusura del corso mercoledì 29 gennaio 2025 con consegna degli attestati.

La partecipazione richiede una minima condizione di allenamento per le uscite in ambiente montano

Iscrizioni: si apriranno al Palamonti **mercoledì 30 Ottobre** per i soci, da **sabato 2 Novembre** anche per i non soci con possibilità di tesseramento 2025. Le iscrizioni si chiuderanno a esaurimento dei posti disponibili.

Possono iscriversi **SOLO i soci CAI** maggiori di 14 anni - minorenni solo se accompagnati - dietro presentazione di:

- **Certificato di idoneità** alla pratica di attività ludico motoria o sportiva non agonistica
- Domanda d'iscrizione debitamente compilata e firmata disponibile in segreteria e sul sito
- 1 fotografia formato tessera
- Versamento dell'intera quota d'iscrizione di € 240.

Sulla determinazione della quota d'iscrizione non incide l'attività didattica, la quale viene prestata dagli Istruttori a titolo gratuito, nello spirito del Club Alpino Italiano

L'iscrizione comporta l'accettazione integrale del regolamento consultabile sul sito www.caibergamo.it/scuola/scuola-di-sci-fondo-escursionismo-cai-bergamo

mail: roberto.bonetti@caibergamo.it

Noleggio : compatibilmente con la disponibilità della Scuola e con le proprie caratteristiche fisiche, sarà possibile noleggiare l'intera attrezzatura (sci-scarpe-bastoncini) per la durata del corso o per tutta la stagione.



Sede della Sezione di Bergamo del Club Alpino Italiano Via Pizzo della Presolana, 15 – BERGAMO
Tel. 035.4175475 – www.caibergamo.it

Orari di Segreteria: Lun Mar Mer Ven 14.00- 18.30 Gio 14.00-20-30 Sab 9.30-13.00 14.00-18-30



Sci Fondo Escursionismo 2024-2025

Serata di presentazione Corso ed Escursioni
mercoledì 23 ottobre 2024
ore 21.00 Palamonti



Stagione 2024 - 2025

Dicembre 2024
08-15-22

Gennaio 2025
05-12-19-26

Febbraio 2025
02-09-16-23

Marzo 2025
02-09-16

Uscite concomitanti con il Corso Base



Engadina (CH)



Riale (VB)



Passo Vezzena (TN)



Alpe di Siusi (BZ)



Brusson (AO)



Passo Coe (TN)

Dobbiaco(BZ) settimana bianca



Da sabato 1
a sabato 8 Febbraio



Altopiano
di Asiago (VI)



Lavazé (TN)



Monte Bondone (TN)



Cogne (AO)



Rhêmes Notre Dame (AO)

La meta, tra quelle indicate, verrà decisa in funzione dell'innevamento al momento dell'apertura delle iscrizioni

**Quota di partecipazione: Soci CAI 30 € Non soci 35 €
Possibilità di abbonamento solo per le 5 uscite abbinata al corso Soci CAI 140€ (non recuperabili)**