

Corso base di Alpinismo – A1

Periodo: da gennaio a luglio 2018

Quota di iscrizione: 280 €

Direttore: M. Andreina Castello

Vicedirettori: Claudio Ingravallo, Paolo Vergani

Programma Corso Base di Alpinismo (A1):

18.01.2018	Introduzione e Materiali
25.01.2018	Nodi 1
01.02.2018	Nodi 2
08.02.2018	Tecnica Individuale e Manovre di base 1 (In Palestra Indoor)
15.02.2018	Tecnica Individuale e Manovre di base 2 (In Palestra Indoor)
18.02.2018	Uscita Roccia Base
22.02.2018	Il CAI – Chiamata dei Soccorsi
(25.02.2018	Eventuale Recupero Uscita)
01.03.2018	Neve e Ghiaccio 1
04.03.2018	Uscita Neve Base
08.03.2018	Pericoli In Montagna
(11.03.2018	Eventuale Recupero Uscita)
15.03.2018	Roccia 1
18.03.2018	Uscita Roccia - Vie di più tiri
22.03.2018	Topografia e Orientamento
25.03.2018	Eventuale Recupero Uscita)
12.04.2018	Roccia 2
15.04.2018	Uscita Roccia - Vie di più tiri
19.04.2018	Storia dell'alpinismo
(22.04.2018	Eventuale Recupero Uscita)
(10.05.2018	Eventuale Recupero lezione teorica o Legature per progressione su neve)
17.05.2018	Neve e ghiaccio 2
(18 -) 19 - 20.05.2018	Uscita Canalini di neve
24.05.2018	Insidie dell'ambiente Innevato
((25 -) 26 - 27.05.2018	Eventuale Recupero Uscita)
14.06.2018	Preparazione e condotta di una salita
16 - 17.06.2018	Uscita Roccia - Vie di più Tiri in Media Montagna
21.06.2018	Medicina In Montagna e Allenamento
23 - 24.06.2018	Eventuale Recupero Uscita
28.06.2018	Legature e Progressione su Ghiacciaio
31.06 – 01-02.07.2018	Uscita Alta Montagna
05.07.2018	Serata Conclusiva e Cena di Fine Corso
(07 - 08.07.2018	Eventuale Recupero Uscita)
(12.07.2018	Eventuale Posticipo Cena Di Fine Corso)

Le date, le mete e gli argomenti qui illustrati potranno subire piccole variazioni a discrezione della Scuola.