

Requisiti di ammissione

E' richiesta un minimo di capacità sciatoria tale da consentire sufficiente padronanza nella discesa fuori pista (verifica la prima uscita del corso su pista) adeguata preparazione fisica. Il corso è aperto a persone di ambo i sessi con età compresa tra i 18 e i 65 anni, iscritte al Club Alpino Italiano.

Presentazione del certificato medico attestante l'idoneità a frequentare attività sportiva non agonistica.

Essere tesserato CAI in regola con il bollino in corso. Per essere ammessi al corso occorre presentare apposita domanda, la quale resta subordinata alla verifica del possesso dei requisiti minimi richiesti, così come risultanti dalla dichiarazione nella stessa contenuta.

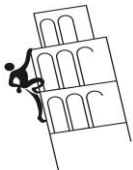
Quota di partecipazione

La quota d'iscrizione è stabilita in € 250,00. Eventuale attrezzatura sci alpinistica sarà fornita alla quota di € 50,00, se disponibile.

Restano escluse da detta quota le spese di vitto e alloggio e di trasferimento con mezzi propri

Variazioni di programma

Il programma potrà subire variazioni a causa delle condi meteo. Sarà cura dell'organico istruttori comunicare tempestivamente tali Variazioni.



Numeri utili

Info per PISA:

www.caipisa.it

Nunzio Formisano - direttore Pisa 333-4397045 magnesitedue@yahoo.it

Erica delle Selve vice direttore Pisa 333-1866479 ericadelleselve@gmail.com

Ceccarelli Marco - segretario Pisa 339-7878369 marco.ceccarelli@toscana-aeroporti.com

Info per LUCCA, PISTOIA, PONTEDERA, SIENA:

www.cailucca.it

Henri Avancini - direttore Lucca 329-0612846 henri.avancini@gmail.com

Emanuele Barsottini vice direttore Lucca 348-6702918 emanuele.barsottini@aliceposta.it

Roberto Cagnacci - segretario Lucca 339-8812397 robertocag9@yahoo.it

info

Le attività didattiche sono condotte dall'organico dalla Scuola, costituito da Istruttori del C.A.I. all'uopo qualificati e riconosciuti da leggi nazionali, coordinati da un Direttore parimenti qualificato. Ogni allievo/a, all'atto dell'ammissione, s'impegna ad osservare, durante lo svolgimento delle lezioni o delle esercitazioni in programma, stretta attinenza disciplinare alle disposizioni impartite dagli istruttori.

Agevolazioni giovani

Le Sezioni del CAI di Pisa e Lucca intendono favorire la frequentazione della montagna, da parte di tanti, dei giovani in particolare, nel rispetto dei principi Fondamentali del CAI:

esplorazione, conoscenza, cultura e sicurezza.

Per perseguire tale scopo è prevista una riduzione del 50% del costo di iscrizione

Per i ragazzi con età al di sotto dei 26 anni. Per maggiori dettagli si rimanda alla presentazione del corso.

Descrizione del corso

Il corso SA1 è un corso di livello base rivolto a tutti coloro che per la prima volta affrontano la montagna invernale per praticare l'attività sci alpinistica. I partecipanti non hanno in genere esperienza di montagna né estiva né invernale, provengono dallo sci di pista e sono dotati di sufficienti abilità sciatorie.

Il corso prevede l'insegnamento, attraverso lezioni sia teoriche che pratiche, ed uscite sul terreno, delle nozioni fondamentali per poter svolgere con ragionevole sicurezza l'attività sci alpinistica su itinerari non impegnativi. Particolare attenzione sarà dedicata alle tematiche relative alla montagna invernale e alla prevenzione del pericolo valanghe: cartografia e orientamento, neve e valanghe, lettura dei bollettini meteo dei bollettini valanghe e autosoccorso con ARTVA.

Programma

Apertura iscrizioni 15-12-2018 chiusura iscrizioni 10-1-2019

Presentazione del corso giovedì 10-01-2019 ore 21,00 sede CAI Pisa e sede CAI Lucca

Lezioni teoriche:

(per orario lezioni Pisa: www.caipisa.it)

- 1) Materiali ed equipaggiamenti Lucca Gio. 17-1-19
- 2) Artva principi di funzionamento Lucca Gio. 31-1-19
- 4) Neve e valanghe Lucca Gio. 7-2-19
- 3) Topografia e orientamento Lucca Gio. 14-2-19
- 5) Preparazione e conduzione di una gita Lucca Gio. 21-2-19
- 6) Preparazione fisica e alimentazione Lucca Gio. 28-2-19
- 7) Bollettino nivo meteo Lucca Gio. 7-3-19
- 8) Chiamata soccorso elementi di primo soccorso Lucca Gio. 14-3-19
- 9) Incontro preparazione gita finale Lucca Gio. 21-3-19
- 10-11) Storia dello sci alpinismo-T.A.M.-statuto del C.A.I. (le lezioni si terranno in rifugio)

lezioni pratiche:

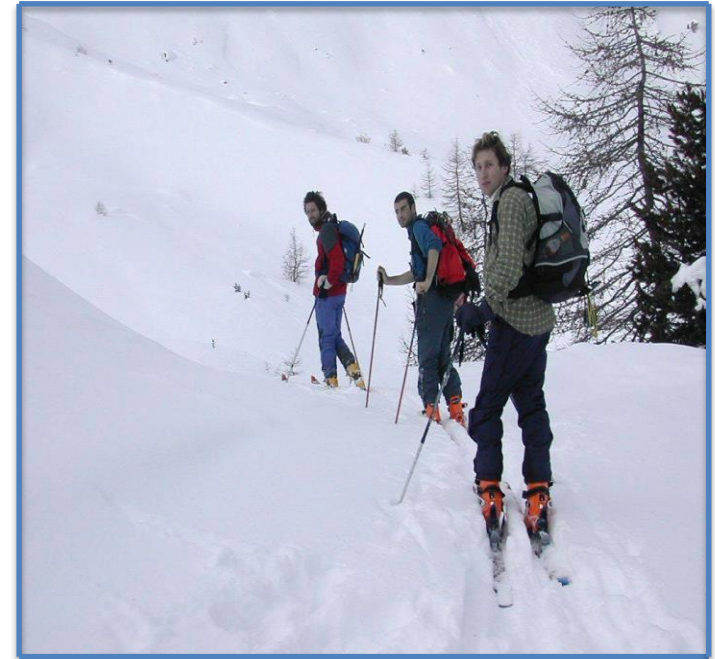
- 1) Abetone - impianti sciistici, verifica tecnica sciistica/tecnica di progressione e di orientamento. Ricerca con ARTVA. 2/3-2-2019 Pisa e Lucca
- 2) Appennino toscano emiliano lago Santo Parmense artva/tecnica di progressione e discesa 17-2-2019 Lucca - 23/24-2-2019 Pisa
- 3) Appennino toscano emiliano Monte Cimone autosoccorso in valanga 2-3/3-2019 Lucca - 3-3-2019 Pisa
- 4) Appennino toscano emiliano Monte Bragalata-Sillara conduzione di una gita/tecnica di salita e discesa 17/3-2019 Pisa e Lucca
- 5) uscita finale Valle d'Aosta studio del manto nevoso/orientamento 22/23/24-3-2019 Pisa e Lucca



Club Alpino Italiano

Scuole di Alpinismo Sci Alpinismo e
Arrampicata libera di Pisa e Lucca

Sezioni CAI Pisa, Lucca, Pistoia, Pontedera e Siena



Corso SA1 Sci Alpinismo di base Gennaio/Marzo 2019

Presentazione 10-01-2019

sede C.A.I. Pisa via Fiorentina 167 (Pisa)
sede C.A.I. Lucca via dei Bichi 18 (Lucca)