



2021 INVERNO

Scuola di Alpinismo | Scialpinismo | Arrampicata libera | VALLE SERIANA

www.scuolavalleseriana.com

scuolacaivalleseriana@gmail.com

ISCRIZIONI E PARTECIPAZIONE

APERTURA ISCRIZIONI: venerdì 20 novembre 2020

Le iscrizioni verranno accettate solo se accompagnate dalla quota di rimborso spese e dai documenti sotto indicati e si ricevono presso le segreterie delle sezioni o sottosezioni C.A.I. facenti parte della scuola, fino ad esaurimento posti disponibili (non si accettano prenotazioni telefoniche).

All'atto dell'iscrizione verrà data la priorità a chi non ha mai partecipato a corsi precedenti e in base alla data di compilazione del modulo.

E' necessario presentarsi con buona forma fisica all'inizio dei corsi

LA QUOTA D'ISCRIZIONE DA DIRITTO

- Copertura assicurativa
- Uso del materiale collettivo
- Dispense inerenti agli argomenti trattati
- Assistenza tecnica
- Attestato di frequenza

DOCUMENTI RICHIESTI

- Certificato di sana e robusta costituzione fisica
- Modulo d'iscrizione compilato e firmato
- 1 fototessera
- Tessera CAI in regola con il tesseramento annuale

Si consiglia di NON acquistare materiale prima della presentazione del corso

SEZIONI E SOTTOSEZIONI DI RIFERIMENTO

Sezione CAI | CLUSONE

Corte S. Anna, tel. 0346 25452

Apertura sede: Ven. dalle 20:30 alle 22:30

Sezione CAI | ROMANO DI LOMBARDIA

Via Papa Giovanni Paolo II, 37 - tel. 0363 902616

Apertura sede: Mar. e Ven. dalle 21 alle 23.00

Sottosezione CAI | ALBINO

Via S. Maria - tel. 035 751624

Apertura sede: Ven. dalle 20.30 alle 22.30

Sottosezione CAI | ARDESIO Alta Valle Seriana

Via S. Maria - tel. 035 751624

Apertura sede: Ven. dalle 20.30 alle 22.30

Sottosezione CAI | LEFFE

Piazza Unità d'Italia, 3 - tel. 035 727084

Apertura sede: Ven. dalle 21 alle 22.30

Sottosezione CAI | GAZZANIGA

Via Europa, 25 - tel. 035 720651

Apertura sede: Mar. e Ven. dalle 21 alle 22.30

Sottosezione CAI | TRESORE

Piazza Salvo d'Acquisto, 33 - tel. 360 449397

Apertura sede: Ven. dalle 20.30 alle 22.30

MODULO D'ISCRIZIONE

Il/La Sottoscritto/a _____

Nato a _____ il _____

Residente a _____

Via _____ n° _____

Tel. _____ tessera CAI n° _____

Sezione o Sottosezione di: _____

Compila il questionario.

Serve per la suddivisione in gruppi omogenei

Quante escursioni o scalate svolgi mediamente in un anno di attività?

1 _____

Scrivi le escursioni o le salite più impegnative che hai effettuato

2 _____

Chiede di essere ammesso/a al

CORSO DI SCIALPINISMO

CORSO DI DISCESA SCIALPINISMO

Hai già frequentato altri corsi? _____

Se sì, quali? _____

E-mail _____

Data _____

Firma _____

(Per minori di 18 anni firma di entrambi i genitori)

CORSO DI SCIALPINISMO | SA1

CORSO DI SNOWBOARD ALPINISMO | SBA1

20 posti disponibili per scialpinismo (SA1)
3 posti disponibili per snowboard alpinismo (SBA1)

Rimborso spese 160€

Il Corso è rivolto a tutti gli sciatori in possesso di una discreta tecnica di discesa che desiderano avvicinarsi o approfondire questa pratica per poter affrontare consapevolmente la bellezza della montagna invernale. Verrà data priorità ai tesserati delle Sezioni/Sottosezioni CAI facenti parti della Scuola.

Quest'anno il corso SA1/SBA1 è collegato al corso di DISCESA SCIALPINISMO (anch'esso organizzato dalla Scuola Valle Seriana). In concomitanza allo svolgimento del corso, nei giorni non coincidenti con le uscite pratiche si svolgeranno le uscite del corso di discesa scialpinismo.

LEZIONI TEORICHE

Le lezioni si terranno presso la sede del CAI di ALBINO alle ore 21.00.

Calendario incontri

- | | |
|------------------------------|---|
| • Mercoledì 13 Gennaio 2021 | Presentazione del corso e dei materiali |
| • Mercoledì 20 Gennaio 2021 | Tecnica di discesa con filmato e preparazione materiali |
| • Mercoledì 27 Gennaio 2021 | Uso ARTVA, autosoccorso |
| • Mercoledì 3 Febbraio 2021 | Cartografia e orientamento |
| • Mercoledì 10 Febbraio 2021 | Nivologia e valanghe |
| • Mercoledì 17 Febbraio 2021 | Meteorologia |
| • Mercoledì 24 Febbraio 2021 | Alimentazione |
| • Mercoledì 3 Marzo 2021 | Primo soccorso |
| • Mercoledì 10 Marzo 2021 | Scelta ed organizzazione di una gita |

LEZIONI PRATICHE

Le lezioni pratiche si svolgeranno in luoghi che verranno scelti in base alle condizioni nivometeo del periodo stabilito.

Calendario incontri

- | | |
|---|---|
| • Sabato 16 Gennaio 2021 | Prove di discesa valutazione tecnica di discesa degli allievi |
| • Domenica 24 Gennaio 2021 | Uso dell'ARTVA |
| • Domenica 31 Gennaio 2021 | Tecnica di salita, orientamento |
| • Domenica 14 Febbraio 2021 | Tecnica di salita, orientamento |
| • Domenica 28 Febbraio 2021 | Autosoccorso in valanga |
| • Domenica 7 Marzo 2021 | Tecnica di salita |
| • Sabato 13 Marzo e
Domenica 14 Marzo 2021 | Uscita conclusiva |

EQUIPAGGIAMENTO INDIVIDUALE

Per scialpinismo

- Zaino da montagna
- 1 paio di sci con attacchi da sci alpinismo
- 1 paio di bastoncini
- 1 paio di pelli di foca adesive
- 1 paio di scarponi adatti allo sci d'alpinismo con suola di tipo Vibram
- 1 paio rampanti compatibili con il proprio attacco dello sci

Per snowboard alpinismo

- Zaino da Montagna
- 1 tavola da snowboard
- 1 paio di bastoncini telescopici
- 1 paio di ciaspole oppure sci corti per la salita



Si consiglia di non acquistare materiale tecnico fino alla prima lezione teorica, in cui verranno presentati e consigliati i materiali più idonei.

PER TUTTI I PARTECIPANTI È D'OBBLIGO AVERE IN DOTAZIONE ARTVA, PALA E SONDA EVENTUALMENTE FORNITI IN DOTAZIONE DALLA SCUOLA PER TUTTA LA DURATA DEL CORSO

DIRETTORE DEL CORSO: Pezzoli Andrea I.S.A.

VICE DIRETTORE DEL CORSO: Maurizio Gotti I.N.S.A.

PER INFORMAZIONI:

Segretario: Michele Ruggeri +39 3478303845 michele.ruggeri.15.03.95@gmail.com

CORSO DISCESA SCIALPINISMO

Minimo 8 posti
Rimborso spese 150€

Fatto salvo le disposizioni anti Covid 19 (coronavirus), anche quest'anno il corso si rivolge espressamente anche ai partecipanti al corso di scialpinismo SA1-SBA1 organizzato sempre dalla SCUOLA VALLE SERIANA ma NON sarà possibile fare tutte e due, prima si impara a scendere e poi si impara a salire, è una scelta di vita. In concomitanza allo svolgimento del corso base, si svolgeranno le uscite di discesa scialpinismo, prediligendo, se possibile, il sabato x ragioni di sicurezza e di affollamento. Il corso è rivolto a tutti gli sciatori che in possesso di una conoscenza di base del parallelo che vogliono approfondire l'esperienza delle discese fuori pista in piena coscienza di ciò che si fa. Infatti una bella discesa non richiede solo sensibilità alla neve, ma deve essere preparata in anticipo, valutando pendenze, versanti e condizioni di innevamento per poter prevenire valanghe e incidenti. Quindi non si insegnerà solo a sciare "bene", affiancati da un maestro FIS, ma verranno svolte una serie di lezioni teoriche a supporto di quelle pratiche. E' **OBBLIGATORIA LA PRESENZA AD ALMENO L'80 % DELLE LEZIONI TEORICHE**. Per ragioni organizzative le lezioni teoriche coincideranno con quelle del corso di scialpinismo andando ad integrarle con approfondimenti specifici durante le uscite pratiche. Il corso utilizza gli impianti di risalita per ottimizzare le lezioni e ad ogni uscita, man mano, l'allievo si pagherà il costo degli impianti di risalita e degli eventuali pernottamenti. Il rimborso spese per il corso è di € 150,00 con un numero minimo di iscritti fissato in 8 allievi. A conferma dell'iscrizione si chiedono un anticipo di 50 € e la quota d'iscrizione deve essere saldata entro la prima uscita pratica.

SI SPERA IN GIOVE PLUVIO, MA SE CI SARA' CONTRARIO, LE GITE SI SPOSTERANNO CERCANDO DI CONCILIARE LE ESIGENZE E GLI IMPEGNI DELLA MAGGIORANZA DEGLI ALLIEVI. **IL CORSO E' ESPRESSAMENTE INDICATO PER GLI SCIALPINISTI.**

LEZIONI TEORICHE

Le lezioni si terranno presso la sede del CAI di ALBINO alle ore 21.00.

Calendario incontri

- | | |
|------------------------------|---|
| • Mercoledì 13 Gennaio 2021 | Presentazione del corso e dei materiali |
| • Mercoledì 20 Gennaio 2021 | Tecnica di discesa con filmato e preparazione materiali |
| • Mercoledì 27 Gennaio 2021 | Uso ARTVA, autosoccorso |
| • Mercoledì 3 Febbraio 2021 | Cartografia e orientamento |
| • Mercoledì 10 Febbraio 2021 | Nivologia e valanghe |
| • Mercoledì 17 Febbraio 2021 | Meteorologia |
| • Mercoledì 24 Febbraio 2021 | Alimentazione |
| • Mercoledì 3 Marzo 2021 | Primo soccorso |
| • Mercoledì 10 Marzo 2021 | Scelta ed organizzazione di una gita |

LEZIONI PRATICHE

Le lezioni possono variare in funzione delle condizioni meteorologiche, ma si terranno di preferenza sulle nostre alpi Orobie per limitare i costi e ottimizzare i tempi secondo il calendario qui sotto.

Calendario incontri

- | | |
|---------------------------|--|
| • Sabato 16 Gennaio 2021 | Prove di discesa, selezione gruppi e ripresa filmato |
| • Sabato 23 Gennaio 2021 | Tecnica di discesa |
| • Sabato 13 Febbraio 2021 | Esercitazione ricerca ARTVA e tecnica di discesa |
| • Sabato 27 Febbraio 2021 | Tecnica di discesa |
| • Sabato 6 Marzo 2021 | Ripresa filmato e tecnica di discesa |
| • Sabato 13 Marzo 2021 | Tecnica di discesa |

Se le condizioni lo permetteranno (innevamento, meteo, impegni famigliari, ecc.) le ultime gite in programma potranno essere accorpate in un'unica gita di due giorni con pernottamento.

GITA EXTRA CORSO IN LOCALITA' SUPER (Toula Monte Bianco, Monterosaski, Verbier, Dolomiti, ecc.) di un giorno.

NOTA BENE: IL RIMBORSO SPESE COMPRENDE IL MAESTRO DI SCI FIS PER TUTTE LE 6 USCITE PRATICHE, L'USO DEL MATERIALE COLLETTIVO (ARTVA, PALA E SONDA + DISPENSE/LIBRO DELLE LEZIONI TEORICHE) E LE RIPRESE CON VIDEOCAMERA.

PER INFORMAZIONI :

Giò Noris Chiorda 3381179268 architettogio@bgnet.it

Adriano Ceruti 3292188531 ceruti.adriano@sigmainternational.it

Beppe Cugini 3357490593

Segreteria: scuolavalleseriana@gmail.com



Scuola intersezionale di
Alpinismo
Scialpinismo
Arrampicata libera
www.scuolavalleseriana.com
scuolacaivalleseriana@gmail.com



Edimel

LAVORI DI LATTONERIA
COPERTURE CIVILI E INDUSTRIALI
SMALTIMENTO ETERNIT

Cell.: 340 38 03 533 - 335 52 49 426

Via Marconi, 2 - VERTOVA (BG)
Tel./Fax: 035 714650
melliandrea78@yahoo.it

AUTOFFICINA GOTTI MAURIZIO

IMPIANTI G.P.L. e METANO

AUTORIPARAZIONI MULTIMARCHE
DIAGNOSI ELETTRONICA

GAS SPECIALIST



Via Monte Nevoso, 17
24040 DALMINE (BG)

Tel. 035.4373190
info@autofficinagotti.it
www.autofficinagotti.it



MONTAGNA PER PASSIONE

• SCI ALPINISMO
e DISCESA
• FREERIDE
• FREESTYLE
• TELEMARK
• NOLEGGIO
SCI JUNIOR
• NOLEGGIO
CIASPOLE

LABORATORIO SPECIALIZZATO PREPARAZIONE SCI

Nembro (BG) - Via Europa, 17 - Tel. 035 521901