



ù

# CLUB ALPINO ITALIANO



## SCUOLA INTERSEZIONALE DI ALPINISMO E SCIALPINISMO "ALPHARD"

### ART. 1- Costituzione e finalità

1. Il Club Alpino Italiano (C.A.I.) fondato in Torino Nell'anno 1863 per iniziativa di Quintino Sella, libera associazione nazionale, **ha per scopo l'alpinismo in ogni sua manifestazione**, la conoscenza e lo studio delle montagne, specialmente di quelle Italiane,ne la difesa del loro ambiente naturale.

### 24° CORSO DI ALPINISMO A1 2022 PROGRAMMA

**Visto il contesto di Pandemia, la scuola precisa di attenersi alle norme più restrittive onde evitare contagi. Dunque: sia per l'organico docente che per gli allievi sarà vincolante esibire il possesso del super green pass**

Il Corso si propone i seguenti obiettivi:

- 1) **ACQUISIRE LE ABILITA' DI BASE RIGUARDANTI IL MOVIMENTO SU ROCCIA IN AMBIENTE DI FALESIA E LE NECESSARIE COGNIZIONI CULTURALI COMUNI ALLE VARIE DIVERSIFICAZIONI ARRAMPICATORIE.**
- 2) **ACQUISIRE LE NOZIONI FONDAMENTALI DI SICUREZZA RIGUARDANTI L'ARRAMPICATA MEDIA IN MONTAGNA SU ROCCIA, NEVE E GHIACCIO E LA PROGRESSIONE LUNGO VIE CLASSICHE.**

Esso dipende ed è organizzato con l'approvazione della Commissione Nazionale Scuole di Alpinismo e Scialpinismo.

GLI ISTRUTTORI DELLA SCUOLA "ALPHARD" SONO TUTTI ALPINISTI TITOLATI O QUALIFICATI DAL CAI E OPERANO IN FORMA ASSOLUTAMENTE VOLONTARISTICA;  
IN OTTEMPERANZA ALLA LEGGE 6/89, NON PERCEPISCONO ALCUNA RETRIBUZIONE PER LE ATTIVITÀ SVOLTE DURANTE IL CORSO.

**IL CORSO VERRÀ PRESENTATO venerdì 18 MARZO 2022, ORE 21, PRESSO LA SEDE CAI  
DI VALENZA .**

Il corso è diviso in due Moduli:

**Il primo Modulo (Allegato A) comprende:**

Lezioni di carattere generale su contenuti riguardanti l'arrampicata; Lezioni di cultura generale  
Lezioni teorico-pratiche da svolgersi in ambiente indoor per lo sviluppo delle tecniche di movimento

Lezioni pratiche su roccia dedicate sia agli aspetti di sicurezza che di movimento

**Il secondo Modulo (Allegato B) comprende:**

Lezioni teoriche di tecnica dell'alpinismo e di cultura alpinistica;  
Lezioni pratiche di alpinismo su roccia, neve e ghiaccio

**Le lezioni teoriche e teorico-pratiche** (9 nei due Moduli) saranno tenute dagli Istruttori della Scuola o da esperti esterni per tutto il periodo del Corso secondo un calendario dettagliato e definitivo che sarà reso noto il giorno di apertura del corso.

**Le lezioni pratiche** (3 nel primo Modulo e 5 nel secondo) si svolgeranno in apposite falesie ed in località di montagna.



# CLUB ALPINO ITALIANO

## SCUOLA INTERSEZIONALE DI ALPINISMO E SCIALPINISMO “ALPHARD”

---

---

### Disposizioni operative per i partecipanti

I partecipanti al Corso (Istruttori, Allievi) si impegnano a rispettare le norme di igiene, di distanziamento e quant'altro inerente all'utilizzo di dispositivi di protezione (mascherine, guanti, gel, ecc.) secondo quanto disposto dalle Autorità competenti al fine di limitare la diffusione del contagio virale.

I partecipanti si impegnano a rispettare scrupolosamente le indicazioni e le direttive impartite dagli Istruttori responsabili dell'attuazione delle misure anticovid durante il Corso e designati dalla Scuola organizzatrice.

I partecipanti sono informati delle modalità di iscrizione e partecipazione alle attività indicati dagli organizzatori e le accettano.

Chi intende aderire è consapevole che non potrà essere ammesso:

- se non ha ricevuto e firmato preventiva comunicazione scritta di accettazione dell'iscrizione;
- se sprovvisto dei necessari dispositivi di protezione (mascherina, gel disinfettante) e di quant'altro indicato dagli organizzatori;
- se è soggetto a quarantena, se a conoscenza di essere stato a contatto con persone risultate positive negli ultimi 10 giorni, se non è in grado di certificare una temperatura corporea inferiore ai 37°C e assenza di sintomi simil -influenzali ascrivibili al Covid-19.

La località di partenza va raggiunta nel rispetto delle norme nazionali/regionali che regolano la mobilità di persone.

Si devono osservare scrupolosamente le regole di distanziamento e di comportamento:

- si fa obbligo ai partecipanti di seguire sempre le indicazioni degli istruttori;
- durante tutte le attività del corso (marce, soste, illustrazioni tecniche, etc) occorre mantenere una distanza interpersonale di almeno 2 metri ovvero, se la distanza è inferiore, utilizzare la mascherina;
- sono vietati scambi di oggetti, cibi, bevande o altro tra i partecipanti non appartenenti allo stesso nucleo familiare;
- si fa obbligo ai partecipanti di avere con sé mascherina e gel disinfettante a base alcolica;
- si fa obbligo di rispettare le indicazioni comportamentali, impartite dal Direttore e dagli Istruttori del Corso, specifiche del corso a cui si sta partecipando.

È responsabilità dei partecipanti non disperdere mascherine o quant'altro lungo il percorso, tutto va portato a casa così come i rifiuti.

Ai partecipanti è richiesta la massima disciplina, pena l'immediata esclusione dalle attività per comportamenti potenzialmente dannosi per sé e gli altri allievi.



# CLUB ALPINO ITALIANO

## SCUOLA INTERSEZIONALE DI ALPINISMO E SCIALPINISMO “ALPHARD”

Le lezioni saranno così divise:

**Primo Modulo (Allegato A):**

- a) Tecniche del movimento in ambiente indoor
- b) Tecniche di assicurazione su monotiri attrezzati e discesa a corda doppia (una giornata)
- c) Tecniche individuali di movimento e progressione su roccia (due giornate)

**Secondo Modulo (Allegato B):**

- d) Manovre di corda, tecniche di progressione, prove di caduta simulata e di autosoccorso su roccia e ghiaccio (una uscita di un giorno)
- e) Tecniche approfondite di assicurazione e di progressione su roccia e neve + salite alpinistiche sulle Alpi in media o alta quota (quattro uscite)

**IL PRIMO MODULO È RIVOLTO ANCHE AD ALLIEVI/E CHE NON ABBIANO AVUTO ALCUNA PRECEDENTE ESPERIENZA DI ARRAMPICATA SU ROCCIA, TUTTAVIA È RICHiesta UNA DISCRETA PREPARAZIONE ATLETICO-FISICA DI BASE.**

I due Moduli sono indipendenti e, dopo aver frequentato il primo, si potrà decidere di non proseguire.

Anche per le lezioni pratiche il calendario definitivo sarà reso noto il giorno di apertura del Corso

### CONDIZIONI DI AMMISSIONE AL CORSO

- 1) La richiesta di iscrizione al Corso è aperta ai Soci del CAI di ogni Sezione, anche se nuovi iscritti, che abbiano compiuto i 16 anni di età.
- 2) Gli Allievi di età inferiore ai 18 anni dovranno presentare autorizzazione di entrambi i genitori o di chi ne fa le veci.
- 3) L'ammissione al Corso è subordinata all'idoneità fisica per lo svolgimento di attività alpinistica, esplicitamente dichiarata da un certificato medico.
- 4) **IL CORSO È A NUMERO CHIUSO. Saranno ammessi al primo modulo del corso non più di 12 allievi. Saranno poi ammessi al secondo modulo del corso, gli allievi che supereranno la verifica e comunque in numero non superiore ai 12.**
- 5) La Scuola di Alpinismo e Scialpinismo ALPHARD declina ogni responsabilità per eventuali incidenti che potessero accadere durante lo svolgimento della sua attività.

Per motivi organizzativi le iscrizioni si chiuderanno entro e non oltre l' 18 MARZO 2022 per la prima parte e il 29 aprile 2022 per la seconda parte.

Le lezioni teoriche si terranno indicativamente presso le Sedi del CAI secondo il calendario indicato nell'Allegato A (le sedi delle lezioni teoriche verranno comunicate di volta in volta).



# CLUB ALPINO ITALIANO

## SCUOLA INTERSEZIONALE DI ALPINISMO E SCIALPINISMO "ALPHARD"

---

### QUOTA DI ISCRIZIONE

La quota di iscrizione è di:

**Euro 300,00** per il Corso completo, in una unica soluzione

Oppure:

**Euro 150,00** per la prima parte (Modulo di arrampicata); **Euro 150,00** per la seconda parte (Modulo alpinistico).

La quota dovrà essere versata secondo la seguente modalità:

**Integralmente all'apertura di ogni modulo.**

**La quota comprende:**

Spese generali (stampa, organizzazione, ecc.);  
uso del materiale della scuola (corde, rinvii, martelli, chiodi da roccia e da ghiaccio) esclusa "l'attrezzatura individuale";  
volume tecnico ed. CAI;  
eventuali dispense fotocopiate.

**Essa NON comprende:**

Le spese di viaggio;

**i materiali obbligatori e l'attrezzatura individuale (vedi tabella a pagina 5)**

### MODALITA DI ISCRIZIONE

L'aspirante allievo che vuole iscriversi al corso deve:

- 1) Procurarsi il modulo di iscrizione, disponibile presso la propria sede del C.A.I. contattando il referente sezionale o nella pagina, scuola alphard di facebook.
- 2) Compilare il suddetto modulo in ogni sua parte.
- 3) Rinnovare l'iscrizione al CAI richiedendo **"l'integrazione per l'aumento dei massimali assicurativi"** (obbligatorio per frequentare il corso!).
- 4) Richiedere al proprio medico il certificato di sana e robusta costituzione.
- 5) Consegnare il tutto con la caparra di euro 50,00 alla segreteria della propria sezione del CAI. Il segretario o l'addetto in sezione opporrà timbro, firma e data della pre-iscrizione.
- 6) Nella propria sezione del Cai reperire il contatto cellulare del referente della scuola che sarà il vostro punto di riferimento.
- 7) Modulo di Autodichiarazione.

**LA PREISCRIZIONE E RITENUTA VALIDA SOLTANTO QUANDO TUTTI I PUNTI DESCRITTI SARANNO ASSOLTI.**



# CLUB ALPINO ITALIANO

## SCUOLA INTERSEZIONALE DI ALPINISMO E SCIALPINISMO “ALPHARD”

### MATERIALI OBBLIGATORI

(consigli per gli acquisti alla prima lezione teorica)

#### Prima parte:

- Quattro moschettoni a ghiera con base larga
- Reverso
- Un anello di cordino cucito per nodo autobloccante (lungo 60 cm)
- Un anello di corda intera cucito (lungo 120 cm)
- Uno spezzone di ½ corda dinamica da 8 mm lungo 3,8 mt.
- Abbigliamento adeguato in base alle uscite
- Imbragatura bassa
- Casco
- Pedule da arrampicata

#### Seconda parte (oltre il materiale precedente):

- Un cordino di kevlar da 1,5 mt e uno da 3,5 mt
- Placchetta gigi
- Abbigliamento in base alle uscite
- Scarponi rigidi adeguati ed in buono stato
- Martello da roccia, piccozza e ramponi classici, se non in possesso chiedere la disponibilità alla propria sezione del CAI

**EVENTUALI ALTRE INFORMAZIONI DI CARATTERE GENERALE VERRANNO  
DATE ALL'ATTO DELL'APERTURA DEL CORSO O DURANTE IL SUO  
SVOLGIMENTO.**

Qualora a causa di eventi climatici sfavorevoli, si dovessero annullare delle uscite, se ne recupererà **una sola** per ogni modulo in data da stabilire. Per il solo primo modulo sarà anche possibile anticipare una sola uscita il sabato precedente.

**N.B. DURANTE I MODULI POTRANNO ESSERE APPORTATE VARIAZIONI AL  
PROGRAMMA DESCRITTO.**

IL DIRETTORE DEL CORSO  
I.A. Violo Giorgio

IL DIRETTORE DELLA SCUOLA  
I.N.A. Esposito Andrea



# **CLUB ALPINO ITALIANO**

## **SCUOLA INTERSEZIONALE DI ALPINISMO E SCIALPINISMO “ALPHARD”**

---

### **ALLEGATO A (PRIMO MODULO) PARTE TEORICA**

**1) 18/03/2022 ore 21,00**

Presentazione del Corso – Materiali ed Equipaggiamento. (Relatori- I.A. Violo Giorgio e Mauro Mardegan)

**2) 25/03/2022 ore 21,00**

Tecnica di movimento-Nodi principali-legatura dell'imbragatura. (Relatore I.N.A.L. Rivara)

**3) 01/04/2022 ore 21,00**

Allenamento-La scala delle difficoltà. (Relatori I.S. Brunoldi Enrico e I.S. Rapetti Alessandro)

**4) 14/04/2022 ore 21,00**

Alimentazione dei climbers-Medicina e primo soccorso (BLS). (Relatori Dr. Bruschi Emanuele e Dr. Bruschi Enrico)

**5) 21/04/2022**

Tecnica di roccia e Catena di Assicurazione (Relatori I.S.Rapetti Alessandro e I.S Ratti Roberto)

**Le lezioni teoriche avranno una durata media di 60 minuti. Seguirà discussione.**

**Le sedi verranno comunicate di volta in volta**

### **PARTE PRATICA**

**1) 27/03/2022**

Tecnica di assicurazione-Nodi – Progressione-Corda doppia-Movimento su roccia posizione base.

**2) 10/04/2022**

Movimento su roccia-posizione laterale-Manovra in sosta.

**3) 24/04/2022**

Ripasso e verifica grado di apprendimento.

**4) 08/05/2022**

Progressione su vie a più tiri.

**5) 15/05/2022**

Eventuale Recupero.

**Le uscite verranno svolte in falesie di fondovalle, definite di volta in volta e comunicate durante le lezioni teoriche con l'orario di partenza.**



# **CLUB ALPINO ITALIANO**

## **SCUOLA INTERSEZIONALE DI ALPINISMO E SCIALPINISMO “ALPHARD”**

---

---

**ALLEGATO B (SECONDO MODULO)**

**PARTE TEORICA**

**1) 29/04/2022 ore 21,00**

Presentazione secondo modulo. Tecnica di Ghiaccio- (Relatori I.A Violo Giorgio e I.A. Mattia Amich)

**2) 06/05/2022 ore 21,00**

Preparazione e condotta di una salita-Valutazione dei pericoli in montagna. (I.N.A.Esposito e I.S. Macciò)

**3) 20/05/2022 ore 21,00**

Neve e Valanghe-Interpretazione del Bollettino-Comportamenti essenziali per l'autosoccorso con ARTVA pala e sonda. (Relatori I.N.S.A. Dolfini )

**4) 27/05/2022 ore 21,00**

Cartografia e orientamento. (Relatore I.S.A. Mandirola)

**Le lezioni teoriche avranno una durata media di 60 minuti. Seguirà discussione. Le sedi verranno comunicate di volta in volta.**

**1) 22/05/2022**

Progressione su neve-formazione della cordata-ricerca di un travolto da valanga.(Località Colle dell'Agnello)

**2) 05/06/2022**

Tecnica individuale su roccia-Salita su roccia.(Località Gruppo Castello Provenzale)

**3) 19/06/2022**

Salita classica su roccia in ambiente di alta Montagna.(Località Macugnaga, Joderhorn Cresta sud-est.)

**4) 3/07/2022**

Progressione su ghiaccio-Salita classica su ghiaccio. (Località Monte Rosa Punta Giordani)

**5) 10/07/2022**

Eventuale recupero.

**Il calendario delle uscite può essere variato e verrà comunicato di volta in volta**