



# CLUB ALPINO ITALIANO

## Scuola Intersezionale Umbra di Alpinismo e Sci Alpinismo "G. Vagniluca"

La Scuola Intersezionale Umbra di Alpinismo e Sci Alpinismo "G. Vagniluca" organizza  
dal 14 gennaio al 1 marzo 2009

### 11° CORSO DI SCI-ALPINISMO

Il Corso è rivolto ai soci del Club Alpino Italiano, che siano in possesso di una discreta capacità sciistica in pista e un'adeguata attrezzatura sci alpinistica (sci con attacchi da sci-alpinismo, pelli di foca, rampant).

Si possono iscrivere al Corso coloro che alla data d'inizio (14.01.2009) abbiano compiuto il 16° anno di età.

Il Corso è costituito da esercitazioni pratiche, che, di norma, durano un'intera giornata, e incontri teorici serali.

Il Corso avrà inizio il **14 gennaio 2009**, alle ore 21, presso la sede **CAI di Foligno**; in quella occasione sarà illustrato nei dettagli il programma che in linea di massima sarà il seguente:

#### Lezioni teoriche:

<b>14.01.09</b>	(CAI Foligno -ore 21) Presentazione del corso e materiali
<b>21.01.09</b>	(sede da definire) Nivologia e auto soccorso
<b>04.02.09</b>	Preparazione e conduzione gita
<b>14.02.09</b>	Auto soccorso e utilizzo ARVA
<b>27.02.09</b>	Topografia e orientamento
<b>28.02.09</b>	Meteorologia

#### Lezioni pratiche:

<b>15.01.09</b>	Test d'ammissione per verificare la condizione fisica generale
<b>18.01.09</b>	<b>(Sibillini)</b> Test d'ammissione per verificare le capacità tecniche di discesa con gli sci su pista e fuoripista
<b>01.02.09</b>	<b>(Sibillini)</b> Progressione con utilizzo di ramponi e piccozza
<b>14.02.09</b>	<b>(Appennini)</b> Tecnica base di progressione e valutazione discesa
<b>15.02.09</b>	<b>(Appennini)</b> Conduzione gita e esercitazione di orientamento
<b>27.02.09</b>	<b>(Alpi)</b> Individuazione itinerario e esercitazione di autosoccorso
<b>28.02.09</b>	<b>(Alpi)</b> Scelta e conduzione gita
<b>01.03.09</b>	<b>(Alpi)</b> Scelta e conduzione gita

Il Corso sarà diretto dall'Istruttore di Sci-Alpinismo Angelo Pecetti (ISA), coadiuvato dagli istruttori e aiuto-istruttori della scuola.

#### 1. MODALITA' PER L'ISCRIZIONE

Per iscriversi è necessario inviare una e-mail di prenotazione al Segretario della Scuola, Patrizia Ceccarelli ([patrizia.ceccarelli58@gmail.com](mailto:patrizia.ceccarelli58@gmail.com)) dal **15 dicembre 2008** al 12 gennaio 2009; qualunque prenotazione precedente o successiva a tali termini non sarà presa in considerazione. Qualora il numero delle domande superi i 12 posti disponibili, gli allievi saranno ammessi al corso in base all'ordine temporale delle iscrizioni, fermo restando il principio di garantire alle Sezioni che costituiscono la Scuola un numero minimo di posti; gli altri saranno posti in una lista d'attesa e potranno essere ammessi al corso in caso di rinuncia da parte di qualcuno degli allievi ammessi.

Nella domanda dovranno essere indicati, oltre alle proprie generalità e ai propri recapiti postali e telefonici, anche la sezione CAI di appartenenza e il numero della tessera CAI. I minorenni dovranno anche portare un consenso scritto di entrambi i genitori (o altri soggetti esercenti la patria potestà) con le modalità che saranno comunicate nell'incontro di inizio Corso.

#### 2. QUOTA DI ISCRIZIONE

La quota d'iscrizione al Corso è stabilita in € **140,00** e deve essere versata al Segretario della Scuola entro la prima lezione teorica unitamente al **certificato medico di idoneità alla pratica sportiva non agonistica**. Coloro che non verseranno la quota d'iscrizione entro i termini stabiliti saranno considerati rinunciatari e pertanto potranno essere ammessi al corso gli iscritti in lista d'attesa. La quota d'iscrizione comprende l'assicurazione infortuni degli allievi, l'uso dell'ARVA e del materiale di autosoccorso, eventuali dispense e manuale didattico; non comprende i trasporti, il vitto e i pernottamenti durante le uscite pratiche di più giorni.

#### 3. INFORMAZIONI GENERALI

Il Corso base di sci alpinismo si rivolge a coloro che, già in possesso di una buona tecnica sciistica, intendano apprendere le nozioni fondamentali di questa disciplina: salita con gli sci, individuazione della traccia ideale, valutazione del pericolo di valanghe, ricerca con l'ARVA, lettura delle carte topografiche e discesa fuoripista.

Per partecipare al corso è indispensabile presentarsi **ben allenati** fisicamente ed in possesso di una **buona tecnica sciistica**.

Il Direttore del corso ha la facoltà di escludere gli allievi che non fossero ritenuti idonei alla partecipazione al corso. Tale facoltà può essere esercitata anche durante lo svolgimento del corso stesso previa restituzione di metà della quota di iscrizione.

Gli allievi dovranno attenersi scrupolosamente alle disposizioni del Direttore e dei suoi collaboratori.

La Scuola di Alpinismo e Sci-Alpinismo "G. Vagniluca" ed il Direttore non assumono alcuna responsabilità per incidenti che si verificassero durante lo svolgimento del corso per inosservanza, da parte degli allievi, delle disposizioni degli istruttori.

#### 1. EQUIPAGGIAMENTO PERSONALE

Ogni allievo dovrà essere equipaggiato con l'**attrezzatura idonea alla pratica dello sci alpinismo**: sci dotati di attacchi adatti anche alla salita (completi di coltelli da neve e pelli di foca), scarponi da sci alpinismo e zaino.

Per ulteriori informazioni contattare:

Direttore: Angelo Pecetti (ISA) [angelopecetti@gmail.com](mailto:angelopecetti@gmail.com)  
347-3236254

Vice Direttore: Roberto Monsignori (ISA) [r.monsignori@tiscali.it](mailto:r.monsignori@tiscali.it)  
335-7660799