



**CAI – CLUB ALPINO ITALIANO
SAT – SOCIETÀ ALPINISTI TRIDENTINI**

SCUOLA INTERSEZIONALE

“LAGORAI”

PERGINE VALSUGANA – Via Filzi, 3

CORSO DI ALPINISMO BASE – A1

2025



Direttore: Franco Marchetti (ISA – IA)



PROGRAMMA DEL CORSO DI ALPINISMO BASE A1 2025

APERTURA UFFICIALE: mercoledì 28.05.25 ore 20:00

LEZIONI TEORICHE

Le lezioni teoriche si terranno normalmente presso la sede della SAT di Pergine salvo variazioni, eventualmente comunicate e concordate con adeguato anticipo; anche eventuali scambi d'argomento fra una data e l'altra saranno comunicati.

DATA	ORA	ARGOMENTO
Mercoledì 28.05.2025	20.00	Presentazione del corso ed equipaggiamento.
Mercoledì 04.06.2025	20.30	Principali nodi in uso nell'alpinismo
Mercoledì 11.06.2025	20.30	Catena di assicurazione
Mercoledì 18.06.2025	20.30	Alimentazione ed allenamento
Mercoledì 25.06.2025	20.30	Meteorologia
Mercoledì 02.07.2025	20.30	Topografia ed orientamento
Mercoledì 09.07.2025	20.30	Ghiacciai, neve e valanghe. Pianificazione
Mercoledì 16.07.2025	20.30	Flora a fauna dell'ambiente alpino
Mercoledì 23.07.2025	20.30	Approccio all'infortunato e nozioni di primo soccorso
Mercoledì 30.07.2025	20.30	Storia dei metodi di assicurazione
Mercoledì 06.08.2025	20.00	Chiusura del corso



LEZIONI PRATICHE

Per esigenze organizzative le uscite pratiche potrebbero variare data e destinazione in funzione delle condizioni meteorologiche; gli itinerari potranno essere svolti anche in zone non coperte da segnale telefonico

DATA	LOCALITÀ
Domenica 08.06.2025	Passo Rolle
Domenica 15.06.2025	Val di Sella
Domenica 06.07.2025	Val dei Mocheni
Domenica 13.07.2025	Val Contrin
Sabato – Domenica 19-20.07.2025	Val Stavel
Sabato – Domenica 26-27.07.2025	Val di Pejo
Sabato – Domenica 02-03.08.2025	Da definire (per eventuali recuperi)



ISCRIZIONI

Sono aperte a tutti i soci del CAI

- in possesso di una adeguata preparazione fisica e di una minima predisposizione all'attività in ambiente di alta montagna;
- in possesso di certificato medico attestante l'idoneità ad attività sportive non agonistiche (valido anche quello agonistico) con specificata la data dell'ultimo ECG;
- in regola con l'iscrizione al CAI (con rinnovo pagato per il 2025).

Le iscrizioni si chiuderanno il 28/05/25 con il versamento della quota completa.

L'iscrizione dà diritto alle lezioni teoriche e pratiche, all'assicurazione infortuni, all'uso del materiale di gruppo.

Numero di allievi previsto: minimo 4, massimo 8.

La quota di partecipazione al CORSO DI ALPINISMO BASE A1 è fissata in 260 €.

Le spese di trasferimento, vitto e alloggio in eventuali rifugi/alberghi rimangono a carico degli allievi.

IBAN SCUOLA LAGORAI

IT03F0817835224000001155086



EQUIPAGGIAMENTO PERSONALE OBBLIGATORIO

PREMESSA

Durante la lezione inaugurale verranno forniti i consigli per eventuali acquisti; è anche opportuno che gli allievi portino con se l'equipaggiamento personale eventualmente già in possesso, in modo da poterne valutarne l'idoneità.

Per il corso è obbligatorio essere in possesso di:

- vestiario completo adeguato per l'alta montagna (compresi copri-pantaloni, ghette e guanti di scorta)
- scarponi "ramponabili"
- ramponi
- piccozza classica
- elmetto
- imbracatura bassa
- set da ferrata (longe doppia con dissipatore)
- 3 moschettoni HMS
- 1 moschettone "ovale" a ghiera
- 2 moschettoni "tipo D" a ghiera
- Piastrina (tipo Gi-Gi)
- 1 spezzone da 1,5 m ed 1 spezzone da 3,5 m di cordino in kevlar
- bussola
- occhiali da sole protettivi
- pacchetto di pronto soccorso
- lampada frontale
- zaino di dimensioni adeguate

Tutti i materiali alpinistici devono essere conformi alle normative vigenti.



REGOLAMENTO CORSO DI ALPINISMO BASE A1

Art. 1 La Scuola Intersezionale Lagorai indice e organizza il 5° corso di Alpinismo base A1.

Art. 2 Il Corso ha lo scopo di introdurre a questa attività chi possiede già una minima esperienza in ambiente di montagna e si propone di fornire quelle cognizioni culturali e tecniche di base necessari per muoversi in sicurezza, in ambiente di alta montagna, su ghiacciai e di affrontare le prime difficoltà di una scalata su roccia, riducendo al minimo i rischi.

Art. 3 L'iscrizione è aperta a tutti coloro che abbiano compiuto il 16° anno di età, previa compilazione e sottoscrizione della domanda – dichiarazione. I minori di 18 anni devono presentare domanda controfirmata da un genitore o da chi ne fa le veci. La Direzione si riserva di accettare le iscrizioni e di escludere in ogni momento gli elementi che ritenesse non idonei.

Art. 4 Potranno partecipare al Corso soltanto coloro che presenteranno, prima dell'inizio dello stesso, certificato medico attestante l'idoneità ad attività sportive non agonistiche.

Art. 5 Il Direttore del Corso, a suo insindacabile giudizio, potrà escludere dalle lezioni, in qualsiasi momento, gli allievi che ritenesse non completamente capaci o insufficientemente disciplinati.

Art. 6 In qualsiasi circostanza gli allievi sono tenuti ad osservare nei confronti del Direttore e degli Istruttori contegno di stretta dipendenza disciplinare, attenendosi scrupolosamente alle disposizioni loro impartite.

Art. 7 La Direzione adotta ogni precauzione dettata dall'esperienza onde tutelare l'incolumità degli allievi: altresì declina ogni responsabilità di qualsiasi genere per eventuali incidenti che potessero accadere sia durante lo svolgimento dell'attività, che nei trasferimenti con automezzi; con la loro adesione gli allievi assumono per se stessi tutte le conseguenze che potrebbero derivarne. La frequentazione della montagna presenta dei rischi e chi la pratica se ne assume la piena responsabilità. Le scuole del CAI adottano tutte le misure precauzionali affinché nei vari ambienti si operi con il maggior grado di

sicurezza possibile. Con la loro adesione Istruttori ed Allievi sono consapevoli che nello svolgimento dell'attività alpinistica un rischio residuo è sempre presente e non è mai azzerabile.

Art. 8 L'iscrizione al CAI garantisce l'assicurazione contro infortuni degli Istruttori, Aspiranti-Istruttori ed Allievi, nonché contro i danni cagionati per Responsabilità Civile.

Art. 9 I programmi, che potranno prevedere il raggiungimento di qualche cima, non sono però vincolanti e possono essere modificati per motivi di sicurezza anche nel corso della giornata stessa. Per questioni organizzative le date fissate non possono essere variate, pertanto il ritrovo alla partenza avviene con qualsiasi condizione di tempo.

Art. 10 Ad ogni allievo che avrà partecipato a tutte le lezioni, sarà consegnato un Attestato di frequenza ed una lettera di valutazione.



CONTATTI

Per informazioni rivolgersi ore pasti a:

direttore: Franco Marchetti (ISA – IA) 347 1146845

e-mail:

lagorai@cnsasa.it