CAI L'AQUILA
SCUOLA DI ALPINISMO E SCIALPINISMO
NESTORE NANNI

Direttore **Rubino De Paolis**
INA-INSA-SCA 3485842224

CLUB ALPINO ITALIANO
Sezione dell'Aquila
Fondata nel 1873

XII CORSO DI SCI ALPINISMO BASE *SA1* 2024
GENNAIO – MARZO 2024

PRESENTAZIONE E REGOLAMENTO

CONTENUTI E FINALITA'

Corso di introduzione allo scialpinismo rivolto a coloro che desiderano avvicinarsi alla pratica di questa affascinante disciplina che consente di vivere emozioni uniche proponendo un nuovo modo di andare in montagna, con gli sci o la split-board, lontano da impianti di risalita e piste sovraffollate. Effettueremo gite su percorsi medio/facili dell'Appennino Abruzzese e forniremo le indicazioni sulle precauzioni da adottare per ridurre i rischi nell'ambiente alpino invernale.
Obbligatoria buona tecnica di discesa in pista e preparazione fisica.

MODALITA' DI ISCRIZIONE

La quota d'iscrizione è destinata alla copertura dei costi sostenuti dal corpo istruttori e all'acquisto di attrezzature per la scuola. Sono escluse le spese per trasferimenti, soggiorni, impianti di risalita o altro.
Domande d'iscrizione incomplete non saranno accolte.
Per le preiscrizioni è necessario compilare questionario e modulo debitamente compilati e inviarli alla mail scuola.nanni@cailaquila.it.
Le preiscrizioni sono aperte fino al 19 Gennaio 2024.

Le richieste verranno selezionate in base all'idoneità dei richiedenti dando precedenza ai soci della sezione del CAI L'Aquila, ai residenti nel comune dell'Aquila e quelli limitrofi.
Le richieste per i minori di 18 anni saranno prese in considerazione dopo approfondito colloquio con i genitori o di chi ne esercita la responsabilità.
È necessario essere iscritti al CAI ed essere in regola con il pagamento della quota associativa annuale.
La preiscrizione non garantisce l'iscrizione al Corso.

La conferma dell'iscrizione verrà comunicata ai diretti interessati che, solo successivamente, dovranno provvedere a far pervenire alla Scuola:
- copia della tessera CAI valida per l'anno in corso;
- certificato medico attestante l'idoneità alla pratica sportiva non agonistica (valido per tutto il corso);
- fotografia formato tessera (anche fotocopia o file immagine)
- copia del saldo della quota di adesione di € 200,00 da eseguirsi a mezzo bonifico bancario intestato a:

Club Alpino Italiano Sezione dell'Aquila
IBAN IT64L0538703601000000067040 causale "Corso SA1 Scuola Nanni"

SOCI CAI Giovani	*100 €*
SOCI CAI	*200 €*

La quota non comprende le spese per trasferimenti, soggiorni, impianti di risalita o altro.

EQUIPAGGIAMENTO INDIVIDUALE

Ogni allievo dovrà disporre della dotazione minima di materiale ed equipaggiamento individuale. Di seguito l'elenco dell'attrezzatura (a norma EN/UIAA ove previsto e con marchio CE) che potrà essere acquistata anche dopo la lezione sui materiali, durante la quale saranno illustrata le caratteristiche tecniche dell'equipaggiamento e in cui gli allievi potranno portare quanto già in loro possesso in modo da poterne verificare l'idoneità.

MATERIALE SCIALPINISTICO

- scarponi da scialpinismo o da snowboard alpinismo
- sci con attacchi da scialpinismo e ski-stopper o split-board con attacchi da snowboard alpinismo
- rampanti per sci o split-board
- 1 paio di pelli da scialpinismo
- bastoncini telescopici
- ramponi compatibili e regolati per lo scarpone da sci
- piccozza classica
- ARTVA digitale a 2 o 3 antenne
- pala da neve in metallo, meglio se con manico allungabile
- sonda di lunghezza minima 240 cm

ABBIGLIAMENTO ED ALTRA ATTREZZATURA

- zaino da scialpinismo di dimensioni adeguate per la specialità e adatto al trasporto degli sci o della split-board
- maschera da sci con lente gialla o chiara
- occhiali da ghiacciaio con filtro UV4 (alta protezione)
- adeguato abbigliamento alpinistico, due paia di guanti, cuffia
- torcia frontale

La scuola può mettere a disposizione degli allievi solo alcuni kit ARTVA-sonda-pala, gratuitamente e per tutta la durata del corso, fino ad esaurimento.
Per l'acquisto del materiale tecnico vi consigliamo di rivolgervi ai negozi specializzati che da anni ci supportano professionalmente.

INFORMAZIONI LEZIONI TEORICHE

Le lezioni teoriche si svolgeranno presso la sede del CAI dell'Aquila in via Sassa 34, con inizio alle ore 18:30, nei giorni indicati nel programma del corso. La durata sarà di circa 2/2,5 ore e la partecipazione è obbligatoria per tutti gli iscritti.
Eventuali variazioni di data e di orario saranno tempestivamente comunicate.

Le lezioni teoriche sono aperte al pubblico senza necessità di iscrizione al corso, salvo eventuali limitazioni del numero di persone.

INFORMAZIONI E AVVERTENZE LEZIONI PRATICHE IN AMBIENTE

Durante lo svolgimento delle lezioni pratiche in ambiente e nei punti di ritrovo, gli allievi dovranno attenersi scrupolosamente alle disposizioni del proprio istruttore e del direttore del corso. La composizione dei gruppi didattici e relativi Istruttori avverrà principalmente secondo criteri di uniformità tecnica e fisica; eventuali richieste avanzate dagli allievi potranno essere esaudite, ad insindacabile giudizio del direttore del corso.
Le lezioni pratiche e le uscite in ambiente potranno occupare l'intera giornata ed è possibile che vengano effettuate anche in caso di condizioni meteorologiche ed ambientali sfavorevoli. Svolgendosi in ambienti aperti di montagna, tali attività possono presentare, per loro stessa natura, margini di rischio che non possono essere del tutto eliminati e di cui gli allievi devono essere consapevoli.
Le località e le date delle lezioni pratiche potranno variare in ragione delle condizioni meteorologiche e ambientali. I luoghi di svolgimento, gli orari ed i punti di ritrovo saranno comunicati nel corso delle lezioni teoriche e/o comunque per tempo.

NOTE IMPORTANTI PER I PARTECIPANTI

È facoltà del direttore del corso non ammettere o escludere elementi da lui ritenuti non idonei: la sua decisione è definitiva.
Saranno esclusi dalle lezioni pratiche gli allievi sprovvisti del necessario equipaggiamento o muniti di materiale non conforme alle regole di sicurezza individuale e di gruppo.
La mancata osservanza delle disposizioni impartite dal corpo Istruttori comporterà l'immediata esclusione dal corso senza diritto ad alcun rimborso.
È possibile che per ragioni di sicurezza l'uscita pratica possa essere interrotta o subire variazioni di itinerario a insindacabile giudizio del direttore del corso.

L'iscrizione al corso implica l'impegno alla frequenza di tutte le lezioni sia pratiche sia teoriche; alla fine del corso sarà rilasciato un attestato di frequenza agli allievi che avranno completato i moduli previsti.
Gli allievi che fossero impossibilitati a partecipare dovranno darne tempestiva comunicazione al direttore o al vicedirettore del corso. Non è previsto il recupero delle lezioni per cui, per qualsiasi motivo, non è stato possibile partecipare. Non è previsto alcun rimborso in caso di rinuncia dopo l'inizio del corso.
Numero Massimo partecipanti: 22

CONTATTI

Direttore del Corso
Rubino De Paolis INA-INSA-SCA (Direttore della Scuola Nestore Nanni)

Vicedirettore del Corso
Vincenzo Brancadoro Istruttore sezionale

PER INFO
Mail: scuola.nanni@cailaquila.it
Cell +340 9455763 Segreteria Scuola

CAI L'AQUILA
SCUOLA DI ALPINISMO E SCIALPINISMO
NESTORE NANNI

Direttore **Rubino De Paolis**
INA-INSA-SCA 3485842224

CLUB ALPINO ITALIANO
Sezione dell'Aquila
Fondata nel 1873

PROGRAMMA XII CORSO SA1 ANNO 2024

Lezioni Teoriche

Martedì 30 Gennaio 2024	Presentazione Corso. Materiali ed equipaggiamento individuale.
Venerdì 2 Febbraio 2024	Nivologia e Meteorologia.
Venerdì 16 Febbraio 2024	*A.R.T.Va.* e autosoccorso in valanga. Chiamata d'emergenza
Venerdì 1 Marzo 2024	Cartografia e Orientamento. Preparazione e Conduzione di un'uscita.
Venerdì 8 Marzo 2024	Donne e scialpinismo: incontro con Margherita Scoppola.
Venerdì 15 Marzo 2024	Storia dello scialpinismo. Tutela dell'ambiente montano.

Uscite pratiche

Sabato 3 Febbraio 2024	Tecnica di discesa in pista, fuoripista e salita.
Sabato 17 **e** Domenica 18 Febbraio 2024	Salite scialpinistiche
Sabato 2 Marzo 2024	Salita scialpinistica
Sabato 9 **e** Domenica 10 Marzo 2024	Salita scialpinistica/ Autosoccorso in valanga.
Sabato 16 Marzo 2024	Uscita finale corso, pranzo e consegna diplomi

Le lezioni teoriche si svolgeranno presso la sede del CAI dell'Aquila in via Sassa 34, con inizio alle ore 18:30, nei giorni indicati nel programma del corso. La durata sarà di circa 2/2,5 ore e la partecipazione è obbligatoria per tutti gli iscritti. Eventuali variazioni di data e di orario saranno tempestivamente comunicate.

L'iscrizione al corso implica l'impegno alla frequenza di tutte le lezioni sia pratiche sia teoriche; alla fine del corso sarà rilasciato un attestato di frequenza agli allievi che avranno completato i moduli previsti.
Gli allievi che fossero impossibilitati a partecipare dovranno darne tempestiva comunicazione al direttore o al vicedirettore del corso.
Non è previsto il recupero delle lezioni per cui, per qualsiasi motivo, non è stato possibile partecipare.
Non è previsto alcun rimborso in caso di rinuncia dopo l'inizio del corso.

Le località e le date delle lezioni pratiche potranno variare in ragione delle condizioni meteorologiche e ambientali. I luoghi di svolgimento, gli orari ed i punti di ritrovo saranno comunicati nel corso delle lezioni teoriche e/o comunque per tempo.