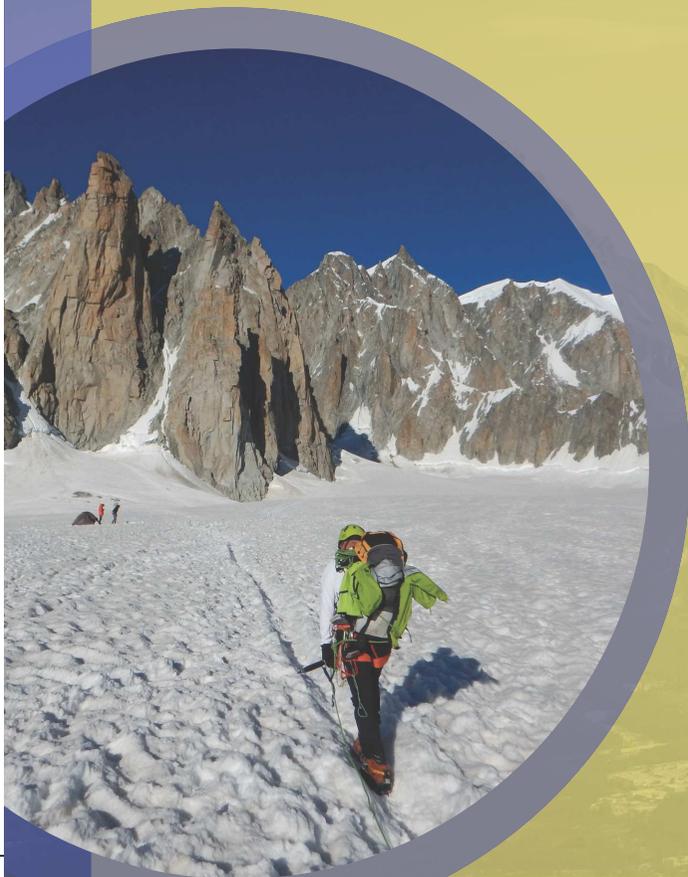


“Bandiere sulle montagne non ne porto: sulle cime io non lascio mai niente, se non, per brevissimo tempo, le mie orme che il vento ben presto cancella.”

- Reinhold Messner



## ISCRIZIONI



In sedi CAI entro Lunedì 30 Agosto 2021. I posti disponibili saranno in base alla situazione generale del periodo di svolgimento del corso (verrà data precedenza a chi si è iscritto con l'apposito modulo di preiscrizione raggiungibile dal sito [www.caibozzolo.it](http://www.caibozzolo.it) o scansionando il QrCode sovrastante; eventuali posti disponibili verranno assegnati ai non preiscritti mediante sorteggio).

## COSTO

130 € (100 € per gli studenti) comprensivo di Manuale “Montagna da vivere” edito dal CAI, assicurazione infortuni, e utilizzo del materiale di gruppo. Sono escluse le spese per trasferimenti, alloggi ed altro.

## CONTATTI

Sezione CAI Bozzolo (MN)

Scuola Sesto Gnaccarini di alpinismo scialpinismo e arrampicata libera:

**Direttore:** Marco Gnaccarini

3396267363 - [gnaccarini.marco@gmail.com](mailto:gnaccarini.marco@gmail.com)

**Vice-Direttore:** Alessio Monteverdi

329 7461718 - [alessio.monteverdi81@gmail.com](mailto:alessio.monteverdi81@gmail.com)

**Segretario:** Aristide Braga

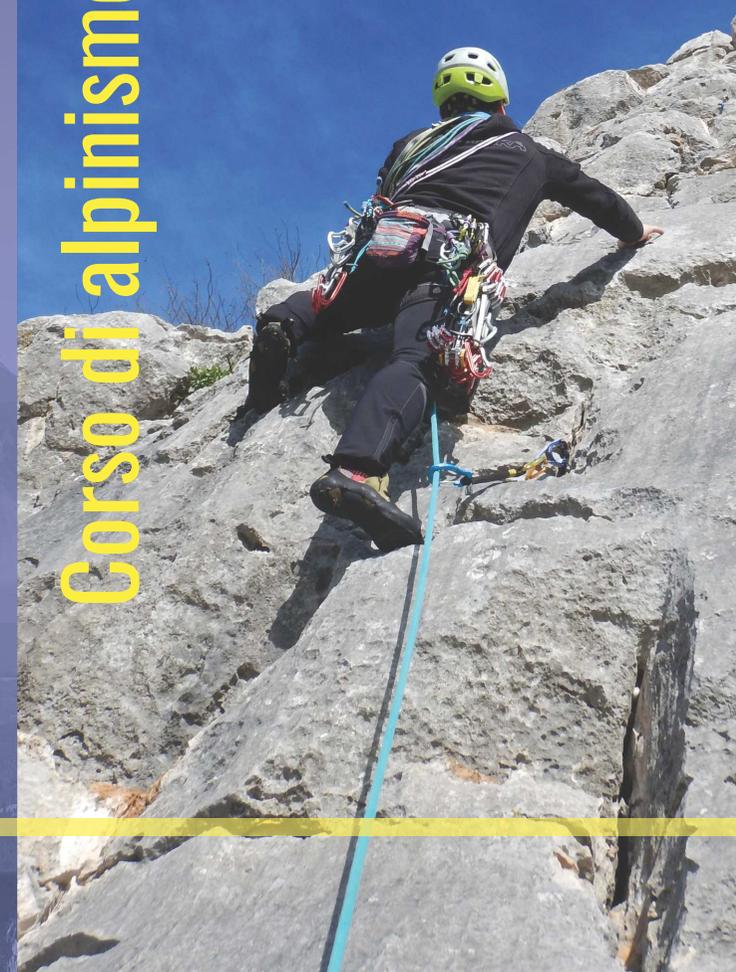
3382447079 - [aristide.braga3@gmail.com](mailto:aristide.braga3@gmail.com)

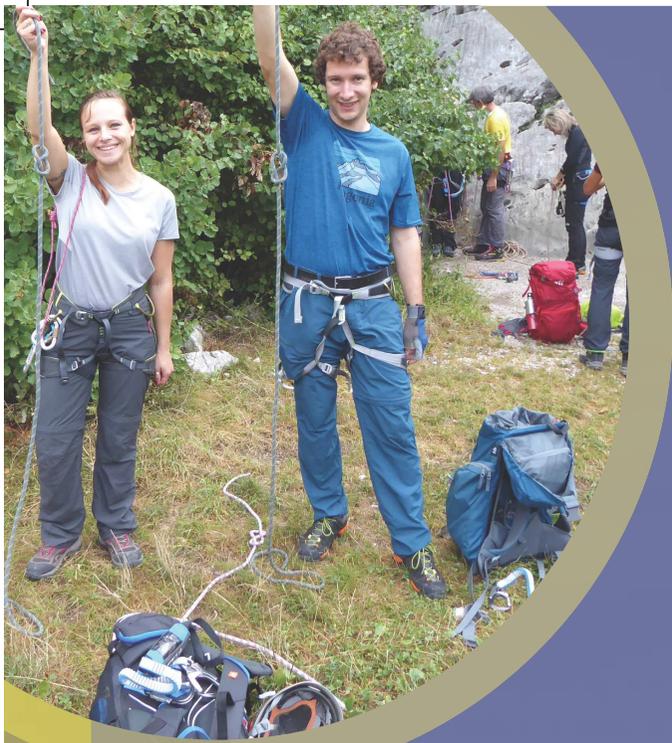
VISITA IL NOSTRO SITO

[www.caibozzolo.it](http://www.caibozzolo.it)



Corso di alpinismo (A1)





Il corso si prefigge l'obiettivo di trasmettere agli allievi la passione per la montagna che è propria degli alpinisti, sia affrontando per gradi le difficoltà della roccia, della neve e del ghiaccio, sia imparando a conoscerne e rispettarne regole, rischi e bellezze. La didattica del corso sarà improntata soprattutto sul movimento in cordata in ragionevole sicurezza: gli allievi impareranno, poco alla volta, le tecniche basilari e le manovre corrette che permetteranno loro di frequentare poi in autonomia, con giusta serenità, tutti gli ambienti montani.

-Marco Gnaccarini

## IL NOSTRO

- Lunedì 30 agosto:** Presentazione del corso, Ordinamento del CAI, Presentazione della Scuola e Materiali
- Giovedì 2 Settembre:** Topografia e Orientamento
- Domenica 5 Settembre:** Uscita pratica in ambiente su percorso con via ferrata
- Giovedì 9 Settembre:** Meteorologia, Nivologia, Morfologia dei ghiacciai e tecniche di attraversamento di un ghiacciaio
- Sabato 11 e Domenica 12 Settembre:** Uscita pratica in ambiente di alta montagna (pernotto in rifugio)
- Giovedì 16 Settembre:** Catena di Assicurazione
- Sabato 25 Settembre:** Virle – Tecnica di Roccia (solo pomeriggio e rientro a casa)
- Domenica 26 Settembre:** Monte Castello di Gaino – Tecnica di Roccia

**Equipaggiamento individuale:** zaino, scarponi, imbracatura, casco, 2 moschettoni a base larga, discensore, 2 cordini, fettuccia (120 cm), set da ferrata, ramponi e piccozza.

## PROGRAMMA

- Giovedì 30 Settembre:** Geologia
- Giovedì 07 Ottobre:** Preparazione di una salita
- Domenica 10 Ottobre:** Virle – Discesa in corda doppia (solo alla mattina e rientro a casa)
- Domenica 17 Ottobre:** Placche di Baone, Arco – Tecnica di Roccia e Discesa in corda doppia
- Giovedì 21 Ottobre:** Storia dell'Alpinismo
- Domenica 24 Ottobre:** Monte Castello di Gaino – Tecnica di progressione in conserva
- Venerdì 29 Ottobre:** Cena di fine corso
- Note:** Le lezioni teoriche del giovedì sera si terranno in sede CAI a Bozzolo alle ore 21:00.

La sezione mette a disposizione degli allievi che ne fossero sprovvisti il materiale richiesto (l'affitto del materiale è incluso nell'iscrizione).