

Invito allo Sci-alpinismo e Snowboard-Alpinismo

Corso Propedeutico

Il **Corso propedeutico base** è rivolto a chi :

- È già in possesso di una discreta capacità sciistica (scende senza problemi su piste rosse battute)
- Ha adeguata preparazione fisica (cammina in montagna in salita senza problemi per 2-3 ore a buon passo)
- Intende avvicinarsi alla pratica dello sci alpinismo e dello snowboard alpinismo per fare le prime esperienze e le prime conoscenze, imparando a muoversi in montagna in sicurezza.

Si effettueranno uscite di livello medio facile, ma di dislivello progressivamente crescente, in ambiente invernale e primaverile

Posti disponibili 15 .

(si darà precedenza agli iscritti delle sezioni che sostengono la scuola e a chi non ha mai fatto esperienze precedenti)

INFORMAZIONI SUL CORSO

Sul sito web: www.scuolaribaldone.com

e-mail : info@scuolaribaldone.com

Oppure telefonare a:

Carlo Cerutti: 348.60.09.825
Enrico Rondelli : 392.46.40.556
Chiara Ravera: 347.71.84.473
Gabriele Mancin: 349.58.09.608
Estella Barbera : 320.43.81.811

ISCRIZIONI

Scaricare e Compilare la domanda di preiscrizione presente sul sito web:

www.scuolaribaldone.com

E rinviarla per e-mail a:

info@scuolaribaldone.com

allegando:

- Un sintetico curriculum in cui sia descritto quale tipo di attività sportiva viene praticata e di quale esperienza alpinistica e sci alpinistica, escursionistica si è in possesso, elencando le salite più importanti.
- Indicare il tipo di attrezzatura in possesso (sci, attacchi, pelli, scarponi) o se deve essere ancora acquistata.
- Copia dei seguenti documenti scansionati: fototessera; Tessera CAI con bollino valido anno 2021, certificato medico di idoneità sportiva non agonistica.

Verrà data **conferma** per e-mail di **accettazione** al corso.

In seguito verrà attivato un gruppo WhatsApp attraverso il quale verranno inviate tutte le comunicazioni.

Quote di partecipazione : 80 euro

Da versare tramite bonifico bancario sul conto della scuola, che sarà comunicato con la mail di accettazione al corso.

DIDATTICA

Se sarà possibile verrà fatta in presenza presso la sede del CAI di Leini alle ore 21 del giovedì precedente all'uscita. In caso contrario ci attizzeremo per lezioni on line su Google Meet.

- ◆ **4 marzo** (giovedì) ore 21 inaugurazione e discussione materiali e attrezzatura invernale
- ◆ **11 marzo** (giovedì) ARTVA e nozioni base di ricerca travolto.
- ◆ **25 marzo** (giovedì) : Neve e valanghe
- ◆ **8 aprile** (giovedì) : cartografia e uso del GPS
- ◆ **22 aprile** (giovedì) : scelta preparazione condotta di una gita

USCITE CON ESERCITAZIONI PRATICHE

- ◆ **13 Marzo** (sabato): **1 uscita**
- ◆ **27 Marzo** (sabato): **2 uscita**
- ◆ **10 Aprile** (sabato): **3 uscita**
- ◆ **24 Aprile** (sabato): **4 uscita**

Ad ogni lezione teorica sarà collegata una esercitazione pratica durante l'uscita pratica seguente

ATTREZZATURA ED EQUIPAGGIAMENTO

Sci, attacchi e scarponi da sci alpinismo, bastoncini, pelli e rampante, ARTVA digitale, pala e sonda (possibilità di noleggio), casco obbligatorio; i ramponi potrebbero essere utili.

DIREZIONE e Organizzazione

TORRINI ANDREA	INAL-IA
CERUTTI CARLO	ISA
RONDELLI ENRICO	ISA IA
Mancin Gabriele	IS
Ravera Chiara	IS

ISTRUTTORI PRESENTI ALLE USCITE

Antonucci Diego	IA
Ballor Gianni	IS
Barbera Estella	IS
Bergamino Matteo	IS
Betemps Carlo	IS
Brero Umberto	IS
Fassone Elisabetta	IS
Gay Pierandrea	IS
Mancin Gabriele	IS
Massa Alessandro	IS
Meotto Maresa	IS
Michelotti Valentino	IS
Milanesio Giorgio	IS
Piotto Enrico	ISA
Piotto oreste	IA
Peronato Pietro	INA
Ravera Chiara	IS
Ruotolo Piero	IA
Strozzi Vladimiro	IS

Ulteriori info presso le sezioni CAI di riferimento :

Ala di Stura Caselle Torinese Ciriè Lanzo Torinese Leini Vennaria Reale

Note COVID

Verranno applicate con cura tutte le norme in vigore e rispettate tutte disposizioni delle autorità.

Sul nostro sito web si trovano le raccomandazioni del CAI centrale