



Scuola Gran Sasso

Corso base di Alpinismo A1



PREMESSA

Cari soci, la Scuola Gran Sasso è un organo tecnico del CAI e ha come scopo principale quello della **FORMAZIONE**. Il corso base di alpinismo A1 prevede che i partecipanti siano quanto meno abituati alla frequentazione dell'ambiente montano. Se avete in mente una vacanza guidata in Dolomiti non iscrivetevi, non siamo né guide alpine né operatori turistici. Se invece siete escursionisti, provetti alpinisti o arrampicatori sportivi e volete ampliare le vostre conoscenze saremo felici di mettere a vostra disposizione tutta la nostra competenza ed esperienza. Vi chiedo di fare un onesto esame di coscienza sulle vostre motivazioni e soprattutto il vostro livello di allenamento. Come soci CAI siete sicuramente consapevoli che la frequentazione della montagna, in particolare l'alpinismo, comportano l'accettazione di una quota di rischio che non è eliminabile. Lo scopo del corso è proprio questo: aiutarvi a sapervi muovere correttamente e godere a pieno del meraviglioso mondo della montagna. Vi aspettiamo.

Il Direttore del corso, INA-INSA-SCA Rubino De Paolis tel. 3485842224

REGOLAMENTO

La Scuola intersezionale di alpinismo, e sci alpinismo "Gran Sasso" propone ai soci del Club alpino italiano, dal 15 Giugno al 14 Luglio, un Corso base di alpinismo (A1). Il corso è rivolto a coloro che abbiano già una discreta esperienza almeno nell'escursionismo o che vogliano migliorare quella alpinistica.

Il programma prevede lezioni teoriche in aula su argomenti inerenti l'attività alpinistica, la sicurezza, la conoscenza della montagna e del CAI.

Il programma prevede uscite pratiche in ambiente su terreno innevato, su vie ferrate e di scalata su roccia in cui si utilizzeranno attrezzature come ramponi, piccozza, imbracatura, set da ferrata, corda e moschettoni.

Il fine del corso è di insegnare agli allievi il corretto approccio all'attività alpinistica, il corretto utilizzo delle attrezzature, la progressione in ambiente innevato, la progressione su vie ferrate e l'arrampicata su roccia mediante l'utilizzo della corda come sistema di

assicurazione della cordata. Verranno analizzati i pericoli propri dell'alpinismo, metodi di autosoccorso e richiesta di soccorso organizzato (Soccorso Alpino).

Con l'adesione al corso l'allievo è consapevole che nello svolgimento dell'attività alpinistica un rischio residuo è sempre presente e non è mai azzerabile. L'iscrizione al CAI attiva automaticamente le coperture assicurative relative agli Infortuni del socio. Assicura il socio nell'attività sociale per infortuni (morte, invalidità permanente e rimborso spese di cura). E' valida esclusivamente in attività organizzate dal CAI.

Sarà possibile richiedere l'iscrizione al corso fino al **2 Giugno**, la domanda si effettua accedendo alla pagina dedicata sul sito della Scuola **www.scuolagransasso.org** e compilando l'apposito modulo. Dopo la richiesta riceverete un questionario da compilare al quale dovrà essere allegato un breve riepilogo delle principali attività già svolte in montagna. L'ammissione al corso è subordinata al raggiungimento del numero massimo di partecipanti e alla valutazione delle singole richieste. L'ammissione al corso verrà comunicata entro il 4 Giugno e dovrà essere perfezionata versando la quota di partecipazione fissata in **€ 220,00** e inviando copia del certificato medico. La quota comprende una assicurazione infortuni e l'utilizzo di una parte delle attrezzature che verranno messe a disposizione della scuola. La quota non comprende i trasporti, il vitto e i pernottamenti. In caso di rinuncia a corso avviato non è previsto alcun rimborso.

Gli allievi ammessi al corso dovranno essere dotati della seguente attrezzatura individuale: abbigliamento da montagna, zaino da montagna 35/40 Lt., imbracatura bassa in ottimo stato, casco da alpinismo omologato, set da ferrata omologato e in ottimo stato, scarponi da montagna ramponabili o semiramponabili, ramponi, piccozza, scarpette da arrampicata, 1 cordino in kevlar da 1,5 mt., 2 moschettoni a base larga con ghiera (HMS), un moschettone a forma ovale con ghiera, una piastrina Gi-Gi o similare, un freno tipo Secchiello (BeUp, Reverso, ecc.). Tutto il materiale deve essere tassativamente in ottimo stato, omologato e recante la marcatura CE non scaduta.

Alla prima lezione, che si terrà il **7 Giugno alle 19:00** presso la sede del CAI di L'Aquila, riceverete tutte le informazioni riguardanti il programma, la logistica, i materiali e le attrezzature necessarie durante lo svolgimento del corso. In tale occasione potrete far visionare il materiale in vostro possesso, vi **SCONSIGLIAMO** di acquistare materiale prima della presentazione del corso.

L'assenza ingiustificata alla serata di apertura comporterà, salvo eccezioni, l'esclusione dal corso.