La Scuola di Alpinismo e Sci-Alpinismo “CAI Monviso” della sezione di Saluzzo organizza, per l'autunno 2024, un corso base di arrampicata AL1.

Il corso è rivolto a tutti, soprattutto a coloro che non hanno mai praticato attività di arrampicata sportiva.

La struttura del corso comprende lezioni teoriche in sede, in palestra indoor e uscite in falesia. Le lezioni teoriche riguarderanno i materiali, la sicurezza e le caratteristiche della scalata, nonché la tecnica individuale e l'allenamento. Le esercitazioni pratiche permetteranno di familiarizzare con l'attrezzatura, di apprendere le corrette tecniche di assicurazione e di progressione in parete.

Le uscite in ambiente, per un totale di 6 giornate, permetteranno all'allievo di affrontare rocce di natura differente, dal calcare al granito, su gradi di difficoltà idonee alle caratteristiche di ciascuno.

L'obiettivo principale è quello di trasmettere agli allievi tutte le nozioni e le pratiche necessarie a metterli in condizione, una volta concluso il corso, di affrontare itinerari di arrampicata in falesia da primi di cordata.

La quota di iscrizione è di € 150,00 comprensivo dell'uso del materiale comune della cordata (corde, rinvii e materiale didattico). La quota NON comprende Il materiale personale (scarpette, imbrago, casco, moschettoni, discensore, fettuccia...) di cui verrà data indicazione e descrizione precisa durante la lezione di presentazione del corso. Sono inoltre escluse le spese di trasporto e alloggio.

L’iscrizione al corso è aperta ai soci CAI, in regola con il bollino dell’anno in corso, che abbiano compiuto il 18° anno di età.

Per iscriversi al corso è necessario compilare il **modulo di preiscrizione**

Le PREISCRIZIONI saranno accettate sino al raggiungimento del numero massimo di allievi previsto e non oltre il 15/06/2024.

L'effettiva accettazione al corso verrà comunicata agli iscritti entro il 30/06/2024 e dovrà essere confermata tramite il pagamento della quota di iscrizione e l'invio del modulo di iscrizione entro e non oltre il 10/07/2024. Durante la serata di presentazione del corso dovrà essere consegnato il certificato medico di idoneità alla pratica sportiva non agonistica e, per i nuovi iscritti al CAI, una fototessera.

Per informazioni:

e-mail: alpinismo@caisaluzzo.it

Direttore del corso: Flavio Occelli

Il pagamento della quota di iscrizione è da effettuare tassativamente entro il 10/07/2024, dopo aver ricevuto conferma dell'iscrizione, unicamente mediante bonifico bancario a:

Scuola CAI Monviso

IBAN: IT55 K030 6909 6061 0000 0115 016

Causale: AL1 Cognome Nome

CALENDARIO DEL CORSO:

Le date delle uscite pratiche potranno subire modifiche in previsione di condizioni meteo non favorevoli.

Lezioni teoriche: al mercoledi sera alle ore 20:45

Mercoledì 18 settembre - Presentazione Corso e Materiali

Mercoledì 25 settembre

Mercoledì 9 ottobre

Mercoledì 23 ottobre

Mercoledì 6 novembre

Uscite pratiche:

Domenica 22 settembre

Domenica 29 settembre

Domenica 13 ottobre

Sabato 26 e Domenica 27 ottobre

Domenica 10 novembre