



CLUB ALPINO ITALIANO

Scuola Intersezionale di Alpinismo e Scialpinismo "ALPHARD"

*Acqui - Alessandria - Casale Monferrato - Novi Ligure
Ovada - S. Salvatore Monferrato - Tortona - Valenza Po*



23 CORSO ALPINISMO BASE (A1) 2019

Primo modulo

Lezioni teoriche (le lezioni teoriche si terranno nel giorno di giovedì, presso la sezione CAI che verrà comunicata di volta in volta, al termine della lezione precedente, ad esclusione della Inaugurazione del corso che si terrà di venerdì presso il PalaGuerci della Sezione di Valenza

- 15 febbraio (venerdì) Inaugurazione del corso - Lezione su Materiali
- 20 febbraio Tecnica di movimento individuale
- 27 febbraio Tecnica di movimento individuale
- 07 marzo I nodi dell'alpinismo
- 14 marzo Scala delle difficoltà - Storia alpinismo
- 21 marzo Alimentazione - Primo soccorso
- 28 marzo Progressione della cordata - Ripasso nodi
- 04 aprile Meteo

Lezioni pratiche

- 03 marzo Falesia arrampicata
- 17 marzo Falesia arrampicata
- 31 marzo Falesia arrampicata
- 14 aprile Parete di bassa valle arrampicata su via di più tiri
- 28 aprile Data per eventuale recupero

Le date delle lezioni pratiche si svolgono outdoor e quindi sono eseguibili solo con accettabili condizioni meteo, risultando quindi possibile lo spostamento delle date stesse in caso di condizioni avverse.



CLUB ALPINO ITALIANO
Scuola Intersezionale di Alpinismo
e Scialpinismo "ALPHARD"
*Acqui - Alessandria - Casale Monferrato - Novi Ligure
Ovada - S. Salvatore Monferrato - Tortona - Valenza Po*



23 CORSO ALPINISMO BASE (A1) 2019

Secondo modulo

Lezioni teoriche

- 09 maggio Ripasso – Proiezione filmato
- 16 maggio Tecnica di ghiaccio – Ambiente innevato
- 23 maggio Catena di assicurazione
- 30 maggio Preparazione e condotta di una salita – Studio della via e montagna
- 06 giugno Topografia ed Orientamento
- 13 giugno Geologia
- 20 giugno Nivologia

Lezioni pratiche

- 11 maggio Prove di caduta – Risalita sulla corda
- 12 maggio Salita via di roccia
- 25-26 maggio Salita su canale di neve
- 8-9 giugno Salita via di roccia
- 22-23 giugno Salita su cima di Alta Montagna
- 29-30 giugno Data per eventuale recupero

Le date delle lezioni pratiche si svolgono in ambiente alpino e quindi sono eseguibili solo con buone condizioni meteo, risultando quindi possibile lo spostamento delle date stesse in caso di condizioni avverse.