

note e presentazione corsi

- Le iscrizioni sono aperte a tutti i soci in regola con il tesseramento per l'anno 2010 e **si ricevono presso le Sezioni CAI, appartenenti alla scuola**, aperte tutti i venerdì sera dalle ore 21 alle ore 22,30.
- Per la partecipazione ai corsi è richiesto un certificato medico di buona salute.
- La partecipazione ai corsi sarà subordinata ad una verifica delle capacità tecniche di base che sarà svolta alla prima uscita.
- Il programma delle uscite, per problemi di innevamento o maltempo, potrà subire delle variazioni; è indispensabile quindi che i partecipanti si presentino alla lezione teoriche nelle serate precedenti le uscite, per le relative indicazioni.



Venerdì 15 Gennaio 2010 (ore 21,00)
Presentazione Corsi
presso
Sezione CAI di Omegna

SCUOLA INTERSEZIONALE
DI ALPINISMO E SCI ALPINISMO
"Moriggia - Combi e Lanza"
delle Sezioni di
Baveno, Gravelloa Toce, Omegna
Pallanza, Stresa e Verbanò
moriggia.combilanza@gmail.com
DIRETTORE SCUOLA: PIERANTONIO FERRARI
(I.N.A. - I.N.S.A.)



CLUB ALPINO ITALIANO



 **JOLLY SPORT**
mountain ski by experience
Prezzo - Qualità - Esperienza

2010
CORSO DI
SCI ALPINISMO BASE (SA1)
CORSO DI GHIACCIO BASE (AG1)

Pesce Formino SA1 - 2006

PREMOSELLO CHIOVENDA
Via Milano, 93 - Tel./Fax 0324 88237
STRESA
Via De Vit, 4 - Tel. 0323 31591
e-mail: jollysport@jollysport.com
www.jollysport.com

SCUOLA INTERSEZIONALE
DI ALPINISMO E SCI ALPINISMO
"Moriggia - Combi e Lanza"
delle Sezioni di
Baveno, Gravelloa Toce, Omegna
Pallanza, Stresa e Verbanò
Via Molino, 17 - 28883 Gravelloa Toce (VB)





CORSO DI SCI ALPINISMO BASE (SA1)

Il corso è destinato a quanti intendono avvicinarsi gradualmente all'ambiente della montagna in veste invernale, apprendendo le nozioni di base per la pratica dello scialpinismo. E' richiesta una discreta capacità sciistica in pista, per chi ha un adeguato allenamento e per chi ha già partecipato a corsi SA1 verranno scelti itinerari di maggior impegno.

LEZIONI TEORICHE (aperte a tutti dalle ore 21.00)

Venerdì 5 febbraio - CAI - Pallanza
Materiali ed equipaggiamento

Venerdì 12 febbraio - CAI - Stresa
Uso dell'apparecchio ARVA

Venerdì 19 febbraio - CAI - Omegna
Topografia ed orientamento

Giovedì 25 febbraio - CAI - Baveno
Meteorologia e nivologia

Giovedì 4 marzo - CAI - Gravelona toce
Valanghe ed autosoccorso

Venerdì 12 marzo - CAI - Intra
Pronto soccorso ed alimentazione

Giovedì 18 marzo - CAI - Pallanza
Preparazione e svolgimento di una gita

Venerdì 26 marzo - CAI - Omegna
Test finale e foto corso

USCITE PRATICHE (tema principale)

Domenica 14 febbraio
Fuoripista con impianti di risalita

Domenica 21 febbraio
Tecnica di salita

Domenica 28 febbraio
Ricerca ARVA

Domenica 7 marzo
Pericoli oggettivi e soggettivi

Domenica 21 Marzo
Regole di sicurezza in salita e discesa

Sabato 27 e domenica 28 Marzo
Uscita con pernottamento in rifugio

- Le uscite pratiche potranno subire variazioni a causa delle condizioni nivo-meteorologiche
 - Età minima: **16 anni** (compiuti)
 - Quota iscrizione € **120,00** (€ **100,00** per i minori di 21 anni)
 - Chiusura iscrizioni **5 febbraio 2010**
 - Numero massimo iscritti: **25**
 - Ai partecipanti sarà offerta la possibilità di noleggiare, con disponibilità limitata, l'attrezzatura (sci, attacchi e pelli)
- Direttore corso : Maurizio Orlandin (I.S.A.)**
Tel. 329/2108395

CORSO DI ALPINISMO GHIACCIO E MISTO (AG1)

Nadelgrat - agosto '09



Il corso si rivolge a persone che vogliono avvicinarsi all'alta montagna apprendendo le tecniche di progressione e il corretto uso delle attrezzature necessarie per affrontare in sicurezza itinerari su terreno di ghiaccio e misto di media difficoltà.

LEZIONI TEORICHE (aperte a tutti dalle ore 21.00)

Venerdì 21 maggio - CAI - Intra
Materiali ed equipaggiamento

Venerdì 28 maggio - CAI - Omegna
Nodi e manovre

Venerdì 4 giugno - CAI - Pallanza
Glaciologia

Venerdì 11 giugno - CAI - Stresa
Topografia e orientamento

Giovedì 17 giugno - CAI - Baveno
Preparazione di una salita

Giovedì 24 giugno - CAI - Gravelona Toce
Storia dell'alpinismo su ghiaccio

USCITE PRATICHE (tema principale)

Domenica 30 maggio
Progressione della cordata e tecniche di assicurazione

Domenica 6 giugno
Tecnica di progressione su ghiacciaio e manovre di corda

Domenica 13 giugno
Salita su ghiacciaio in alta montagna

Sabato 19 e Domenica 20 giugno
Tecniche di progressione e salita su terreno misto

Sabato 26 e Domenica 27 giugno
Salita in alta montagna

VENERDI' 30 APRILE 2010 **CAI INTRA - PRESENTAZIONE CORSO**

- Età minima: **18 anni** (compiuti)
 - Quota iscrizione € **150,00** (€ **120,00** per i minori di 21 anni)
 - Numero massimo iscritti: **16**
 - Chiusura iscrizioni **14 maggio 2010**
 - Ai partecipanti è richiesto il possesso dell'attrezzatura necessaria (che sarà specificata durante la prima lezione) e di un discreto allenamento.
- Direttore corso : Pierantonio Ferrari (I.N.A. - I.N.S.A.)**
Tel. 0323/587756 ore serali