

18° Corso di Arrampicata Libera

ISCRIZIONI AL CORSO

Il corso è aperto a tutti i soci C.A.I. che abbiano compiuto il sedicesimo anno di età. Per i minorenni occorre l'autorizzazione firmata di entrambi i genitori o di chi ne fa le veci.

I moduli per la richiesta di iscrizione al 18° Corso di Arrampicata Libera sono scaricabili on-line sulla home-page del nostro sito:

[Modulo di preiscrizione al 18° Corso di Arrampicata Libera](#)

Il modulo compilato andrà spedito via e-mail a

scuoladialpinismo@caicaratebrianza.it

oppure consegnato in sede CAI durante l'apertura del venerdì sera dalle ore 21:00 alle ore 22:30 entro il 28 giugno 2024.

La conferma di accettazione al 18° corso di Arrampicata Libera, sarà comunicata ai diretti interessati il giorno 5 luglio 2024.

Il completamento dell'iscrizione al corso, per chi confermato, dovrà essere completato entro il 19 luglio 2024, con la seguente documentazione da consegnare in sede:

- 1 fotografia formato tessera
- Tessera CAI con bollino valido per l'anno 2024
- Certificato medico di buona salute per svolgere pratica sportiva non agonistica valido per il 2024

Quota di iscrizione € 200.

Incluse nella quota di iscrizione le dispense didattiche. Sono escluse tutte le spese di vitto, alloggio, viaggio ed eventuali impianti di risalita.



Scuola di Alpinismo Mario dell'Oro
Sezione di Carate Brianza
via Cusani, 2 Carate Brianza c/o Torre Civica

Scuola di Alpinismo Mario dell'Oro Sezione di Carate Brianza



Il corso di arrampicata libera organizzato dalla Sezione del C.A.I. di Carate Brianza è indirizzato a chiunque sia amante della natura e della montagna.

Prevede lezioni teoriche in sede e lezioni pratiche in palestra e in falesia.

Scopo del corso di arrampicata libera è quello di fornire agli allievi tutte le conoscenze necessarie per praticare l'arrampicata libera su roccia in totale sicurezza, portandoli ad essere in grado di arrampicare da primi di cordata su itinerari perfettamente attrezzati.

REGOLAMENTO DEL CORSO

La direzione del corso si riserva la facoltà di apportare modifiche al programma e di escludere dal corso stesso quegli allievi che avessero dato prova di indisciplina o avessero dimostrato manifesta incapacità tecnica. La scelta delle località per le lezioni pratiche verrà decisa all'ultimo momento per poter sfruttare al meglio le condizioni meteorologiche ed ambientali del terreno.

INFORMATIVA

La frequentazione della montagna, della falesia e delle strutture indoor di arrampicata sono attività che presentano dei rischi; le scuole del C.A.I. adottano tutte le misure precauzionali affinché nei vari ambienti si operi con ragionevole sicurezza. Con la loro adesione Istruttori ed allievi sono consapevoli che nello svolgimento dell'attività alpinistica un rischio residuo è sempre presente e non è mai azzerabile.

PROGRAMMA

18° CORSO DI ARRAMPICATA LIBERA

Mer 12/06	Presentazione e apertura iscrizioni
Mer 04/09	Programma del corso, Equipaggiamento e materiali
Lun 09/09	Nodi 1 e Tecniche di Arrampicata 1
Mar 10/09	Nodi 1 e Tecniche di Arrampicata 1
Dom 15/09	Arrampicata da secondo di cordata
Lun 16/09	Nodi 2 e Materiale per arrampicata
Mar 17/09	Nodi 2 Tecniche di arrampicata 2
Dom 22/09	Arrampicata e manovre di corda
Lun 23/09	BLS, Emergenza di primo soccorso, il C.A.I. e la sua struttura.
Ven 27/09	Prove di trattenuta
Lun 30/09	Nodi 3 e Metodi di allenamento
Mar 01/10	Arrampicata da primo di cordata, Manovra di allungamento
Dom 06/10	Arrampicata da primo di cordata, Manovra di allungamento
Lun 07/10	Storia dell'Arrampicata Libera
Mar 08/10	Arrampicata da primo di cordata, Tecniche di arrampicata 3
Sab-Dom 12-13/10	Arrampicata in falesia
Sab 12/11	Cena di fine corso

- Le date in **nero** presso la sede CAI
- Le date in **blu** presso la **palestra indoor**
- Le date in **verde** in **ambiente**

Le lezioni teoriche sono aperte a tutti gli iscritti CAI ed hanno inizio alle ore 21:00.

ORGANICO DELLA SCUOLA 2023/2024

DIRETTORE	INA Curti Angelo	339-3321656
VICEDIRETTORE	INA Antonio Colombo	345-1555246

DIREZIONE 18° CORSO DI ARRAMPICATA LIBERA

DIRETTORE	IAL Scotti Matteo	388-4462175
VICEDIRETTORE	IAL Tonicello Pietro	333-7755190

ISTRUTTORI DELLA SCUOLA:

I.A.L. Barbaglia Andrea	I.A.L. Marzorati Alessandro
I.S. Barbon Alice	I.N.A. Marzorati Marino
I.S. Battaiotto Marco	I.S. Mazzolini Gabriele
ASP.I. Bertolini Jessica	I.A. Monteleone Andrea
I.A. Bonfanti Annalisa	I.S. Moscatelli Michele
I.A. Borgonovo Flaminio	I.N.A. Nicolodi Marco
I.S. Caldarini Angelo	I.S. Patruno Monica
I.S. Castagna Roberto	I.S. Pozzi Alessio
I.S. Cattaneo Gianluca	I.S. Recalcatti Simone
I.S. Cerini Luca	I.A. Redaelli Marco
I.S. Cesana Maurizio	I.A. Redaelli Massimo
I.S. Chifu Smaranda	I.S. Redaelli Norberto
I.S. Citterio Massimo	I.A. Riva Stefano
I.S. Colciago Laura	ASP.I. Rostirolla Martina
I.N.A. Colombo Antonio	I.S. Schirru Stefano
I.S. Colombo Diego	I.S. Scotti Carlo
I.N.A. Colombo Marco	I.S. Scotti Luca
ASP.I. Colombo Massimo	I.A.L. Scotti Matteo
I.S. Consonni Marco	I.A.L. Spinelli Maurizio
I.S. Cristallo Davide	G.A. Spinelli Vanni
I.N.A. Curti Angelo	I.A. Tanzi Ezio
I.A.L. Fani Alessio	I.S. Tirelli Christian
I.S. Folci Michele	I.A.L. Tonicello Pietro
ASP.I. Gatti Federica	I.S. Toppi Maura
I.A.L. Grassi Danilo	I.S. Vergani Cinzia
I.S. Legnani Giovanni	I.S. Vimercati Giuliano
I.A.L. Maggiorni Matteo	I.S. Zampieri Matteo
I.S. Maj Stefano	I.S. Zimbaldi Chiara

MATERIALE INDIVIDUALE

Casco da arrampicata;
Imbracatura bassa da arrampicata;
Scarpette da arrampicata;
Sacchetto porta magnesite;
N°2 moschettoni a ghiera;
N°1 anello di cordino diam. 8 mm da 2,0 metri;
Abbigliamento adeguato

Per eventuale acquisto di materiali, si consiglia di attendere lo svolgimento della prima lezione "Equipaggiamento e materiali". In quella sede sarà possibile individuare cosa necessario e chiedere consiglio agli Istruttori