



Club Alpino Italiano

Sezione CAI Prato *Emilio Bertini*



Scuola Permanente di Alpinismo *Cosimo Zappelli* XXI Corso di Alpinismo su Roccia AR1 2025

Lezioni teoriche

Le lezioni teoriche avranno luogo in Via Ferrucci 367 – Loc. Mezzana (PO) con inizio alle ore 21:00

Mercoledì 12 Marzo	Presentazione del corso e comprensione delle attività. Pericoli e rischi. Nodi.
Mercoledì 19 Marzo	Progressione della cordata: legatura, assicurazione e autoassicurazione. Nodi.
Mercoledì 26 Marzo	Catena di assicurazione. Nodi e legatura.
Sabato 29 Marzo	Materiali ed equipaggiamento per l'alpinismo.
Mercoledì 02 Aprile	Elementi di meteorologia per l'alpinismo. Nodi e legatura.
Lunedì 07 Aprile	Richiesta di soccorso e cenni di primo soccorso. Nodi e legatura.
Mercoledì 16 Aprile	Cartografia e orientamento. Nodi e legatura.
Mercoledì 07 Maggio	Scelta e preparazione di una salita. Scale di difficoltà. Nodi e legatura.
Mercoledì 14 Maggio	Geologia e geomorfologia.
Mercoledì 04 Giugno	Storia dell'alpinismo su roccia.
Data da definire	Cena di fine corso. Consegna degli attestati.

Lezioni pratiche su roccia

Luogo e orario di partenza sarà comunicato di volta in volta alla lezione teorica precedente l'uscita

06 Aprile	Falesia - Monsummano Tecniche di assicurazione e autoassicurazione. Realizzazione di soste. Progressione della cordata. Calata in corda doppia. Monotiri in falesia.
13 Aprile	Valle di Camaio Realizzazione di soste e posizionamento di protezioni intermedie con ancoraggi naturali e artificiali. Tecniche di assicurazione e autoassicurazione. Progressione della cordata. Prove di trattenuta del compagno. Monotiri in falesia.
11 Maggio	Alpi Apuane Progressione della cordata in ambiente. Realizzazione di soste e posizionamento di protezioni intermedie con ancoraggi naturali e artificiali. Tecniche di assicurazione e autoassicurazione. Calata in corda doppia. Paranco.
16/17/18 Maggio	Alpi Occidentali Progressione della cordata in ambiente: realizzazione di soste, posizionamento di protezioni intermedie con ancoraggi naturali e artificiali. Tecniche di assicurazione e autoassicurazione. Calata in corda doppia. Risalita su corda.
07/08 Giugno	Dolomiti Progressione della cordata in ambiente. Posizionamento di protezioni intermedie. Soste con ancoraggi naturali e artificiali. Tecniche di assicurazione e autoassicurazione. Calata in corda doppia.

I luoghi e le uscite pratiche potranno subire cambiamenti di destinazione e data a causa delle condizioni meteorologiche, in particolare con l'anticipo al sabato dell'uscita prevista la domenica. In caso di annullamento di uscite pratiche non è previsto il rimborso, neanche parziale, della quota versata.

L'iscrizione al corso potrà essere perfezionata solo dopo aver sostenuto una prova valutativa con esito positivo il cui svolgimento si terrà il giorno **15 Febbraio 2025** nella falesia di Monsummano (PT).

La quota di partecipazione è di 390 €. L'intera quota di iscrizione al corso andrà versata entro il **5 Marzo 2025** presso la sede del CAI di Prato. La quota comprende il materiale didattico e l'utilizzo del materiale tecnico (corda, rinvii, ecc.); sono **escluse** le spese di vitto, alloggio e trasferta.

Entro la data della prima lezione teorica, gli allievi dovranno presentare un certificato medico di idoneità all'attività sportiva non agonistica con elettrocardiogramma, indispensabile per partecipare alle uscite pratiche.

Gli allievi dovranno inoltre munirsi di materiale tecnico personale, il cui elenco sarà dettagliato alla prima lezione teorica, si consiglia di aspettare la lezione prima di acquistare materiale che potrebbe risultare non adatto al corso.

Il corso è riservato ai soci CAI regolarmente iscritti.

Nota informativa: si ricorda che l'attività alpinistica e di arrampicata è, per sua stessa natura, potenzialmente pericolosa e che i rischi connessi non sono completamente eliminabili, neppure con una condotta tecnicamente corretta dell'istruttore e dell'allievo.

Informazioni: sede CAI Prato: martedì dalle 21:30 alle 22:30, via Banchelli n.11; e-mail: scuola.alpinismo@caiprato.it