



S.A.T. – Società Alpinisti Tridentini
Sezione di Arco

**SCUOLA DI ALPINISMO E SCIALPINISMO
“PREALPI TARENTINE”**

ATTIVITA' INVERNALE 2019



Corso di Scialpinismo

Base SA1

Gennaio – Marzo 2019

Per info ed iscrizioni: Marco Piantoni (ISA) +39 335 274457 marco@studiopm.net
Melania Rebonato (ISA) +39 347 3603440 melania.rebonato@gmail.com

Facebook pagina: <https://www.facebook.com/ScuoladiAlpinismoeScialpinismoPrealpiTrentine>

Facebook gruppo: <https://www.facebook.com/groups/Scialpinismo>

Web: https://www.satarco.it/?q=scuola_prealpi_trentine

Corso di Scialpinismo Base SA1

Gennaio - Marzo 2019

Marco Piantoni (ISA)
Melania Rebonato (ISA)

Direttore del Corso SA1 2019
Vicedirettore del Corso SA1 2019

Si tratta di un corso base, che si propone di fornire agli allievi un bagaglio di nozioni elementari necessarie e fondamentali per gestire in autonomia un itinerario scialpinistico. La conoscenza della montagna in veste invernale permetterà agli allievi di approfondire le proprie capacità, relativamente alla verifica degli itinerari di salita e discesa, dei concetti di topografia e orientamento e soprattutto dei comportamenti da tenere in funzione della sicurezza propria e del gruppo.

Le lezioni teorico-pratiche tratteranno anche argomenti legati alla preparazione fisica, all'alimentazione, all'autosoccorso, alla nivologia e alla storia dello scialpinismo.

PROGRAMMA SA1 2019

- **Giovedì 17/01/2019, ore 20.30**
Sede SAT Arco

Presentazione del corso – Materiali ed equipaggiamento – Iscrizioni

- **Giovedì 24/01/2019, ore 20.30**
Sede SAT Arco

Preparazione di una gita scialpinistica – Scelta dell'itinerario e condotta della gita

- **Giovedì 07/02/2019, ore 20.30**
Sede SAT Arco

Artva e Autosoccorso in valanga

- **Giovedì 14/02/2019, ore 20.30**
Sede SAT Arco

Topografia e orientamento

- **Giovedì 21/02/2019, ore 20.30**
Sede SAT Arco

Meteorologia e Nivologia – Lettura del bollettino

- **Giovedì 07/03/2019, ore 20.30 Sede SAT Arco**

Primo Soccorso – Chiamata del NUE 112

- **Domenica 20/01/2019**
Monte Bondone

Uscita scialpinistica in ambiente – Selezione – Prova di salita e di discesa – Tecnica di salita/discesa – Movimento del gruppo

- **Domenica 27/01/2019**
Val di Funes

Scelta dell'itinerario – distanze di sicurezza – I passi – Cenni sull'ARTVA

- **Sabato e Domenica 09-10/02/2019**
Val Sarentino

Cos'è e come si usa l'ARTVA, come e perché si fa autosoccorso – Stazioni di prova: ricerca, sondaggio, scavo

Lezione teorica in albergo: Alimentazione

- **Domenica 17/02/2019**
Val dei Mocheni

Esercizi di orientamento – scelta della traccia – Ricerca ARTVA

- **Domenica 24/02/2018**
Val di Fassa

Stratigrafia – Scelta dell'itinerario – Ricerca ARTVA

- **Sabato e Domenica 09-10/03/2019**
Val Venosta

Autosoccorso e ricerca ARTVA

Numero partecipanti:	Massimo 20
Quota iscrizione:	€ 280,00 La quota d'iscrizione è comprensiva di: materiale didattico relativo agli itinerari previsti, frequenza alle lezioni teoriche e pratiche, n. 4 uscite con pullman, messa a disposizione di ARTVA, pala, sonda. Sono esclusi i costi di trasporto, vitto, pernottamento e gli eventuali impianti di risalita e quant'altro non specificato come incluso.
Requisiti per l'iscrizione e l'ammissione	<u>buona preparazione fisica;</u> <u>padronanza degli sci in salita e discesa</u>
	Obbligatorio: essere in possesso della seguente dotazione individuale: sci d'alpinismo e pelli, rampant, pila frontale, telo termico d'emergenza, abbigliamento idoneo per attività invernale. Artva, pala e sonda sono obbligatori, per il corso, a chi ne fosse sprovvisto, verranno forniti gratuitamente dalla scuola.
	Consigliati: Casco, altimetro e bussola.

ISCRIZIONE AI CORSO:

L'iscrizione al corso sarà accettata in seguito al versamento di un anticipo, a titolo di caparra, della quota di iscrizione, pari a 100,00 €.

Il bonifico dovrà essere eseguito sul C/C IBAN: IT11U0359901899080168516100 intestato alla SAT di Arco, con la seguente descrizione: **Nome e Cognome – Causale: Pre-iscrizione Corso Scialpinismo SA1 2019**

Il saldo della quota di iscrizione dovrà avvenire alla serata di presentazione del corso, unitamente alla consegna del certificato medico e all'esibizione della tessera C.A.I./S.A.T.

L'iscrizione sarà possibile anche la sera di presentazione del corso se ci saranno ancora posti disponibili. Nel caso in cui il numero dei candidati dovesse eccedere i posti disponibili, la priorità sarà accordata in base all'ordine temporale delle preiscrizioni.

E' obbligatorio presentare, al momento dell'iscrizione:

1. il certificato medico di idoneità all'attività sportiva agonistica;
2. l'iscrizione al C.A.I./S.A.T., mediante fotocopia della tessera, tessera che dovrà essere in regola con il bollino del 2019 - (chi ne fosse sprovvisto è invitato a recarsi in sede per richiedere la tessera in tempo utile).

AMMISSIONE AI CORSI:

L'ammissione al corso sarà subordinata ad una valutazione tecnica preliminare, durante la prima uscita del corso in ambiente, saranno valutate le capacità fisiche, tecniche e attitudinali di ogni iscritto al fine di accertarne l'idoneità al corso stesso – *La decisione degli Istruttori sarà insindacabile.*

N.B. In caso di mancata ammissione al corso, la quota di iscrizione sarà restituita, previa trattenuta di una quota pari a € 50,00 per l'uscita effettuata.

Qualora ammessi, in caso di mancata partecipazione ad una o più uscite, la quota di iscrizione NON sarà restituita.

AVVERTENZE:

Rischi e pericoli: La Scuola adotta ogni precauzione dettata dall'esperienza dei suoi istruttori onde tutelare l'incolumità degli allievi che, con la loro adesione, sono consapevoli che nella pratica dello scialpinismo un rischio residuo è sempre presente e mai azzerabile.

La Scuola non sarà mai responsabile per eventuali incidenti in cui gli allievi potrebbero incorrere durante i trasferimenti alle e dalle località dove si svolgeranno le esercitazioni.

AVVERTENZE (segue):

Uscite in programma: I luoghi dove si svolgeranno le lezioni sono indicativi e, a giudizio insindacabile del direttore del corso o di chi per esso, le uscite pratiche potranno essere effettuate in luoghi diversi da quanto indicato. Per motivi organizzativi ed assicurativi le date prefissate non possono essere spostate e pertanto il ritrovo alla partenza avviene con qualsiasi condizione atmosferica. La direzione si riserva comunque la facoltà di rinviare o annullare, per causa di forza maggiore le gite programmate.

Alle uscite pratiche possono partecipare solo gli allievi iscritti al corso.

Lezioni teoriche in aula: Alle lezioni teoriche possono partecipare tutti gli interessati, anche non iscritti al corso.

Frequenza ai Corsi: Si raccomanda la presenza a tutte le lezioni teoriche e alle uscite, uscite che verranno programmate in modo da permettere un graduale innalzamento della difficoltà. Si consiglia di arrivare al corso con un buon allenamento.

Idoneità fisica degli allievi: Qualora le condizioni di idoneità fisica dell'allievo dovessero venire meno durante lo svolgimento del Corso, sarà responsabilità dell'allievo stesso dichiararlo alla Direzione della Scuola; che lo escluderà temporaneamente dalle uscite e verrà riammesso solo dietro presentazione di certificato medico di rinnovata idoneità. E' in ogni caso facoltà della Direzione escludere un allievo dalle uscite, qualora non lo ritenesse temporaneamente idoneo e richiedere certificato medico di rinnovata idoneità per riammetterlo.

Regole di comportamento: Gli allievi si impegnano ad osservare scrupolosamente tutte le prescrizioni che verranno impartite dal Direttore del Corso e dagli Istruttori. La Direzione della Scuola, a suo insindacabile giudizio, ha la facoltà di escludere dal Corso, durante lo svolgimento dello stesso, quegli allievi che si dimostrassero non idonei od indisciplinati.

Assicurazione: L'allievo, con il pagamento della quota socio CAI/SAT, è automaticamente coperto da una doppia assicurazione, la polizza tradizionale che copre le spese di una eventuale uscita del Soccorso Alpino (valida durante tutto l'anno per qualunque attività in montagna) ed una polizza infortuni che lo copre durante le uscite organizzate dal CAI/SAT, tra cui il corso di scialpinismo. Nella quota associativa è inclusa la polizza con i massimali di base; la nostra scuola consiglia gli allievi di optare al momento del rinnovo annuale dell'associazione per l'opzione "polizza con i massimali estesi" che ha un costo aggiuntivo di pochi euro e raddoppia i massimali assicurati.

Le condizioni assicurative per i soci CAI/SAT sono disponibili nell'area "Assicurazioni" del sito www.cai.it; verranno comunque comunicate al momento dell'iscrizione con richiesta di presa visione.

Per quanto non contemplato nel presente regolamento si fa riferimento alle disposizioni della Commissione Nazionale Scuole di Alpinismo e Sci - Alpinismo del C.A.I.

Organico Istruttori della Scuola per i Corsi di Scialpinismo

➤ Leonardo MORANDI (INA) – <i>Direttore scuola</i>	➤ Rinaldo RICCADONNA (ISA)
➤ Lorenzo GIACOMONI (INA)	➤ Giuliano RIGOTTI (ISA - IA)
➤ Diego MARGONI (INSA)	➤ Lucio RIGOTTI (ISA)
➤ Marco PIANTONI (ISA)	➤ Diego ROSSI (ISA)
➤ Matteo CALZA' (ISA)	➤ Lorenzo TOGNONI (ISA)
➤ Adriano CASTELLI (ISA)	➤ Ferdinando BASSETTI (IA)
➤ Oscar DE BENASSUTTI (ISA)	➤ Andrea GALVAGNI (Sez.)
➤ Nicola FAES (ISA)	➤ Manuel CAPPELLETTI (Asp.)
➤ Alessio CHISTE' (ISA)	➤ Alessandro ROSA' (Asp.)
➤ Melania REBONATO (ISA)	

LEGENDA:

INA	Istruttore Nazionale di Alpinismo	Sez.	Istruttore Sezionale
IA:	istruttore Regionale di Alpinismo	Asp:	Aspirante Istruttore
INSA:	Istruttore Nazionale di Scialpinismo	IAL:	Istruttore Reg. di Arrampicata Libera
ISA:	Istruttore Regionale di Scialpinismo		