

43° CORSO SCIALPINISMO MODULO BASE

Il corso si articola in 9 lezioni teoriche e 8 giorni di esercitazioni pratiche in montagna ed è rivolto a chi è in possesso di una tecnica sicura nella conduzione degli sci su piste di qualsiasi difficoltà e vuole iniziare la pratica dello scialpinismo. È previsto un test scritto alla fine delle lezioni teoriche.

Le gite riportate nel programma potranno subire delle variazioni in base alle condizioni nivo-meteo.

Attrezzatura richiesta: sci, attacchi e scarponi da scialpinismo, rampanti, pelli di foca, zaino di 35/40 litri con cinghie portasci, abbigliamento da alta montagna. Dotazione minima di autosoccorso (ARTVA, pala e sonda), ove non posseduta, sarnno forniti dalla Falc contro congrua caparra.

Chiarimenti e consigli saranno dati durante la lezione del 13 dicembre.

Iscrizioni dal **8 novembre 2018**

in sede tutti i giovedì dalle 21.30 alle 23.00
www.falc.net - iscrizioni@falc.net

INFO

Giovedì 13 dicembre 2018 - h. 21.15

Presentazione del corso. Tutte le lezioni teoriche si svolgono in sede alle 21.15

Quota d'iscrizione: 230 € (iscrizione alla F ALC compresa) 190€ per i giovani fino a 25 anni non compiuti

È necessaria l'iscrizione al C.A.I.
(Vedi norme generali in ultima pagina).

PROGRAMMA

- 13 dicembre '18 Teoria
Presentazione e materiali ed equipaggiamento
- 16 dicembre '18 Uscita pratica - Selezione
Alagna Valsesia (pista con materiale da discesa)
- 10 gennaio '19 Teoria
Neve
- 19 gennaio '19 Uscita pratica
Monte Salmurano - Val Gerola (SO): Passi - Cambi di direzione - Metodo 3x3 - Tecnica di discesa
- 17 gennaio '19 Teoria
Valanghe
- 24 gennaio '19 Teoria
Cartografia e GPS
- 27 gennaio '19 Uscita pratica
Galehorn - Passo del Sempione (Svizzera)
Esecuzione della traccia in salita e in discesa.
Applicazione dei criteri di riduzione del rischio valanghe, cartografia e orientamento
- 31 gennaio '19 Teoria
Preparazione e condotta di una gita - Lettura ed interpretazione del bollettino meteo neve

DIRETTORI DEL CORSO

I.S.A.
Davide Peruzzi

I.S.A.
Alessandra Galli

3 febbraio '19 Uscita pratica
Piz Grevasalvas - Engadina (Svizzera)
Considerazione dei fattori di rischio (visibilità, altezza neve o accumuli, inclinazione del pendio, partecipanti) e osservazione del manto nevoso (probabili piani di slittamento).

14 febbraio '19 Teoria
Meteoreologia

17 febbraio '19 Uscita pratica
Mont Flassin - Gran San Bernardo (AO) in montagna - Cartografia e orientamento.

21 febbraio '19 Teoria
Fisiologia, alimentazione ed allenamento

28 febbraio '19 Teoria
Fisiologia, alimentazione e primo soccorso

2-3 marzo '19 Uscita pratica
Monte Cristallina giro ad anello - Val Bedretto (Svizzera) Ricerca di un travolto con ARTVA, sonda e pala/Usò della sonda e prova di sondaggio singola e di gruppo. Partecipazione ad una operazione di autosoccorso in valanga.

14 marzo '19 Teoria
Tutela Ambiente Montano e Storia Scialpinismo

16-17 marzo '19 Uscita pratica
Monte Giove - Val Formazza (VB) - Costruzione ricovero di emergenza.

21 marzo '19 Teoria
Test finale di teoria