



**CLUB ALPINO ITALIANO
SEZ. PAVULLO NEL FRIGNANO**



5° Corso di Alpinismo

SERATA DI PRESENTAZIONE

Martedì 14 gennaio 2025 - Ore 21



**Sotterranei di Palazzo Ducale
via Giardini, 3 - Pavullo nel Frignano (MO)**



**9 Lezioni Teoriche
12 Uscite Pratiche**

**Modulo Neve e
Ghiaccio & Roccia**

**Da Febbraio a
Giugno 2025**

Per informazioni:

Mail: info@caipavullo.it - Tel.: 0536 793377

Sede: via Ricchi 3, Pavullo - Mercoledì 20:30 - 22:30

Ci trovi anche su Instagram, Facebook e www.caipavullo.it



In collaborazione con
Guide Alpine La Pietra

Corso di Alpinismo 2025

La Sezione CAI di Pavullo, in collaborazione con le Guide Alpine "La Pietra", organizza la 5° edizione del Corso Base di Alpinismo.

A chi è rivolto:

Il corso è rivolto a principianti che desiderano avvicinarsi all'alpinismo, imparando le tecniche fondamentali per muoversi in sicurezza su roccia, neve e ghiaccio. È ideale per chi già pratica l'escursionismo e vuole ampliare le proprie conoscenze. È richiesta una buona preparazione fisica, ma non è necessaria esperienza pregressa di arrampicata.

Obiettivi del corso:

Il corso ha lo scopo di fornire ai partecipanti le conoscenze alpinistiche necessarie per muoversi in sicurezza e con consapevolezza in ambiente montano, con particolare attenzione alla prevenzione degli incidenti. L'obiettivo è raggiungere l'autonomia in cordata all'interno di gruppi organizzati, affrontando tragitti su pendii innevati, tratti ghiacciati o misti, e vie di roccia di bassa difficoltà o vie normali in quota.

Contenuti del corso:

Il corso prevede l'insegnamento delle nozioni e tecniche fondamentali per svolgere con ragionevole sicurezza le seguenti attività:

- Ascensione ad alta quota (4000m) lungo vie normali con difficoltà medio/basse.
- Arrampicata su vie di roccia di III grado con eventuali passaggi di IV grado UIAA.
- Frequentazione di pendii ripidi innevati e attraversamento di ghiacciai o tratti su neve compatta.
- Apprendimento dei nodi e sistemi di assicurazione, pratica di gestione della cordata e realizzazione di manovre di autosoccorso.

Durata e modalità:

Il corso si svolge da febbraio a giugno 2025 e include 9 lezioni teoriche e 12 lezioni pratiche. Le lezioni teoriche si svolgono il martedì sera alle ore 20:45 presso la sede CAI di Pavullo, mentre le lezioni pratiche si tengono durante i fine settimana e possono subire variazioni di data e luogo in caso di condizioni meteorologiche ed ambientali sfavorevoli.

Programma

		 Lezioni teoriche
mar 11/02	Equipaggiamento ed attrezzatura alpinistica	 Modulo neve e ghiaccio
mar 18/02	Nivologia e autosoccorso di travolti in valanga	 Modulo roccia
dom 23/02	Lago Santo Modenese (MO) - Uscita pratica su neve e ghiaccio I: autosoccorso in valanga e tecnica di progressione con picca e ramponi	
mar 04/03	Catena di assicurazione e nodi	
ven 07/03	Sede CAI Pavullo - Uscita pratica indoor II: verifica nodi, tipologie di soste, legatura in conserva	
dom 09/03	Lago Santo Modenese (MO) - Uscita pratica su neve e ghiaccio III: progressione in conserva, ancoraggi su neve, calata in corda doppia	
mar 18/03	Richiesta di soccorso e nozioni di primo soccorso	
dom 23/03	Corno alle Scale (BO) - Uscita pratica su neve e ghiaccio IV: salita di un canale nevoso (40°) e tecnica di recupero da crepaccio	
mar 08/04	Sede CAI Pavullo - Ripasso e verifica dei nodi e tipologie di soste	
sab 12/04	Varana Sassi (MO) - Uscita pratica su roccia I: tecnica di arrampicata, manovre di base, ancoraggi artificiali e naturali	
mar 22/04	Meteorologia in ambiente alpino e cenni di geologia	
mar 06/05	Cartografia, orientamento e GPS	
dom 11/05	Pietra di Bismantova (RE) - Uscita pratica su roccia II: arrampicata in falesia e manovre per vie a più tiri	
mar 20/05	Preparazione e condotta di una salita	
dom 25/05	Pietra di Bismantova (RE) o Val d'Adige (VR) - Uscita pratica su roccia III: arrampicata su vie a più tiri	
mar 27/05	Alimentazione e fisiologia in alta quota	
dom 01/06	Cresta di Gaino (BS) - Uscita pratica su roccia IV: cresta rocciosa in conserva corta	
mar 10/06	Sede CAI Pavullo - Ripasso nodi, legatura in conserva e manovre	
sab 14/06 e dom 15/06	Monte Rosa (Valle d'Aosta) - Uscita pratica su neve e ghiaccio V e VI: Ascensione su una delle cime del Monte Rosa ad oltre 4000 metri	
mar 17/06	Storia dell'Alpinismo	
sab 28/06 e dom 29/06	Alpi Marittime o Grigne (LC) - Uscita pratica su roccia V e VI: arrampicata su vie alpinistiche a più tiri	
mar 08/07	Cena fine corso	

Iscrizione

La quota di iscrizione al corso è di € 320,00. In base alle richieste e alla disponibilità dei posti, è possibile iscriversi ad un singolo modulo formativo (neve e ghiaccio oppure roccia) al costo di € 200,00, lezioni teoriche incluse.

La quota di iscrizione comprende le dispense didattiche in formato digitale e l'uso del materiale comune della Sezione (corde). Il costo non comprende il noleggio di attrezzature (ad es. kit Artva, pala e sonda) e le spese di vitto, alloggio e trasporto per le uscite pratiche. Tutti questi costi si intendono a carico di chi si iscrive.

Per partecipare alle uscite del corso è richiesto il certificato medico per l'attività sportiva non agonistica.

Regolamento generale

- Le attività organizzate dalla Sezione CAI Pavullo sono riservate ai soci CAI in regola con la quota associativa per l'anno in corso.
- Per la partecipazione alle uscite pratiche è richiesto il possesso del necessario equipaggiamento personale.
- La Direzione si riserva la facoltà di allontanare dal corso coloro il cui comportamento possa compromettere il buon esito delle attività.
- La Direzione del corso, qualora si rendesse necessario, ha la facoltà di modificare le mete ed il percorso delle uscite pratiche.
- Gli organizzatori non rispondono degli incidenti eventualmente accorsi ai partecipanti che hanno volutamente ignorato le disposizioni impartite.
- In caso di rinuncia prima dell'inizio del corso, sarà restituito il 50% della quota. Dopo l'inizio del corso non è previsto rimborso. L'iscrizione comporta l'accettazione integrale del regolamento.

