



# CLUB ALPINO ITALIANO



## SCUOLA INTERSEZIONALE DI ALPINISMO E SCIALPINISMO “ALPHARD”

### “Art. 1 - Costituzione e finalità

1. Il Club alpino italiano (C.A.I.), fondato in Torino nell'anno 1863 per iniziativa di Quintino Sella, libera associazione nazionale, ha per **iscopo l'alpinismo in ogni sua manifestazione**, la conoscenza e lo studio delle montagne, specialmente di quelle italiane, e la difesa del loro ambiente naturale. ”

## 22° CORSO DI ALPINISMO A1 2018 PROGRAMMA

Il Corso si propone i seguenti obiettivi:

- 1) **ACQUISIRE LE ABILITA' DI BASE RIGUARDANTI IL MOVIMENTO SU ROCCIA IN AMBIENTE DI FALESIA E LE NECESSARIE COGNIZIONI CULTURALI COMUNI ALLE VARIE DIVERSIFICAZIONI ARRAMPICATORIE.**
- 2) **ACQUISIRE LE NOZIONI FONDAMENTALI DI SICUREZZA RIGUARDANTI L'ARRAMPICATA MEDIA IN MONTAGNA SU ROCCIA, NEVE E GHIACCIO E LA PROGRESSIONE LUNGO VIE CLASSICHE.**

Esso dipende ed è organizzato con l'approvazione della Commissione Nazionale Scuole di Alpinismo e Scialpinismo.

GLI ISTRUTTORI DELLA SCUOLA “ALPHARD” SONO TUTTI ALPINISTI TITOLATI O QUALIFICATI DAL CAI E OPERANO IN FORMA ASSOLUTAMENTE VOLONTARISTICA;

IN OTTEMPERANZA ALLA LEGGE 6/89, NON PERCEPISCONO ALCUNA RETRIBUZIONE PER LE ATTIVITÀ SVOLTE DURANTE IL CORSO.

**IL CORSO VERRÀ PRESENTATO GIOVEDÌ 15 FEBBRAIO 2018, ORE 21, PRESSO LA SEDE CAI DI VALENZA.**

Il corso è diviso in due Moduli:

### Il primo Modulo (Allegato A) comprende:

- \* Lezioni di carattere generale su contenuti riguardanti l'arrampicata;
- \* Lezioni di cultura generale
- \* Lezioni teorico-pratiche da svolgersi in ambiente indoor per lo sviluppo delle tecniche di movimento
- \* Lezioni pratiche su roccia dedicate sia agli aspetti di sicurezza che di movimento

### Il secondo Modulo (Allegato B) comprende:

- \* Lezioni teoriche di tecnica dell'alpinismo e di cultura alpinistica;
- \* Lezioni pratiche di alpinismo su roccia, neve e ghiaccio

Le lezioni teoriche e teorico-pratiche (16 nei due Moduli) saranno tenute dagli Istruttori della Scuola o

**Scuola Intersezionale di Alpinismo e Scialpinismo “ALPHARD”**

c/o CAI – Sezione di NOVI LIGURE – G.Verdi, 37 - 15067 Novi Ligure

Tel. 3249898748

e-mail: [cai.alphard@libero.it](mailto:cai.alphard@libero.it) - [info@scuolaalphard.it](mailto:info@scuolaalphard.it)

<http://www.scuolaalphard.it>



# CLUB ALPINO ITALIANO



## **SCUOLA INTERSEZIONALE DI ALPINISMO E SCIALPINISMO “ALPHARD”**

---

da esperti esterni per tutto il periodo del Corso secondo un calendario dettagliato e definitivo che sarà reso noto il giorno di apertura del corso.

**Le lezioni pratiche** (4 nel primo Modulo e 5 nel secondo) si svolgeranno in apposite falesie ed in località di montagna.



# CLUB ALPINO ITALIANO



## SCUOLA INTERSEZIONALE DI ALPINISMO E SCIALPINISMO “ALPHARD”

---

---

Le lezioni saranno così divise:

**Primo Modulo (Allegato A):**

- a) Tecniche del movimento in ambiente indoor (due lezioni serali)
- b) Tecniche di assicurazione su monotiri attrezzati e discesa a corda doppia (una giornata)
- c) Tecniche individuali di movimento e progressione su roccia (tre giornate)

**Secondo Modulo (Allegato B):**

- d) Manovre di corda, tecniche di progressione, prove di caduta simulata e di autosoccorso su roccia e ghiaccio (una uscita di un giorno)
- e) Tecniche approfondite di assicurazione e di progressione su roccia e neve + salite alpinistiche sulle Alpi in media o alta quota (quattro uscite di due giorni)

IL PRIMO MODULO È RIVOLTO ANCHE AD ALLIEVI/E CHE NON ABBIANO AVUTO ALCUNA PRECEDENTE ESPERIENZA DI ARRAMPICATA SU ROCCIA, TUTTAVIA È RICHIESTA UNA DISCRETA PREPARAZIONE ATLETICO-FISICA DI BASE.

I due Moduli sono indipendenti e, dopo aver frequentato il primo, si potrà decidere di non proseguire.

Anche per le lezioni pratiche il calendario definitivo sarà reso noto il giorno di apertura del Corso.

---

**Scuola Intersezionale di Alpinismo e Scialpinismo “ALPHARD”**

c/o CAI – Sezione di NOVI LIGURE – G.Verdi, 37 - 15067 Novi Ligure

Tel. 3249898748

e-mail: [cai.alphard@libero.it](mailto:cai.alphard@libero.it) - [info@scuolaalphard.it](mailto:info@scuolaalphard.it)

<http://www.scuolaalphard.it>



# CLUB ALPINO ITALIANO



## SCUOLA INTERSEZIONALE DI ALPINISMO E SCIALPINISMO “ALPHARD”

---

---

### CONDIZIONI DI AMMISSIONE AL CORSO

- 1) La richiesta di iscrizione al Corso è aperta ai Soci del CAI di ogni Sezione, anche se nuovi iscritti, che abbiano compiuto i 16 anni di età.
- 2) Gli Allievi di età inferiore ai 18 anni dovranno presentare autorizzazione di entrambi i genitori o di chi ne fa le veci.
- 3) L'ammissione al Corso è subordinata all'idoneità fisica per lo svolgimento di attività alpinistica, esplicitamente dichiarata da un certificato medico.
- 4) IL CORSO È A NUMERO CHIUSO. Saranno ammessi al primo modulo del corso non più di 30 allievi. Saranno poi ammessi al secondo modulo del corso, gli allievi che supereranno la verifica e comunque in numero non superiore ai 15.
- 5) La Scuola di Alpinismo e Scialpinismo ALPHARD declina ogni responsabilità per eventuali incidenti che potessero accadere durante lo svolgimento della sua attività.

Per motivi organizzativi le iscrizioni si chiuderanno entro e non oltre l' 8 febbraio 2017 per la prima parte e il 23 aprile 2017 per la seconda parte.

Le lezioni teoriche si terranno indicativamente presso le Sedi del CAI secondo il calendario indicato nell'Allegato A (le sedi delle lezioni teoriche verranno comunicate).

---

**Scuola Intersezionale di Alpinismo e Scialpinismo “ALPHARD”**

c/o CAI – Sezione di NOVI LIGURE – G.Verdi, 37 - 15067 Novi Ligure

Tel. 3249898748

e-mail: [cai.alphard@libero.it](mailto:cai.alphard@libero.it) - [info@scuolaalphard.it](mailto:info@scuolaalphard.it)

<http://www.scuolaalphard.it>



# CLUB ALPINO ITALIANO



## SCUOLA INTERSEZIONALE DI ALPINISMO E SCIALPINISMO "ALPHARD"

### QUOTA DI ISCRIZIONE

La quota di iscrizione è di:

**Euro 300,00** per il Corso completo, in una unica soluzione

Oppure:

- **Euro 150,00** per la prima parte (Modulo di arrampicata);
- **Euro 150,00** per la seconda parte (Modulo alpinistico).

Per gli allievi scritti al C.A.I. in una Sezione non aderente alla Scuola Alphard, la quota di iscrizione è di **Euro 170,00** per ogni modulo

e dovrà essere versata secondo la seguente modalità:

**Integralmente all' apertura di ogni modulo.**

**La quota comprende:**

- Spese generali (stampa, organizzazione, ecc.);
- uso del materiale della scuola (corde, rinvii, martelli, chiodi da roccia e da ghiaccio) esclusa "l'attrezzatura individuale" ;
- volume tecnico ed. CAI;
- eventuali dispense fotocopiate.

**Essa NON comprende:**

- Le spese di viaggio;
- le spese di vitto e alloggio nelle uscite di più di un giorno;
- i materiali obbligatori e l'attrezzatura individuale (vedi tabella a pagina 5)

### MODALITÀ DI ISCRIZIONE

L'aspirante allievo che vuole iscriversi al corso deve:

1. Procurarsi il modulo d'iscrizione (disponibile presso la propria sede CAI o nella sezione "Download" del sito della scuola - <http://www.scuolalphard.it> » Didattica » Download » Modulistica » Corsi).
2. Compilare il suddetto in ogni sua parte.
3. **RINNOVARE L'ISCRIZIONE AL CAI RICHIEDENDO "L'INTEGRAZIONE PER L'AUMENTO DEI MASSIMALI ASSICURATIVI" (OBBLIGATORIO PER FREQUENTARE IL CORSO!!).**
4. Richiedere al proprio medico il certificato di sana e robusta costituzione.
5. **Consegnare il tutto con la caparra (Euro 50,00) alla segreteria della propria sezione CAI. Il segretario o l'addetto in sezione apporrà timbro, firma e data della pre-iscrizione.**

**LA PREISCRIZIONE È RITENUTA VALIDA SOLTANTO QUANDO TUTTI I PUNTI DESCRITTI SARANNO ASSOLTI.**

**Scuola Intersezionale di Alpinismo e Scialpinismo "ALPHARD"**

c/o CAI – Sezione di NOVI LIGURE – G.Verdi, 37 - 15067 Novi Ligure

Tel. 3249898748

e-mail: [cai.alphard@libero.it](mailto:cai.alphard@libero.it) - [info@scuolaalphard.it](mailto:info@scuolaalphard.it)

<http://www.scuolaalphard.it>



# CLUB ALPINO ITALIANO



## SCUOLA INTERSEZIONALE DI ALPINISMO E SCIALPINISMO "ALPHARD"

**MATERIALI OBBLIGATORI (consigli per gli acquisti alla prima lezione teorica)**

| Materiali obbligatori   | Attrezzatura individuale   |                      |
|---|--|----------------------|
| <ul style="list-style-type: none"><li>• Quattro (4) moschettoni a ghiera a base larga;</li><li>• placchetta Gi-Gi e Tuber;</li><li>• due anelli di cordino in kevlar (uno di lunghezza 1,5 m e uno di lunghezza 3,0 m)</li><li>• Spezzone di corda <b>INTERA</b> di lunghezza 3.8 m</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>• Abbigliamento idoneo secondo le uscite;</li><li>• imbragatura bassa;</li><li>• casco;</li><li>• pedule di arrampicata;</li></ul>   | <b>Prima Parte</b>   |
| <ul style="list-style-type: none"><li>• un cordino di kevlar di lunghezza 1,5</li></ul>   | <ul style="list-style-type: none"><li>• Abbigliamento idoneo secondo le uscite;</li><li>• scarponi rigidi adeguati ed in buono stato;</li><li>• martello da roccia, piccozza e ramponi classici (<b>chiedere disponibilità alla propria Sezione CAI</b>)</li></ul> | <b>Seconda Parte</b> |

EVENTUALI ALTRE INFORMAZIONI DI CARATTERE GENERALE VERRANNO DATE ALL' ATTO DELL' APERTURA DEL CORSO O DURANTE IL SUO SVOLGIMENTO.

Qualora, a causa di eventi climatici sfavorevoli, si dovessero annullare delle uscite, se ne recupererà **UNA sola** per ogni modulo in data da stabilire. Per il solo primo modulo sarà anche possibile anticipare **UNA sola** uscita al sabato precedente.

**N.B. Durante i Moduli potranno essere apportate variazioni al programma descritto.**

IL DIRETTORE DEL CORSO  
(I. A. Andrea ESPOSTO)

IL DIRETTORE DELLA SCUOLA  
(I. N. A. GHIGLIONE Gianni - C. A. A. I.)

**Scuola Intersezionale di Alpinismo e Scialpinismo "ALPHARD"**  
c/o CAI – Sezione di NOVI LIGURE – G. Verdi, 37 - 15067 Novi Ligure  
Tel. 3249898748  
e-mail: [cai.alphard@libero.it](mailto:cai.alphard@libero.it) - [info@scuolaalphard.it](mailto:info@scuolaalphard.it)  
<http://www.scuolaalphard.it>



# CLUB ALPINO ITALIANO



## SCUOLA INTERSEZIONALE DI ALPINISMO E SCIALPINISMO "ALPHARD"

### ALLEGATO A (PRIMO MODULO)

#### PARTE TEORICA

| DATA<br>(ore 21:00 precise) | ARGOMENTO   | RELATORE                                |
|-----------------------------|---|---|
| 15/02/17                    | Presentazione del Corso - Presentazione dei materiali | I. N. A. GHIGLIONE<br>I. A. ESPOSTO     |
| 21/02/17                    | Tecnica di Movimento                                  | I. N. A. L. RIVARA<br>ISTRUTTORI SCUOLA |
| 28/02/17                    |   |   |
| 08/03/17                    | Pratica sui nodi                                      | I. A. MATTIA AMICH                      |
| 15/03/17                    | Allenamento   | I. N. A. L. RIVARA                      |
| 22/03/17                    | La Scala delle Difficoltà                             | I. N. A. GHIGLIONE                      |
| 29/03/17                    | Alimentazione dei climbers                            | Dr. COLLA                               |
| 05/04/17                    | Medicina e Primo Soccorso (BLS)                       | Dr. BRUSCHI                             |

Le lezioni teoriche avranno una durata media di 60 minuti. Seguirà discussione. Le Sedi verranno comunicate di volta in volta

#### PARTE PRATICA

| DATA<br>(ora da stabilire) | ARGOMENTI TRATTATI   | LOCALITÀ<br>(IPOTETICA)                |
|----------------------------|--|--|
| 4 marzo 2017               | Tecnica di Assicurazione<br>Nodi<br>Progressione<br>Discesa a Corda doppia | Falesia di Fondovalle<br>(da definire) |
| 18 marzo                   | Movimento su Roccia<br>Posizione Base                                      | Falesia di Fondovalle<br>(da definire) |
| 8 aprile                   | Movimento su Roccia<br>Posizione Laterale                                  | Falesia di Fondovalle<br>(da definire) |

**Scuola Intersezionale di Alpinismo e Scialpinismo "ALPHARD"**  
c/o CAI – Sezione di NOVI LIGURE – G.Verdi, 37 - 15067 Novi Ligure  
Tel. 3249898748  
e-mail: [cai.alphard@libero.it](mailto:cai.alphard@libero.it) - [info@scuolaalphard.it](mailto:info@scuolaalphard.it)  
<http://www.scuolaalphard.it>



# CLUB ALPINO ITALIANO



## **SCUOLA INTERSEZIONALE DI ALPINISMO E SCIALPINISMO “ALPHARD”**

---

---

|                  |   |  |
|------------------|---|--|
|                  | Progressione da Primo di Cordata (eventuale)  |  |
| <b>30 aprile</b> | <b>Eventuale recupero</b>   |  |
| 22 aprile        | Ripasso e verifica grado di apprendimento<br>Progressione da Primo di Cordata (eventuale) | Falesia di Fondovalle<br>(da definire) |

---

**Scuola Intersezionale di Alpinismo e Scialpinismo “ALPHARD”**

c/o CAI – Sezione di NOVI LIGURE – G.Verdi, 37 - 15067 Novi Ligure

Tel. 3249898748

e-mail: [cai.alphard@libero.it](mailto:cai.alphard@libero.it) - [info@scuolaalphard.it](mailto:info@scuolaalphard.it)

<http://www.scuolaalphard.it>





# CLUB ALPINO ITALIANO



## SCUOLA INTERSEZIONALE DI ALPINISMO E SCIALPINISMO "ALPHARD"

### ALLEGATO B (SECONDO MODULO)

#### PARTE TEORICA

| DATA<br>(ore 21:00 precise) | ARGOMENTO   | RELATORE           |
|-----------------------------|---|--------------------|
| 03/05/17                    | Ripasso sulle tecniche di movimento      Proiezione<br>Film Alpinistico       | ISTRUTTORI SCUOLA  |
| 10/05/17                    | Tecnica di Ghiaccio   | AMICH - MACCIO'    |
| 17/05/17                    | "L' assicurazione: classica e ventrale"                                       | I. N. A. GHIGLIONE |
| 24/05/15                    | Preparazione e condotta di una salita<br>Valutazione dei pericoli in montagna | I. A. ESPOSTO      |
| 07/06/17                    | Topografia ed Orientamento  | I. S. A. MANDIROLA |
| 14/06/17                    | Geologia e Geomorfologia delle Alpi   | Dr. PONTA          |
| 21/06/17                    | Nivologia   | I. S. A. BRIATA    |

Le lezioni teoriche avranno una durata media di 60 minuti. Seguirà discussione. Le Sedi verranno comunicate di volta in volta

#### PARTE PRATICA

| DATA<br>(ora da stabilire) | ARGOMENTI TRATTATI  | LOCALITÀ<br>(IPOTETICA)   |
|----------------------------|---|---|
| 05/05/17                   | Tecniche di assicurazione<br>Prove di caduta<br>Manovre elementari di roccia, neve e ghiaccio | Guardamonte   |
| 13/05/17                   | Tecnica individuale su roccia<br>Salita su roccia   | Rifugio Campo Base,<br>Gruppo Castello-Provenzale<br>Monte Bracco |
| <b>09-10/06/17</b>         | <b>Eventuale recupero</b>   |   |
| 26-27/05/17                | Progressione su neve - Formazione della cordata<br>Salita classica su neve                    | Rifugio Remondino<br>Gruppo dell' Argentera                       |
| 16-17/06/17                | Progressione su ghiacciaio<br>Salita classica su ghiaccio                                     | Rifugio Mezzalama<br>Monte Polluce                                |
| 31/07/17 - 1/08/17         | Salita classica su roccia in ambiente di alta<br>montagna                                     | Rifugio Sellaries<br>Punta Cristalliera                           |

#### Scuola Intersezionale di Alpinismo e Scialpinismo "ALPHARD"

c/o CAI – Sezione di NOVI LIGURE – G.Verdi, 37 - 15067 Novi Ligure

Tel. 3249898748

e-mail: [cai.alphard@libero.it](mailto:cai.alphard@libero.it) - [info@scuolaalphard.it](mailto:info@scuolaalphard.it)

<http://www.scuolaalphard.it>



# CLUB ALPINO ITALIANO



## **SCUOLA INTERSEZIONALE DI ALPINISMO E SCIALPINISMO “ALPHARD”**

|  |  |  |
|--|--|--|
|  |  |  |
|--|--|--|

LE USCITE SI INTENDONO DI DUE GIORNI COMPLETI. SI RICHIEDE ALL' ALLIEVO IL MASSIMO DELLA DISPONIBILITÀ E DELLA PARTECIPAZIONE.

---

**Scuola Intersezionale di Alpinismo e Scialpinismo “ALPHARD”**

c/o CAI – Sezione di NOVI LIGURE – G.Verdi, 37 - 15067 Novi Ligure

Tel. 3249898748

e-mail: [cai.alphard@libero.it](mailto:cai.alphard@libero.it) - [info@scuolaalphard.it](mailto:info@scuolaalphard.it)

<http://www.scuolaalphard.it>