

INFORMAZIONI ED ISCRIZIONE

**C. A. I. SEZIONE
VALTELLINESE SONDRIO**
Via Trieste 27
23100 Sondrio
Aperto il martedì
e il venerdì
dalle ore 21.00 alle ore 22.00
Tel. 0342 214300
caivalt@fin.it
www.caisondrio.it

**C. A. I. SOTTOSEZIONE
TIRANO**
Via Garibaldi 8
23037 Tirano
Aperto il venerdì
dalle ore 20.30 alle ore 22.30
Tel. 348 7428339

C. A. I. SEZIONE MORBEGNO
Palazzo Malacrida
Via San Marco
Aperto il venerdì
dalle ore 21.00 alle ore 23.00
Tel. 0342 613803
info@caimorbegno.org

C. A. I. SEZIONE CHIAVENNA
Palazzo Pretorio
Casella Postale 33
23022 Chiavenna
Aperto il giovedì
dalle ore 21.00 alle ore 22.00
Per informazione corsi:
cell. 348 5118758
www.caichiavenna.it

**C. A. I. SOTTOSEZIONE
PONTE IN VALTELLINA**
Piazza Luini
23026 Ponte in Valtellina
Aperto il giovedì
dalle ore 21.00

C. A. I. SOTTOSEZIONE TEGLIO
Piazza Sant'Eufemia 7
23036 Teglio
Aperto il venerdì
dalle ore 21.00 alle ore 23.00
Tel. 0342 782000
Cell. 347 3578756

**C. A. I. SOTTOSEZIONE
BERBENNO**
Piazza dei Caduti
(vicino al bar Traversi)
Berbenno
Aperto il mercoledì
dalle ore 21.00 alle ore 22.30
Tel. 0342 492013
Cell. 335 5397957
www.caiberbenno.it
info@caiberbenno.it

**C. A. I. SOTTOSEZIONE
VALDIDENTRO**
Via Nazionale 18
Isolaccia
Sede: aperta il venerdì
dalle ore 21.00 alle ore 23.00
Palestra: aperta giovedì
dalle ore 21.00 alle ore 23.00
e domenica
dalle ore 17.00 alle ore 19.00

FACTORY STORE

samas & mello's 

APERTO DOMENICA

Stampa Bonazzi grafica - Sondrio



CORSI 2012

Scuola di
**ALPINISMO
SCIALPINISMO**

della Provincia di Sondrio
L. BOMBARDIERI



di Fiorelli Giacomo

S. MARTINO VALMASINO
SO - Via Vanoni, 3
Tel. 0342 64 10 70
Fax 0342 64 11 27

SONDRIO
SO - Via Malta, 5

Sede e Factory Outlet
SAMAS ITALY S.p.A.

Via Nazionale Loc. Giardini, 7/F
23030 CHIURO (SO)
Tel. 0342-485011
Fax 0342-483636

www.samas.it
www.mellos.it



SCI ALPINISMO

Il corso si rivolge a coloro che, disponendo di una sufficiente padronanza delle tecniche di discesa su pista, si accostano per la prima volta allo sci alpinismo. Finalità del corso è l'acquisizione delle basi tecniche per affrontare nella massima sicurezza possibile la montagna con gli sci, senza trascurare gli aspetti ecologici e morali. Oltre all'apprendimento delle tecniche di salita e discesa "fuori pista", il corso comporta lo studio di nozioni teoriche che troveranno verifica nelle esercitazioni, guidate da istruttori qualificati.

L'AMMISSIONE AL CORSO

Sarà effettuata tenuto conto anche di un'uscita in pista per verificare l'equipaggiamento e la tecnica di discesa.

EQUIPAGGIAMENTO INDIVIDUALE

Sci muniti di attacchi da sci alpinismo, bastoncini, scarponi, pelli in fessilfoca adesive, zaino, rampanti, unitamente ad abbigliamento idoneo alla montagna.

LEZIONI TEORICHE

Le lezioni teoriche si svolgeranno solitamente la sera dei venerdì precedenti le esercitazioni pratiche e tratteranno: • Materiali ed equipaggiamento • Neve e valanghe • Topografia ed orientamento • Pronto soccorso • Fisiologia ed alimentazione • Meteorologia • Uso di ARVA e sonda.

ESERCITAZIONI PRATICHE

Si articoleranno in alcune uscite domenicali unitamente ad altre che comprenderanno il sabato pomeriggio e la domenica.

Costo: 130 euro soci CAI (180 euro NON soci CAI)

• Nel costo del corso è compresa l'assicurazione personale infortuni e r.c., il testo tecnico, uso del materiale della sezione (ARVA, pala, sonda).

CHIAVENNA CORSO BASE

Direttore: Bongianini Mauro - Vice Direttore: Cason G. Franco

Allievi: max. 12 - min. 8

Iscrizione: info presso sede C.A.I. Chiavenna oppure Tel. 0343 36001 Cell. 335 7283750

CALENDARIO

Venerdì 13 gennaio: presentazione corso e materiali

Venerdì 20 gennaio: lezione ARVA e metodo di ricerca

Sabato 21 gennaio: selezione in pista loc. Madesimo

Domenica 22 gennaio: 1° uscita Scialpinistica

Venerdì 27 gennaio: lezione di neve e valanghe

Domenica 29 gennaio: 2° uscita Scialpinistica

Venerdì 03 febbraio: lezione di conduzione di una gita e scelta dell'itinerario

Domenica 05 febbraio: 3° uscita Scialpinistica

Venerdì 10 febbraio: lezione di Topografia e orientamento

Domenica 12 febbraio: 4° uscita Scialpinistica

Venerdì 17 febbraio: visione DVD su primo soccorso in valanga

Venerdì 24 febbraio: lezione di Meteorologia

Domenica 26 febbraio: 5° uscita Scialpinistica

Venerdì 09 marzo: lezione su alimentazione e allenamento

Sabato 10 e domenica 11 marzo: chiusura corso di Scialpinismo 2012

MORBEGNO CORSO BASE

Direttore: De Donati Cesare - Vice Direttore: Scotti Franco

Iscrizione: Sul sito C.A.I. di Morbegno (info caimorbegno.org)

Allievi: max. 18 - min. 5

CALENDARIO

Venerdì 13 gennaio: presentazione corso e materiali

Venerdì 20 gennaio: lezione ARVA e metodo di ricerca

Sabato 21 gennaio: selezione in pista loc. Pescegallo

Domenica 22 gennaio: 1° uscita Scialpinistica

Venerdì 27 gennaio: lezione di Neve e Valanghe

Domenica 29 gennaio: 2° uscita Scialpinistica

Venerdì 03 febbraio: lezione di conduzione di una gita e scelta dell'itinerario

Domenica 05 febbraio: 3° uscita Scialpinistica

Venerdì 10 febbraio: lezione di Topografia e orientamento

Domenica 12 febbraio: 4° uscita Scialpinistica

Venerdì 17 febbraio: visione DVD su primo soccorso in valanga

Venerdì 02 marzo: lezione di Meteorologia

Domenica 04 marzo: 5° uscita Scialpinistica

Venerdì 09 marzo: lezione su alimentazione e allenamento

Sabato 10 e domenica 11 marzo: chiusura corso di Scialpinismo 2012

SONDRIO 37° CORSO

Direttore: Gian Luca Bonazzi - ISA

gianluca@bonazzi.it - Tel. 0342 216112 - Cell 335 5299047

Vice Direttore: Enrico Franco - ISA

enrico.franco67@alice.it - Tel. 0342 212924 - Cell. 339 5404803

Le iscrizioni chiudono venerdì 13 gennaio 2012.

LEZIONI TEORICHE/PRATICHE

Le lezioni teoriche si terranno presso la Sezione del C.A.I. Valtellinese a Sondrio con sede in Via Trieste, 27 - 23100 Sondrio. Tel. 0342 21.43.00 con inizio alle ore 20.45.

13 gennaio: presentazione - Lezione: materiale ed equipaggiamento

14 gennaio: salita e controllo attrezzatura - Valutazione in discesa

20 gennaio: lezione ricerca con ARVA

21 gennaio: prova pratica di ricerca con ARVA

22 gennaio: 1° uscita - Tecnica di salita - Prova pratica di ricerca con ARVA

27 gennaio: lezione neve e valanghe

29 gennaio: 2° uscita - Neve e valanghe - Blocco di slittamento e stratigrafia

03 febbraio: lezione Topografia e orientamento

05 febbraio: 3° uscita - Topografia e valutazione del percorso

10 febbraio: lezione pronto soccorso e preparazione atletica

17 febbraio: lezione preparazione di una gita e schizzo di rotta

19 febbraio: 4° uscita - Progressione, condotta del gruppo - Prova pratica di ricerca con ARVA

02 marzo: lezione Meteorologia presso la sede della Sezione di Morbegno del C.A.I.

04 marzo: 5° uscita - Progressione, scelta della traccia

Data da definire: 6° uscita di 2 giorni - Pernottamento in rifugio

Il calendario del corso e le uscite pratiche potranno subire variazioni in base alle condizioni meteorologiche.

ALPINISMO

SONDRIO

Direttore: Camillo Della Vedova

Vice direttore: Zanesi Cristiano

Segretario: Rusconi Mauro

Il corso ha lo scopo di fornire all'allievo che desidera praticare l'alpinismo un sicuro indirizzo tecnico ed infondergli quella fiducia in sé stesso affinché possa affrontare preparato e cosciente le difficoltà ed i pericoli della montagna. La sede del corso è presso il C.A.I. Valtellinese.

LE LEZIONI TEORICHE

Le lezioni teoriche si terranno parte presso la sede del C.A.I. e parte nei rifugi, e verteranno sui seguenti argomenti:

• Materiali ed equipaggiamento • Storia dell'alpinismo • Educazione alpinistica • Topografia ed orientamento • Pronto soccorso • Fisiologia

ed alimentazione • Nodi e tecniche alpinistiche • Preparazione e condotta di una ascensione.

LE ESERCITAZIONI PRATICHE

Consistono in una serie di ascensioni-scuola in diverse zone delle Alpi, curando particolarmente gli aspetti riguardanti:

• Tecnica di roccia e procedimento in cordata • Tecnica di ghiaccio e procedimento in cordata • Tecnica di soccorso • Tecnica di autosoccorso

CALENDARIO

Iscrizioni: le adesioni al corso si ricevono di persona a partire da venerdì 30 marzo 2012 presso la sede.

Presentazione: venerdì 11 maggio 2012.

Lezioni teoriche: il venerdì precedente l'esercitazione pratica.

Costo: 150 euro soci C.A.I. (200 euro non soci).

Esercitazioni pratiche: domenica 13, domenica 20 e domenica 27 maggio, sabato 2, domenica 3 e domenica 10 giugno.

La meta delle esercitazioni pratiche verrà stabilita in base alle condizioni meteorologiche.

ALPINISMO GIOVANILE

Si tratta di una iniziativa che la Sezione propone ai giovani dagli 8 ai 17 anni, allo scopo di avvicinarli all'ambiente montano in modo divertente e sicuro. Incontro preliminare in Sezione dei giovani e dei loro genitori con gli accompagnatori, prima dell'inizio dei corsi.

CORSO PRIMAVERILE:

Direttore Massimo Gualzetti

04/03 - Prato Valentino. Uscita invernale con ciaspole/sci;

25/03 - Pescegallo. Giochi sulla neve con ciaspole/sci;

15/04 - Ossuccio - Val Perlana. Etnografia - Flora;

29/04 - Val Masino. Giochi arrampicata - Orientamento;

13/05 - Alpe Visogno - Tre Cornini. Cultura Alpina;

03/06 - Alpe Musella. Raduno Regionale;

09 -10/06 - Temù - Passo del Tonale. Storia - Forti della Valcamonica;

09/09 - Triangia - Monte Rolla. La vetta.

CORSO ESTIVO:

Direttore Pierangelo Tognini

23/07 - Val Poschiavina. Geologia - Geomorfologia;

24/07 - Alpe Lagazuolo - Cultura alpina;

25/07 - Rifugio Chiavenna. Vita nel rifugio;

26/07 - Pizzo Stella. La vetta;

27/07 - Valmalenco. Giochi di arrampicata;

28/07 - Chiareggio. Gara di orientamento

ARRAMPICATA

LIBERA

Direttore del corso: Cason Gianfranco

Il corso ha lo scopo di acquisire le tecniche di arrampicata in falesia (pareti naturali attrezzate per l'arrampicata sportiva). Le uscite si terranno il sabato pomeriggio o la domenica. Sono previste quattro lezioni teoriche.

CALENDARIO

Periodo: settembre-ottobre

Presentazione: il 30.08.12 ore 21.00 sede CAI Chiavenna

Costo: 120 euro SOCI C.A.I. Nel costo è compreso il testo tecnico, uso dei materiali sella Scuola (corde), assicurazione personale infortuni.

Info: Cason Gianfranco 0343 32905, stoffel.cason@alice.it