

# CORSO ALPINISMO BASE AI

## PROGRAMMA LEZIONI TEORICHE

Il corso si rivolge a tutti coloro che, anche avendo esperienze di escursionismo, desiderano avvicinarsi per la prima volta all'attività alpinistica estiva e invernale. Il programma prevede l'insegnamento delle nozioni fondamentali per approcciarsi in autonomia alle prime esperienze in ambiente alpino

**GIOVEDÌ' 20 APRILE** ore 20.30

**Argomenti:** Apertura, presentazione corso e introduzione materiali

**GIOVEDÌ' 27 APRILE** ore 20.30

**Argomenti:** Tecnica di arrampicata in palestra

**GIOVEDÌ' 04 MAGGIO** ore 20.30

**Argomenti:** Storia dell'alpinismo

**GIOVEDÌ' 11 MAGGIO** ore 20.30

**Argomenti:** Catena di assicurazione

**GIOVEDÌ' 18 MAGGIO** ore 20.30

**Argomenti:** Movimentazione in ferrata

**GIOVEDÌ' 25 MAGGIO** ore 20.30

**Argomenti:** Preparazione della gita

**GIOVEDÌ' 01 GIUGNO** ore 20.30

**Argomenti:** Meteorologia, flora e fauna

**GIOVEDÌ' 08 GIUGNO** ore 20.30

**Argomenti:** Cartografia e orientamento

**GIOVEDÌ' 15 GIUGNO** ore 20.30

**Argomenti:** Topografia ed uso del Gps

**GIOVEDÌ' 22 GIUGNO** ore 20.30

**Argomenti:** Geologia e glaciologia

Le lezioni teoriche si terranno alla sede CAI di Lumezzane,  
via Cavour 4 .



## PROGRAMMA USCITE IN AMBIENTE

Le variazioni di programma e di orario, che si possono verificare a seguito delle condizioni ambientali, verranno tempestivamente comunicate.

### **SABATO 29 APRILE** - FALESIA

Nodi, soste, tecnica di arrampicata e manovre di corda

### **DOMENICA 14 MAGGIO** – GAINO, PIZZOCOLO

Progressione su cresta, tecnica di arrampicata, progressione in conserva

### **SABATO 27 e DOMENICA 28 MAGGIO** – 5 TORRI

Progressione in ferrata, ripasso manovre, progressione su roccia

### **SABATO 10 e DOMENICA 11 GIUGNO** – VAL MALENCO, RIFUGIO PORRO

Manovre su neve e su ghiaccio, progressione su neve e su ghiacciaio

### **SABATO 24 e DOMENICA 25 GIUGNO** - CASTORE

Uscita finale

### **POSTI DISPONIBILI: 20**

Le modalità di iscrizione sono reperibili sul sito [www.scuolacaivaltrompia.com](http://www.scuolacaivaltrompia.com)

In alternativa, contattare il direttore del corso per concordare altre modalità di iscrizione.

Per informazioni: [valtrompia.scuola@gmail.com](mailto:valtrompia.scuola@gmail.com)

Direttore: Amilcare Vivenzi 338 4339913

[amilcare.vivenzi@gmail.com](mailto:amilcare.vivenzi@gmail.com)

Vice Direttore: Michele Bertoni 338 8558175

[michele.frk@gmail.com](mailto:michele.frk@gmail.com)

