



Scuola Sci di Fondo Escursionismo CAI Roma

CORSO BASE SFSE

Attività 2022 – 2023

Il corso è rivolto sia a persone che si avvicinano per la prima volta allo sci di fondo escursionismo, sia a persone che pur possedendo un buon bagaglio tecnico desiderano migliorarsi ed ampliare le proprie conoscenze in materia.

PROGRAMMA DEL CORSO

Presentazione del corso: martedì 22 novembre 2022 ore 18 – presso la sede del C.A.I. Roma, qualora le disposizioni anti-COVID lo consentano.

N°5 ESERCITAZIONI TEORICHE

Le esercitazioni si terranno secondo il seguente calendario presso la sede del C.A.I. Roma – via Galvani, 10 – oppure on line secondo le indicazioni che saranno date.

Qualora le lezioni venissero tenute online, l'orario potrà essere modificato.

10 Gennaio 2023	ore 18,00/20,00
17 Gennaio 2023	ore 18,00/20,00
24 Gennaio 2023	ore 18,00/20,00
31 Gennaio 2023	ore 18,00/20,00
7 Febbraio 2023	ore 18,00/20,00

e tratteranno i seguenti argomenti:

Materiali ed Abbigliamento / Alimentazione ed allenamento / Neve e valanghe, bollettino Nivologico, ARTVA funzionamento ed utilizzo, bollettino Meteo / Nozioni di pronto soccorso, emergenza in montagna / Topografia ed Orientamento.



N°5 USCITE

le esercitazioni pratiche si svolgeranno indicativamente con il seguente calendario:

Domenica 15 – 22 – 29 Gennaio 2023

Domenica 5 – 12 Febbraio 2023

A tutti coloro che avranno seguito proficuamente il corso verrà rilasciato un attestato di partecipazione.

Il trasporto verrà effettuato con i mezzi propri dei partecipanti. I luoghi e gli orari verranno comunicati di volta in volta.

La Direzione, in funzione dell'innervamento, si riserva di scegliere le località di effettuazione delle esercitazioni pratiche.

Qualora le condizioni meteorologiche o la carenza di neve o la pandemia lo imponessero, la Direzione della Scuola si riserva di spostare le date delle esercitazioni pratiche non oltre il 26 febbraio 2023 e precisamente nelle seguenti date di recupero: 18 – 19 – 25 – 26 febbraio 2023. Qualora un allievo fosse impossibilitato a recuperare l'uscita in una o più di queste date, verrà rimborsato della quota di euro 30 per uscita persa. Non saranno oggetto di rimborso le mancate uscite da parte degli allievi in una delle date indicate all'atto dell'iscrizione ossia 15 – 22 – 29 gennaio, 5 e 12 febbraio 2023. Qualora lo spostamento dovesse prolungarsi, il corso verrà annullato. In quest'ultimo caso verrà restituito l'importo dell'iscrizione limitatamente alla parte non usufruita.

In caso di totale annullamento del corso verrà trattenuta una quota di euro 10 per spese di segreteria.



MODALITA' DI ISCRIZIONE E QUOTA DI PARTECIPAZIONE

Dovrà essere eseguita la pre-iscrizione con il relativo MODULO compilato online all'indirizzo: <https://cairoma.wordpress.com/iscrizione/>.

Ad essa seguirà una mail di conferma da parte della Scuola e contestualmente andrà effettuato dagli allievi un acconto tramite bonifico di € **80,00** sul c/c del CAI – IBAN **IT 23 C 07601 03200 000034365007** – non rimborsabile.

Contemporaneamente si dovrà spedire all'indirizzo mail:

sfsecairoma@gmail.com, la scansione del versamento che ufficializzerà l'iscrizione.

Nel caso di sopravvenuta impossibilità a partecipare al corso, si potrà trasferire la quota versata come anticipo ad un altro e nuovo partecipante. La richiesta dovrà essere inviata dal cedente quota via mail all'indirizzo su indicato. Una volta accettato il trasferimento da parte della Direzione, il nuovo iscritto procederà all'invio del modulo predetto. Alla quota verrà sottratto l'importo di euro 10 per spese amministrative. Qualora le assenze dell'allievo si verificassero alle prime due lezioni in modo consecutivo, l'allievo stesso, ad insindacabile giudizio della Direzione della Scuola, potrà essere estromesso dal corso senza rimborso.

La regolarizzazione dell'iscrizione al corso, con il versamento del saldo di € **110,00**, si effettuerà al raggiungimento del tetto delle iscrizioni che verrà comunicato tempestivamente. Il saldo dovrà avvenire con le stesse modalità dell'anticipo ed ugualmente si dovrà dare tempestiva comunicazione dello stesso.

L'iscrizione sarà formalizzata martedì 22 novembre 2022 , ore 18,00/19,00 presso la sede del C.A.I. di Roma in via Galvani 10 – dietro presentazione dei seguenti documenti:

- *Iscrizione al Club Alpino Italiano,*



- *certificato medico, in originale, di idoneità alla pratica sportiva non agonistica, con la validità per la durata del corso di sci di fondo escursionismo,*
- *domanda d'iscrizione debitamente compilata in ogni sua parte e firmata (modulo di pre-iscrizione da firmare al momento),*
- *fotografia formato tessera,*
- *presa visione ed accettazione (mediante firma) del modulo allegato al presente bando sulle regole concernenti le modalità di svolgimento del corso e su eventuali variazioni in corso d'opera.*

Per l'accesso alla sede saranno comunicati i modi ed i tempi in funzione delle normative anti-Covid in vigore.

I posti disponibili sono limitati.

Il corso verrà effettuato con un minimo di 10 partecipanti.

Raggiunta la quota massima, non verranno concesse deroghe e le iscrizioni si riterranno chiuse. Ai fini dell'accettazione verrà considerato l'ordine con il quale si invia la scansione del versamento dell'anticipo.

Comunque, le eventuali preiscrizioni pervenute oltre il numero di posti disponibili, saranno tenute in considerazione nel caso di rinuncia successiva degli iscritti. Gli interessati saranno tempestivamente avvisati.

NOTA BENE: Iscrivendosi al corso l'allievo si impegna a sottostare, sotto la propria responsabilità, alla stretta osservanza di ogni norma statale, locale e delle disposizioni del C.A.I. in materia di prevenzione sanitaria anti-Covid in vigore, consapevole che qualsiasi inosservanza comporta l'immediata esclusione dal corso; gli istruttori hanno il compito di farle osservare.

LA QUOTA DI ISCRIZIONE COMPRENDE

- 5 esercitazioni teoriche;
- 5 esercitazioni pratiche sulla neve;



- copertura assicurativa, uso del materiale collettivo, assistenza tecnica;
- attestato di partecipazione.

La partecipazione al corso richiede ai partecipanti una condizione di allenamento fisico per le uscite in ambiente montano invernale.

Compatibilmente con la disponibilità del materiale della Scuola (per circa 15 persone) e con le caratteristiche fisiche degli allievi sarà possibile disporre di attrezzatura (sci – bastoncini, NO scarpe) per l'intera durata del corso previo versamento cauzionale di € 100,00 di cui ne verranno restituite € 50,00 a restituzione attrezzatura . La quota restante sarà trattenuta per ripristino del materiale usurato.

Gli eventuali interessati sono pregati di segnalare la richiesta del materiale nel modulo di iscrizione on line sotto la dicitura " note personali".

Per l'assegnazione del materiale si terrà presente la data dell'invio della scansione del bonifico del saldo.

La sua distribuzione avverrà il 22/11/2022 con le modalità che verranno comunicate.

Gli allievi dovranno prendere visione, sul sito della scuola, del regolamento del corso ed accettarlo mediante sottoscrizione del modulo come indicato precedentemente.

PRE-ISCRIZIONE ON LINE

<https://cairoma.wordpress.com/iscrizione/>