

COSTO DEL CORSO: € 220

La quota comprende:

- materiale didattico: dispense, cd-rom
- trasporti in auto private
- trattamento di mezza pensione nei due week end¹
- prestito delle ciaspole
- costi di organizzazione

ISCRIZIONI

In Sede, dalle 18.00 alle 20.00 il giovedì 9 e venerdì 10 gennaio 2014

Per iscriversi al Corso occorre:

- essere soci del CAI, in regola col pagamento del bollino 2014
- possedere un'età minima di 16 anni²
- avere un buon grado di allenamento
- un certificato medico di idoneità alla pratica sportiva non agonistica
- una foto formato tessera
- il Kit di autosoccorso

Gli allievi sprovvisti del kit di autosoccorso (ARTVA, pala e sonda), avranno la possibilità di prenderlo in prestito per tutta la durata del corso versando un contributo di €. 30,00, previo deposito di una cauzione di €. 300,00 che verrà resa a fine corso con la restituzione del Kit.

Posti disponibili: 20

I soci che hanno già frequentato un Corso di escursionismo del CAI avranno la priorità all'atto della iscrizione.

Non è prevista la restituzione delle quote, a qualunque titolo versate.

¹ Escluse le bevande.

² La partecipazione di minorenni è subordinata all'autorizzazione sottoscritta da almeno uno dei soggetti che esercitano la potestà genitoriale.

Ai partecipanti che avranno frequentato almeno il 70% del totale delle lezioni teoriche e pratiche verrà rilasciato un attestato di partecipazione.

E' facoltà degli organizzatori del corso, a loro insindacabile giudizio, escludere gli aspiranti allievi che non siano idonei a partecipare al corso ed escludere allievi che non siano ritenuti idonei a proseguire il corso iniziato. In quest'ultimo caso all'allievo potrà essere rimborsata la quota di iscrizione al netto delle spese già sostenute.

"Sui monti tutto è diverso. Quanto più lunga è il cammino tanto meno mi importa del tempo. Ad ogni passo lo spazio si dilata e nella spazio infinito dimentico il tempo."

Reinhold Messner

SOCCORSO ALPINO E SPELEOLOGICO

Regione Lazio

Via di Santa Felicola, 15 - 00134 - Roma Tel.
348 / 61 31 300

per informazioni e per contribuire:

www.soccorsoalpinolazio.it

**Per tutte le emergenze in zone
montane o impervie o in grotta, chiama il
numero**

118

**richiedendo espressamente che sia allertato il
CORPO NAZIONALE SOCCORSO ALPINO E
SPELEOLOGICO**

Club Alpino Italiano - Sezione di Roma
Via Galvani n. 10 - 00153 Roma
tel 06 57287143

sito internet: www.cairoma.it
e-mail: segreteria@cairoma.it



Sezione di Roma



IV Corso di Escursionismo in Ambiente Innevato

13 gennaio - 03 marzo 2014

**Direttore del corso
AE-EAI Riccardo Ortolani**

**Vice Direttore
AE-EAI Fiorangela Bellotti**

FINALITA' del CORSO

La neve regala alla montagna un'atmosfera magica e paesaggi favolosi, silenzi ovattati e un aspetto selvaggio, ma nasconde anche pericoli spesso difficili da individuare.

Il Corso si propone di dare agli allievi gli strumenti per riconoscere tali pericoli al fine di minimizzare il rischio che accada un evento negativo.

*Quindi si prefigge di trasmettere le nozioni culturali, tecniche e pratiche per sapere organizzare in autonomia e in sicurezza escursioni in ambiente innevato con le **racchette da neve** (ciaspole).*



*"la neve non è un lupo sotto una pelle di pecora,
ma una tigre in panni d'agnello"*

Matthias Zdarsky

INFORMAZIONI

Riccardo Ortolani (329-5426915)
e-mail riccardoort@fastwebnet.it

Fiorangela Bellotti (388-6198026)
e-mail fiorangelabellotti@gmail.com

PROGRAMMA delle LEZIONI TEORICHE

Sono previste 8 lezioni teoriche il lunedì (dalle ore 20.00 alle 22.00 in sede)

lunedì 13 gennaio ore 19.45

- Presentazione del corso
- Equipaggiamento e materiali

lunedì 20 gennaio ore 20.00

- Autosoccorso in valanga
- ARTVA pala e sonda

Lunedì 27 gennaio ore 20.00

- Elementi di nivologia
- Valanghe

lunedì 3 febbraio ore 20.00

- Cartografia
- Orientamento EAI

lunedì 10 febbraio ore 20.00

- Elementi di Meteorologia
- Bollettino Nivo-meteorologico

lunedì 17 febbraio ore 20.00

- Alimentazione e Preparazione fisica
- Organizzazione e Strutture del CAI

lunedì 24 febbraio ore 20.00

- Organizzazione di una escursione EAI

sabato 01 marzo (sera del W-E Gran Sasso)

- Elementi di Primo Soccorso
- Soccorso Alpino

lunedì 03 marzo ore 20.00

- Ambiente montano innevato: flora e fauna
- Consegna attestati

PROGRAMMA delle ESCURSIONI

Sono previste cinque giornate di escursioni ed esercitazioni in montagna, oltre ad una di esercitazione ARTVA in spiaggia ad Ostia ed una del Soccorso Alpino sul Gran Sasso.

Domenica 26 gennaio – Ostia

Esercitazione A.R.T.V.A.

Domenica 02 febbraio – Monti Simbruini

Escursione ed esercitazioni

Domenica 9 febbraio – Gruppo Velino/Sirente

Escursione ed esercitazioni

Week-End 15-16 febbraio Monti Marsicani

Escursione ed esercitazioni

Week-End 01-02 marzo Gran Sasso d'Italia

Escursione ed esercitazioni

Esercitazione del Soccorso Alpino

Tutte le escursioni sono di difficoltà **EAI** con riferimento alla classificazione escursionistica del CAI.

Le escursioni e le esercitazioni in ambiente innevato impegneranno tutto il giorno con partenza da Roma fissata intorno alle 6:15 e rientro a Roma previsto entro le 20:00

Il programma delle escursioni potrebbe subire modifiche sia per quanto riguarda le date che le destinazioni, in funzione dell'innnevamento, del meteo, per esigenze organizzative e comunque ad insindacabile giudizio degli organizzatori.