

ORGANICO ISTRUTTORI

Direttore del Corso: **Cassano Claudia**

Vice Direttori: **Belletti Marcella – Astrua Marco**

Istruttori:

Borrione Alessio
Buscaglia Tommaso
Cailotto Gianni
Canova Renzo
Cesale Ros Rudy
Corona Mauro
Dondana Alberto
Eulogio Riccardo
Favario Luigi
Franco Fabrizio
Frassati Piero

Galuppi Andrea
Lacchia Luigi
Matarazzo Antonio
Massaro Giuliano
Mercando Claudio
Munarin Roberto
Pecoraro Luca
Penasa Mauro
Testa Alberto
Tonetti Daniele
Zampollo Piero

REGOLAMENTO

La Scuola Nazionale di Alpinismo "Guido Machetto" del CAI di Biella, organizza un Corso di Arrampicata su Roccia con lo scopo di fornire le nozioni principali per la pratica della scalata di tipo sportivo. E' indispensabile disporre di imbracatura e scarpette da arrampicata. Materiale ulteriore per lo svolgimento del Corso sarà reso disponibile dalla Scuola stessa.

Il numero di partecipanti sarà limitato, per motivi organizzativi, ai primi **20** iscritti. Sono ammessi al Corso i soci CAI di età superiore ai 16 anni in regola con il tesseramento.

Le domande di iscrizione si ricevono a partire da Martedì 9 Settembre alla presentazione del Corso presso la sala BIVERBANCA di via Carso 15, e in seguito presso la sede CAI di Biella (orario di apertura: martedì e venerdì dalle 18 alle 19.30 e dalle 21 alle 22.30) e devono essere accompagnate da:

- Certificato medico attestante l'idoneità fisica.
- N°1 Fotografia formato tessera.
- Autorizzazione dei genitori per minorenni.
- Quota d'iscrizione di 130 Euro.
- Tesseramento CAI valido per l'anno in corso.

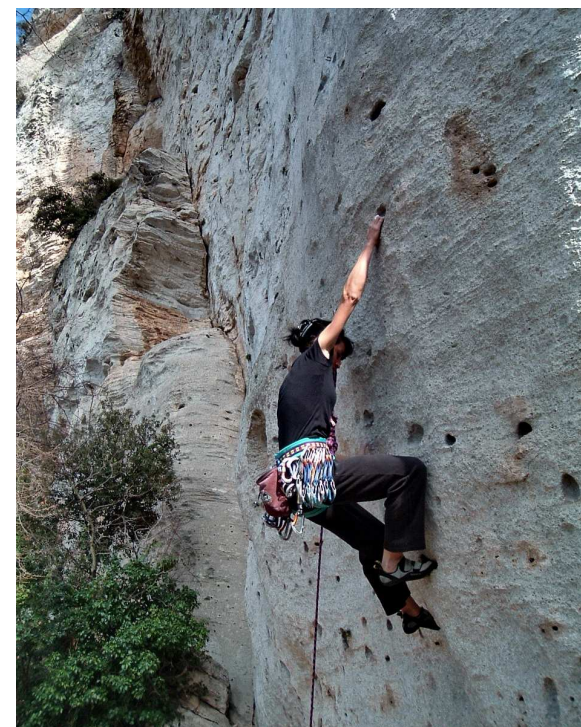
IL TERMINE DI ISCRIZIONE E CONSEGNA DELLA DOCUMENTAZIONE SOPRA RICHIESTA E' FISSATO TASSATIVAMENTE IL 16/09/08, PER MOTIVI ASSICURATIVI, PENA L'ESCLUSIONE DAL CORSO.

I partecipanti dovranno attenersi rigorosamente alle direttive impartite durante lo svolgimento del Corso. La direzione potrà escludere in qualsiasi momento le persone non ritenute idonee. La Scuola Nazionale di Alpinismo "Guido Machetto" e la sezione del CAI di Biella declinano comunque ogni responsabilità per eventuali incidenti che possano accadere durante lo svolgimento del Corso stesso.



Scuola Nazionale di Alpinismo " Guido Machetto "

Club Alpino Italiano – Biella



22° CORSO di ARRAMPICATA su ROCCIA

11 settembre – 19 ottobre 2008

Club Alpino Italiano – Via Pietro Micca n°13 Biella
Tel: 015.21234 www.caibiella.it e-mail: caibiella@caibiella.it

PRESENTAZIONE DEL CORSO E PROIEZIONE AUDIOVISIVO

Martedì 9 Settembre 2008 ORE 21:00

Sala Congressi Biverbanca
via Carso 15 – Biella

LEZIONI TEORICHE

Giovedì 11/09/08 (Palestra Chiavazza)

Introduzione al corso

Equipaggiamento e materiali da arrampicata
Nodi Fondamentali

Giovedì 18/09/08 (Palestra Chiavazza)

Tecnica di Roccia

Arrampicata su parete verticale
Tecniche di base

Giovedì 25/09/08 (Palestra Chiavazza)

Tecnica di Roccia

Arrampicata su parete strapiombante
Tecniche evolute, progressione della cordata

Giovedì 02/10/08 (Palestra Chiavazza)

Tecnica di Roccia

Catena di sicurezza, moschettonaggi,
Prove di caduta

Giovedì 09/10/08 (Palestra Chiavazza)

Fisiologia ed Allenamento

Fondamenti dell'allenamento generale e specifico
Esercizi e metodi di preparazione

Giovedì 16/10/08 (sede CAI)

Dall'arrampicata sportiva all'avventura

Prospettive su ambienti diversi, scalata in parete e montagna.
Cenni di storia dell'arrampicata

USCITE PRATICHE

Domenica 21/09/08

Progressione della cordata su roccia

Tecnica individuale, metodi di assicurazione
Manovre di discesa e moulinette
(Traversella)

Domenica 28/09/08

Salita di monotiri su roccia

Scalata su roccia, tecnica individuale
(Val Clarea – Val di Susa)

Domenica 05/10/08

Salita di monotiri su roccia

Scalata su roccia
Scalata da capocordata
(Galbiate – Lecco)

Sabato e Domenica 11-12/10/08

Week-end di arrampicata

Scalata su roccia
Scalata da capocordata
Discesa in corda doppia
(Briançon – Francia)

Domenica 19/10/08

Salita di vie di più tiri

Scalata su roccia con progressione della cordata
Chiusura Corso
(Rocca Sbarua – Pinerolo)