

## **ORGANICO ISTRUTTORI**

Direttore del Corso: **Penasa Mauro**  
Vice Direttori: **Cavalli Gianluca**

### **Istruttori:**

<i>Astrua Marco</i>	<i>Frassati Piero</i>
<i>Barco Nicolò</i>	<i>Galuppi Andrea</i>
<i>Belletti Marcella</i>	<i>Giandario Giolito</i>
<i>Borriero Alessio</i>	<i>Lacchia Luigi</i>
<i>Brua Ezio</i>	<i>Matarazzo Antonio</i>
<i>Buscaglia Tommaso</i>	<i>Massaro Giuliano</i>
<i>Cailotto Gianni</i>	<i>Pecoraro Luca</i>
<i>Canova Renzo</i>	<i>Testa Alberto</i>
<i>Cassano Claudia</i>	<i>Tonetti Daniele</i>
<i>Cesale Ros Rudy</i>	<i>Zampollo Piero</i>
<i>Corona Mauro</i>	

## **REGOLAMENTO**

La Scuola Nazionale di Alpinismo "Guido Machetto" del CAI di Biella, organizza un Corso di Perfezionamento in Arrampicata su granito con lo scopo di fornire le nozioni principali per praticare la scalata TRAD, con posa di protezioni in ambiente di (parziale) avventura.

E' indispensabile avere una buona esperienza di arrampicata e muoversi almeno intorno al 6a, ma soprattutto avere una buona motivazione per affrontare un terreno ormai sempre meno conosciuto. Materiale ulteriore per lo svolgimento del Corso sarà reso disponibile dalla Scuola.

Il numero di partecipanti sarà limitato, per motivi organizzativi, ai primi 10 iscritti. Sono ammessi al Corso i soci CAI di età superiore ai 18 anni in regola con il tesseramento.

Le domande di iscrizione si ricevono a partire da Martedì 6 Settembre alla presentazione del Corso presso la sala BIVERBANCA di via Carso 15, e in seguito presso la sede CAI di Biella (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 150 Euro.
- Tesseramento CAI valido per l'anno in corso.

**IL TERMINE DI ISCRIZIONE E CONSEGNA DELLA DOCUMENTAZIONE SOPRA RICHIESTA E' FISSATO TASSATIVAMENTE IL 13/09/11, PER MOTIVI ASSICURATIVI, PENA L'ESCLUSIONE DAL CORSO.**

I partecipanti dovranno attenersi rigorosamente alle direttive loro 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.



## **Scuola Nazionale di Alpinismo " Guido Machetto "** **Club Alpino Italiano – Biella**



## **4° Corso di Perfezionamento su Roccia (tecniche di incastro e di artificiale)**

**15 settembre – 12 ottobre 2011**

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

# PRESENTAZIONE DEL CORSO CON PROIEZIONE DI GABRIELE MORONI

Martedì 6 Settembre 2011 ORE 21:00

Sala Congressi Biverbanca  
via Carso 15 – Biella

## LEZIONI TEORICHE

Giovedì 15/09/11 (Sede CAI)

### **Materiali e Scalata ad Incastro**

Equipaggiamento e materiali da arrampicata  
Tecnica di Roccia – L'arrampicata ad incastro

Giovedì 22/09/11 (Sede CAI)

### **Materiali e Scalata Artificiale**

I materiali per la scalata artificiale  
Tecnica di Roccia – La scalata artificiale

Giovedì 29/09/11 (Sede CAI)

### **Dalla Parete alla Montagna**

Prospettive su ambienti diversi, scalata in parete e montagna  
Preparazione di una salita  
Pericoli della montagna

Giovedì 06/10/11 (Palestra di Chiavazza)

### **Tecnica di Roccia**

Catena di sicurezza, prove di caduta  
Progressione della cordata

Mercoledì 12/10/11 (sede CAI)

### **Fisiologia ed Allenamento**

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

## USCITE PRATICHE

Sabato e Domenica 17-18/09/11

### **La scalata ad incastro**

Tecnica individuale, metodi di protezione  
Prove di scalata da secondo e da primo (con assicurazione)  
Attrezzatura di soste e calate  
(Ceresole Reale)

Sabato e Domenica 24-25/09/11

### **La scalata artificiale**

Tecnica individuale, metodi di protezione avanzati  
Prove di scalata da primo (con assicurazione)  
Risalita di una fissa  
La progressione della cordata in artificiale  
Ancora arrampicata su granito  
(Ceresole Reale)

Sabato e Domenica 01-02/10/11

### **Salita di vie di più tiri**

Scalata su roccia di vie di più tiri  
Discesa in corda doppia  
Chiusura Corso  
(Ceresole Reale)