



CLUB ALPINO ITALIANO

Sezione di San Pietro in cariano

Scuola di Arrampicata Libera "Milo Navasa"



3° CORSO MANOVRE DI AUTOSOCCORSO

2025

Direttore: Vinco Francesco (IA)

Vice Direttore: Cernibori Luca (IA)

Segretario: Gandini Andrea (IS)

"Saper fare bene manovre semplici per risolvere situazioni difficili"

Il corso manovre di "Autosoccorso della cordata" ha come obiettivo quello di illustrare le varie tecniche di soccorso ed autosoccorso di una cordata sui diversi terreni (neve, ghiaccio, roccia), presupponendo il non intervento del soccorso organizzato. Per esigenze didattiche, il corso prevede un numero limitato di allievi ed è rivolto a tutti coloro che hanno già nozioni di alpinismo, come ad esempio quelle impartite nei corsi A1, AG1, AR1, SA1, o attività personale di progressione in ambiente prevalentemente alpinistico.

Il corso prevede l'insegnamento attraverso lezioni teoriche in aula, in palestra indoor e lezioni pratiche su terreno naturale, delle principali tecniche di autosoccorso della cordata. Alla conclusione di ogni modulo è prevista una uscita in ambiente dove poter consolidare e contestualizzare le nozioni apprese.



Programma

Presentazione del corso

Lunedì 17 febbraio, ore 21.00, presso la sede di Pedemonte

Compilazione della domanda di ammissione obbligatoria tramite modulo/form presente sul sito:
<http://caivalpolicella.it/scuola-arrampicata-libera-alpinismo/>
 Info ed invio domande di ammissione ad: alpinismo@caivalpolicella.it

Data	Luogo	Attività
Lunedì 17 febbraio	Sede CAI	Presentazione del corso e raccolta domande di ammissione; visione del materiale individuale necessario
Mercoledì 19 febbraio	Sede CAI	Catena di assicurazione, Gestione dei monotiri Indoor ed Outdoor
Martedì 25 febbraio	Palestra indoor	Nodi, longe per calata, illustrazione corda doppia e risalita
Martedì 04 Marzo	Palestra indoor	Realizzare una sosta e tecniche di assicurazione
Domenica 09 Marzo	Falesia	Uscita pratica di verifica
Martedì 11 Marzo	Palestra Indoor	Paranchi e trasferimento del carico
Domenica 16 Marzo	Falesia	Uscita pratica di verifica
Martedì 18 Marzo	Palestra indoor	Ripasso delle tecniche e nozioni apprese nelle precedenti uscite pratiche
Mercoledì 26 Marzo	Sede CAI	Cenni di primo soccorso
Domenica 30 Marzo	Falesia	Uscita conclusiva modulo roccia, Verica su vie facili
Mercoledì 02 Aprile	Sede CAI	Tecniche di legatura in conserva e allestimento corda fissa
Martedì 08 Aprile	Palestra Indoor	Ripasso legatura, Recupero da crepaccio
Sab-Dom 12-13 Aprile	Ambiente Montagna	Primo giorno: verifica argomenti ed esercitazione artva
		Secondo giorno: Salita di un Vajo

Date per i possibili recuperi delle Uscite Pratiche:
 Domenica 06 Aprile, Sabato - domenica 26-27 Aprile.

Luoghi utilizzati:

Sede CAI: Via G. Campostrini 56 Pedemonte

Palestra Indoor: Palestra comunale Lugagnano

Verifiche: Falesie e ambiente montano

La Scuola di Arrampicata Libera Milo Navasa si riserva di modificare date e luoghi o annullare una o più uscite o l'intero corso in considerazione delle esigenze organizzative e degli impedimenti della Scuola dovute a causa di forza maggiore e/o dovute ad altre variabili non prevedibili.

CAI Sez, San Pietro in Cariano

Via G. Campostrini 56 - Pedemonte

tel. 045/6801299 (apertura il giovedì dalle 20:30 alle 22:30)

www.caivalpolicella.it

alpinismo@caivalpolicella.it



arrampicata libera "Milo Navasa"