



# 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](mailto: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                                       |
| Mercoledì 26 febbraio | Palestra indoor   | Nodi, longe per calata, illustrazione corda doppia e risalita  |
| Mercoledì 05 Marzo    | Palestra indoor   | Realizzare una sosta e tecniche di assicurazione   |
| Domenica 09 Marzo     | Falesia           | Uscita pratica di verifica   |
| Mercoledì 12 Marzo    | Palestra Indoor   | Paranchi e trasferimento del carico  |
| Domenica 16 Marzo     | Falesia           | Uscita pratica di verifica   |
| Mercoledì 19 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           | <b>Uscita conclusiva modulo roccia, Verica su vie facili</b>   |
| Mercoledì 02 Aprile   | Sede CAI          | Tecniche di legatura in conserva e allestimento corda fissa  |
| Mercoledì 09 Aprile   | Palestra Indoor   | Ripasso legatura, Recupero da crepaccio  |
| Sab-Dom 12-13 Aprile  | Ambiente Montagna | Primo giorno: verifica argomenti ed esercitazione artva<br><b>Secondo giorno: Salita di un Vajo</b>    |

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](http://www.caivalpolicella.it)

[alpinismo@caivalpolicella.it](mailto:alpinismo@caivalpolicella.it)



arrampicata libera "Milo Navasa"