

PROGRAMMA CORSO ARRAMPICATA

Dir. INAL PIERAZZO O.
Vice Dir. TORMEN LUIGINO

CALENDARIO LEZIONI TEORICHE

ARGOMENTO	DOVE	QUANDO
Presentazione	Sezione	30 marzo
Studio del movimento	Palestra indoor	13 aprile
Catena di assicurazione	Sezione	27 aprile
Studio del movimento	Muro Arrampicata sgrafamasegni	1 maggio ore 14.00
Valutazione difficoltà, ect	Sezione	18 maggio
Allenamento	Sezione	1 giugno
Alimentazione, 1° soccorso	Sezione	15 giugno

Dove non indicata, l'ora di inizio delle lezioni si riferisce alle 21.00

CALENDARIO USCITE AMBIENTE

ARGOMENTO	DOVE	QUANDO
Movimenti base	Stallavena	18 aprile
Moulinette, ect	Anduins	25 aprile
Vie di più tiri, doppie, ect	Placche di val Collina, Passo M. Croce Carnico	9 maggio
Progressione da 1°, voli	Erto	23 maggio
Arrampicata	Palestra le guardie	6 giugno
Stage finale	Forcella Rest	26 e 27 giugno

A CHI E' RIVOLTO:

- * A tutte le persone che vogliono entrare nel mondo dell'arrampicata, in modo divertente, ma sicuro.

COSA COMPRENDE:

- * L'affiancamento e l'assistenza da parte degli istruttori della Scuola "C. Capuis" del CAI di Mestre;
- * tutti gli incontri didattici previsti a calendario;
- * il materiale didattico di supporto (manuali tecnici, dispense);
- * la copertura assicurativa personale per tutti gli appuntamenti in calendario;
- * l'uso delle corde e altro materiale tecnico;
- * l'accesso a strutture private (palestre indoor, strutture artificiali per l'arrampicata, ecc.);

COSA NON COMPRENDE:

- * l'attrezzatura individuale (omologata CE) obbligatoria: **caschetto, imbracatura, calzature idonee, anelli di cordino, moschettoni, piastrina;**
- * l'abbigliamento idoneo alle uscite in falesia e in ambiente alpino;
- * i costi di viaggio;
- * le spese di vitto e alloggio durante gli stage;

N.B. si consiglia di attendere gli incontri specifici sui materiali ed equipaggiamento per programmare eventuali acquisti.

COSTI E CLAUSOLE DI PARTECIPAZIONE:

la quota di iscrizione ai corsi è fissata in € 180 , di cui almeno la metà dovrà essere versata all'atto dell'iscrizione e la rimanente all'inizio del corso ;

- * iscrizione CAI, valida per il 2010;
- * certificato medico di attitudine alla pratica sportiva non agonistica (con data valida a coprire tutto il periodo del corso);
- * l'assenza a due lezioni del corso e/o a due uscite pratiche potrà comportare l'esclusione dell'allievo dal corso senza la restituzione della quota di iscrizione;
- * gli allievi dovranno attenersi scrupolosamente alle disposizioni del direttore del corso e degli istruttori incaricati;
- * il direttore del corso, in considerazione dell'impegno richiesto, potrà subordinare la partecipazione agli stage all'idoneità psicofisica di ogni allievo;
- * in caso di rinuncia, l'allievo non ha diritto al rimborso della quota di partecipazione;
- * il programma del corso potrà subire mutamenti di data, ora, luogo, itinerari, ecc., in relazione alle condizioni atmosferiche e del terreno e dell'eventuale indisponibilità, per cause di forza maggiore, di locali e relatori;
- * il numero massimo di allievi ammessi al corso sarà di 12 persone.

MODALITA' DI ISCRIZIONE:

- * compilare in tutte le sue parti e sottoscrivere (per i minorenni è necessario l'assenso di uno dei genitori) la scheda di iscrizione
- * Le iscrizioni si effettueranno dal giorno 10 febbraio al giorno 17 marzo, il mercoledì dalle ore 21.00 alle ore 22.30 presso la sede del CAI Sezione di Mestre, in via Fiume, 47/a - tel. 041938198, e comunque fino al raggiungimento del numero massimo previsto;
- * Una prima selezione verrà effettuata esaminando le schede di iscrizione. Se necessario si provvederà a convocare i candidati ad un colloquio attitudinale;
- * L'elenco degli allievi ammessi al corso e delle eventuali riserve che copriranno i posti disponibili in caso di rinunce, sarà esposto presso la sede del CAI di Mestre il **giorno 24 marzo 2010.**