



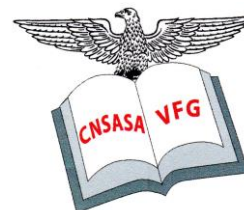
CLUB ALPINO ITALIANO

Commissione Interregionale

Scuole di Alpinismo, Sci Alpinismo e Arrampicata Libera – VFG

mail: vfg@cnsasa.it – web: www.vfg.cnsasa.it

casella postale 112 – 33170 Pordenone



La Commissione Interregionale Scuole di Alpinismo, Scialpinismo e Arrampicata Libera di Veneto e Friuli Venezia Giulia, afferente alla CNSASA, tramite la propria Scuola Interregionale, alla quale è affidata la conduzione tecnica dei Corsi,

organizza il

XXXI° Corso Propedeutico Ghiaccio Alta Montagna 2019

Direzione del Corso

Il corso sarà diretto da: Massimo Fioretti e Luciano Bonotto

Località e date:

- Rifugio Roma – Vedrette di Ries 19-20-21 Luglio

Finalità del corso

L'obiettivo del corso propedeutico è quello di fornire gli strumenti per migliorare la propria preparazione tecnica, culturale e didattica.

Ammissione al corso

La partecipazione al Corso Propedeutico è aperta a tutte le figure in organico nelle Scuole del CAI interessate ed in regola con il tesseramento (Aspiranti Istruttori, Istruttori Sezionali ed Istruttori Titolati di primo e secondo livello).

Per l'ammissione al Corso il Direttore della Scuola del candidato dovrà presentare domanda, redatta su apposito modulo, entro la data di chiusura delle iscrizioni, prevista per il **06/07/2019**.

Il numero massimo di partecipanti è previsto in 30 persone.

I candidati ammessi al corso saranno contattati via mail dal direttore del corso.

Agli istruttori titolati partecipanti, la partecipazione al Corso Propedeutico verrà riconosciuto come aggiornamento obbligatorio (se non già effettuato in precedenza)

Modulistica

La modulistica necessaria per la presentazione della domanda è reperibile sul sito: www.vfg.cnsasa.it.

Le domande di ammissione dovranno pervenire in formato elettronico PDF all'indirizzo della Commissione: corsi.cisasavfg@gmail.com, e al coodirettore del corso bonottolu@tiscali.it sempre entro e non oltre il **06/07/2019**

Si precisa che non verranno prese in considerazione le domande dei candidati i cui requisiti non siano presentati con la massima chiarezza e secondo le modalità di compilazione e nei termini prescritti.



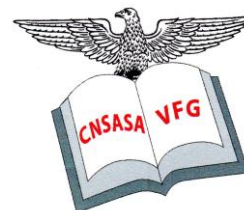
CLUB ALPINO ITALIANO

Commissione Interregionale

Scuole di Alpinismo, Sci Alpinismo e Arrampicata Libera – VFG

mail: vfg@cnsasa.it – web: www.vfg.cnsasa.it

casella postale 112 – 33170 Pordenone



I candidati dovranno indicare nella domanda in **modo leggibile** un indirizzo di posta elettronica ed un recapito telefonico (cellulare) ai quali fare riferimento per tutte le comunicazioni.

Quote di iscrizione, spese di partecipazione e assicurazione

La quota di iscrizione al Corso è stabilita in **euro 115,00** e dovrà essere versata **solo dopo aver ricevuto la conferma dell' ammissione al Corso** tramite bonifico utilizzando le seguenti coordinate bancarie:

Club Alpino Italiano – Regione del Veneto,

presso la BANCA DI CREDITO COOPERATIVO DELLE PREALPI FILIALE DI VITTORIO VENETO

Codice IBAN: IT93 A 08904 62190 007000007646

precisando nella causale di pagamento “corso, anno, nome e cognome del partecipante”.

(esempio: Corso Prop. GAM 2019– Rossi Mario)

La ricevuta di pagamento dovrà essere inviata all'indirizzo del direttore del corso l.bonotto@tiscali.it

Saranno a carico dei partecipanti al Corso tutte le spese di vitto, alloggio, trasferimento ed eventuali impianti di risalita.

La copertura assicurativa minima per gli infortuni è quella prevista per i Soci CAI.

Certificato Medico

All'inizio del corso ciascun candidato dovrà presentare un certificato medico di idoneità all'attività sportiva a livello non agonistico valevole per l'intera durata del corso (tale certificato non va quindi spedito all'atto della domanda di iscrizione).

La mancata presentazione di tale certificato comporta l'esclusione dalla partecipazione al corso.

Programma del corso

Ritrovo: Riva di Tures piazzale Sage, teleferica per il rifugio, il 19 Luglio alle ore 9.00.

1° Giorno

- Materiali da ghiaccio: uso della piccozza e dei ramponi.
- Tecnica individuale di progressione su neve e ghiaccio.
- Soste e ancoraggi su neve e ghiaccio.
- Scivolata su neve e auto arresto.

2° Giorno

- Formazione e progressione della cordata (a 2 e a 3 elementi) su vari terreni.
- Metodi di assicurazione e auto-assicurazione.
- Movimento in conserva (conserva corta media e lunga).
- Autosoccorso della cordata e recuperi da crepaccio.

3° Giorno



CLUB ALPINO ITALIANO

Commissione Interregionale

Scuole di Alpinismo, Sci Alpinismo e Arrampicata Libera – VFG

mail: vfg@cnsasa.it – web: www.vfg.cnsasa.it

casella postale 112 – 33170 Pordenone



- Percorso su terreno glaciale vario e articolato che permetta di applicare le tecniche sviluppate nelle prime due giornate.

Programma Dettagliato

1° giorno

Materiale da ghiaccio

- Piccozza e ramponi: generalità, tipologia e caratteristiche dei vari tipi.

Progressione individuale su neve, varie pendenze, senza ramponi (movimento in simultanea e in sequenza)

- Diagonale fianco al pendio.
- Passo incrociato.
- Progressione frontale.
- Movimento in traversata.
- Movimento in discesa.

Progressione individuale su ghiaccio, varie pendenze, con ramponi punte a piatto e punte avanti (movimento in simultanea e in sequenza)

- Diagonale fianco al pendio.
- Passo incrociato.
- Passo misto.
- Progressione frontale (diretta).
- Movimento in discesa su varie pendenze (faccia a valle, diagonale fianco al pendio, mezzo passo, faccia a monte).
- Progressione su terreno verticale con 2 attrezzi, tecnica base di piolet-traction.
- Gradinamento (tacca, gradino, movimento di salita e discesa con un rampone).

Soste e ancoraggi su neve e ghiaccio

- Piccozza, corpi morti, fittoni, viti da ghiaccio, fungo.

Scivolata su neve senza ramponi ai piedi, auto-arresto

- Attuando l'assicurazione dinamica si eseguono prove istruttive sulla tenuta degli ancoraggi su neve.

2° Giorno

Formazione della cordata

- Metodi di legatura, cordino da ghiacciaio.
- Cordata a due e a tre persone.
- Utilizzo dei nodi a palla.

Movimento della cordata sui vari terreni

Assicurazione e auto-assicurazione dei componenti della cordata su vari terreni

- Auto-assicurazione provvisoria e definitiva.
- Assicurazione dinamica al primo di cordata: classica, bilanciata, ventrale (passaggio dal tuber alla sosta).
- Assicurazione al secondo (ai secondi) di cordata (mezzo barcaio, piastrina).



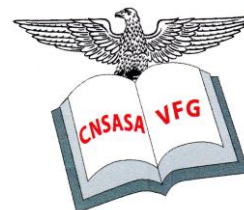
CLUB ALPINO ITALIANO

Commissione Interregionale

Scuole di Alpinismo, Sci Alpinismo e Arrampicata Libera – VFG

mail: vfg@cnsasa.it – web: www.vfg.cnsasa.it

casella postale 112 – 33170 Pordenone



Movimento in conserva

- Corta.
- Media.
- Lunga, con l'applicazione di un autobloccante (tibloc, magic ring) su terreni ripidi o di misto.

Discesa in corda doppia

- Su vite da ghiaccio.
- Su fungo.

Autosoccorso della cordata, recuperi da crepaccio

- Trattenuta del compagno che scivola (senza ramponi) e messa in sicura della cordata in funzione del terreno (opportuno assicurare adeguatamente entrambi i componenti della cordata)
- Predisposizione del sistema di recupero da crepaccio del compagno di cordata che collabora:
 - Paranco semplice con rinvio al compagno.
 - Recupero con azione interna ed esterna.
 - Paranco veloce .

che non collabora:

- Paranco mezzo Poldo con piastrina, o altro nodo bloccante.
- Paranco mezzo Poldo con spezzone ausiliario.

3° Giorno

Percorso vario su terreno glaciale

La scelta del percorso e le caratteristiche del terreno dovrebbero permettere di osservare che il movimento di una cordata che mette in atto quanto è stato sviluppato nelle prime due giornate.

- a) Progressione della cordata in varie situazioni (in conserva, con assicurazione veloce, con assicurazione dinamica, superamento crepacci, salto).
- b) Predisposizione soste, ancoraggi, rinvii.
- c) Tecnica individuale su varie pendenze, con uno o due attrezzi, salita discesa e attraversata, breve tratto in piolet-traction su muretto (opportuno il piazzamento di qualche vite con rinvio già piazzato).
- d) Discesa in corda doppia: allestimento e gestione della calata, autoassicurazione dei componenti alla partenza e all'arrivo, recupero della corda ed eventuale ricomposizione della cordata.

LEZIONI TEORICHE in rifugio

- Neve e valanghe.

Elenco dei manuali e dei testi sui quali i partecipanti sono tenuti a prepararsi.

Manuali pubblicati dal Club Alpino Italiano e monografie curate dalla CNSASA:

- Alpinismo su Ghiaccio e Misto;
- Alpinismo su roccia;
- Cartografia e Orientamento.

Equipaggiamento e materiale individuale



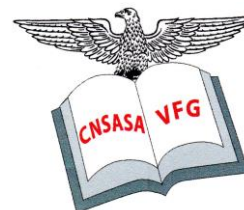
CLUB ALPINO ITALIANO

Commissione Interregionale

Scuole di Alpinismo, Sci Alpinismo e Arrampicata Libera – VFG

mail: vfg@cnsasa.it – web: www.vfg.cnsasa.it

casella postale 112 – 33170 Pordenone



- Abbigliamento da alta montagna;
- Attrezzatura da ghiaccio completa;
- Mezza corda o corda intera;
- Altimetro, bussola, carta topografica.

Per eventuali informazioni e ulteriori chiarimenti rivolgersi a:

mail: bonottolu@tiscali.it tel. 338 3562685 Luciano Bonotto (codirettore del corso)

mail: corsi.cisasavfg@gmail.com -Commissione Interregionale VFG.)

Nota: certificato medico:

E' richiesto un certificato medico per attività sportiva non agonistica, qualora il medico indichi nel certificato l'attività per la quale è rilasciato il certificato, essa dovrà corrispondere a quella del corso.

Nota: vitto e alloggio:

Il prezzo della mezza pensione presso il rifugio Roma è convenuto in Euro 58,00 al giorno a persona. I materiali saranno trasportati al rifugio tramite teleferica.