



## Corso di Alpinismo - Programma 2018

La padronanza delle nozioni tecniche è fondamentale per passare dall'escursionismo all'alpinismo. Come incordarsi correttamente per affrontare ghiacciai e creste, i metodi di assicurazione, l'impiego della corda in arrampicata e l'utilizzo dei vari attrezzi di progressione sono aspetti che vengono insegnati durante il corso di alpinismo. L'aspetto sia teorico che pratico di lettura della cartina, pianificazione e primi soccorsi viene pure affrontato. La componente formativa è preponderante, non tralasciando comunque di raggiungere alcune belle vette con salite su roccia e ghiaccio. Al termine del corso il partecipante, al quale vengono indicati degli obiettivi ben precisi, potrà frequentare le uscite sezionali per consolidare quanto appreso.

Il corso di alpinismo si svolge in estate. La prima uscita si tiene di norma in una delle nostre capanne, la seconda e la terza nei pressi di un ghiacciaio idoneo all'istruzione su roccia e ghiaccio. La terza uscita prevede l'applicazione delle nozioni apprese, sotto stretta sorveglianza dei nostri istruttori.

### Date corso 2018

#### 8 maggio 2018

Serata di presentazione con ritrovo alle 20:00 nella nostra sede, presso il Canvetto Luganese di Molino Nuovo, dove vengono illustrati gli obiettivi del corso e fornite le informazioni sul materiale necessario per l'attività su roccia e su ghiaccio. È quindi consigliabile, per chi intendesse acquistare materiale, attendere questa serata.

#### 29 giugno – 1 luglio 2018

Tre giorni introduttivi del corso, che avrà come base una capanna ticinese. Temi principali saranno lo spostamento in montagna fuori dai sentieri e l'utilizzo del materiale tecnico di base come ramponi, piccozza e imbracatura. Saremo in una zona ideale per l'insegnamento dell'arrampicata, per gli esercizi di scivolamento su neve e per affrontare le prime creste su buona roccia. Ritrovo alle ore **06:30 al posteggio di Manno** e trasferta con auto private.

#### 14-15 luglio 2018

Due giorni di istruzione sulle tecniche di progressione su roccia e soprattutto ghiaccio avendo come base la Turtmannhütte, nelle Alpi Pennine. Si tratta di approfondire le conoscenze tramite ascensione su terreno misto e affrontando, se le condizioni lo permettono, una cima con intento didattico. Ritrovo alle ore **06:00 al posteggio di Manno** e trasferta con auto private.

#### 25-26 agosto 2018

Terza uscita alla Sustlihütte, nelle Alpi Urane, che offrono un ampio ventaglio di scelte permettendo ai partecipanti di applicare quanto appreso riguardo agli spostamenti in montagna e all'utilizzo del materiale tecnico di base. Inoltre ci si confronta con l'attività in quota. Ritrovo alle ore **06:00 al posteggio di Manno** e trasferta con auto private.



## Responsabile del corso

Alessandro Chiesa  
Rudolf Brunnerstrasse 6  
8700 Küsnacht  
Email : [ale\\_chiesa@hotmail.com](mailto:ale_chiesa@hotmail.com)  
Tel. 079 353 55 61

## Guida alpina e istruttori

Giovanni Galli e monitori G+S / CAS

## Costo

CHF 630.- Compresi: guida alpina e istruzione, pernottamenti con mezza pensione, materiale tecnico in prestito, materiale informativo, spese di viaggio; soci CAS CHF 580.- Riduzione per giovani OG (fino a 22 anni) CHF 380.- Le uscite perse non danno diritto ad alcun rimborso.

## Materiale

Alla serata di presentazione viene illustrato che materiale è possibile ottenere in prestito. Una selezione dell'equipaggiamento alpinistico viene presentata dal nostro partner Balmelli Sport. Lista del materiale personale:

[http://www.casticino.ch/download/formazione/equipaggiamento\\_alpinismo.pdf](http://www.casticino.ch/download/formazione/equipaggiamento_alpinismo.pdf)

## Iscrizioni

Tramite il sito. Apertura: inizio febbraio 2018. Chiusura: 15 aprile 2018. Il numero di partecipanti è limitato per questioni di sicurezza. L'iscrizione avviene in ordine cronologico ed eventuali iscritti in più vengono inseriti, sempre in ordine cronologico, in lista d'attesa. La conferma definitiva dell'iscrizione avviene con il saldo della quota di partecipazione tramite versamento entro il 15 maggio 2018 su conto bancario, le cui coordinate sono fornite al momento dell'iscrizione.

## Condizioni di partecipazione

- discreta condizione fisica (camminare in montagna con il sacco per almeno 4-5 ore)
- esperienza escursionistica
- assenza di vertigini
- età minima 16 anni
- partecipazione alla serata di presentazione

Le uscite sono obbligatorie e hanno luogo di principio con qualsiasi tempo. In caso di situazione meteo incerta, la sera precedente l'uscita dalle ore 18.00 sul nostro sito oppure per mail vengono fornite le informazioni sulle eventuali modifiche di programma. Le assenze impreviste sono da annunciare tempestivamente al responsabile del corso.

## Assicurazione

È necessario possedere una sufficiente copertura assicurativa e RC; è vivamente consigliato essere socio REGA.

**Sezione Ticino**

**Club Alpino Svizzero CAS**  
Club Alpin Suisse  
Schweizer Alpen-Club  
Club Alpin Svizzer



### **Osservazioni**

Un formulario con richiesta d'informazioni di dettaglio individuali viene inviato per mail al momento dell'iscrizione.