



## 56° Corso Base di Scialpinismo e Snow Board Alpinismo SA1-SBA1/2022

Programma lezioni teoriche ed uscite pratiche.

Direttore: **Marco Menegazzi**  
Segretario: **Ceresa Enrico**

### Lezioni teoriche

Mercoledì 19 gennaio	Presentazione del corso, materiale ed equipaggiamento individuale e di gruppo.
Mercoledì 26 gennaio	Prevenzione degli infortuni nello scialpinismo.
Mercoledì 2 febbraio	Nozioni base di meteorologia, bollettino nivo-meteo. Nozioni su ARTVA, tipologia e metodi di ricerca.
Mercoledì 9 febbraio	Neve e valanghe. Metamorfosi ed evoluzione del manto nevoso. Fattori determinanti per il distacco di valanghe.
Mercoledì 16 febbraio	Topografia ed orientamento.
Mercoledì 23 febbraio	Autosoccorso del gruppo e coordinamento con il 118
Mercoledì 2 marzo	Cenni di alimentazione ed allenamento.
Mercoledì 9 marzo	Scelta e preparazione di una gita.

### Lezioni pratiche

Sabato 29 gennaio	Uscita in pista, verifica e controllo materiali (controllo ARTVA personali). Tecnica di discesa in pista e fuoripista.
Domenica 6 febbraio	Tecniche di salita e discesa. Osservazioni del manto nevoso, test blocco di slittamento. Ricerca ARTVA.
Domenica 13 febbraio	Topografia ed orientamento, uso bussola, altimetro, GPS. Ricerca ARTVA.
Weekend 26 e 27 febbraio	Sondaggio, tecnica di scavo e ricerca ARTVA. Autosoccorso in valanga di gruppo.
Domenica 6 marzo	Gestione della salita sulla base delle proprie capacità psico-fisiche. Ricerca ARTVA.
Weekend 12 e 13 marzo	Scelta della traccia. Simulazione autosoccorso di gruppo.

Quota di iscrizione: **euro 270,00**

**E' obbligatorio il Green Pass(certificato verde Covid-19) valido, per poter partecipare al corso**

#### **Pre-iscrizioni On-line:**

Inizieranno: lunedì 15.11.2021 alle ore 19.00

Termineranno: lunedì 29.11.2021 alle ore 19.00 (farà fede la data di registrazione del modulo).

**Conferma accettazione:** mercoledì 01.12.2021 sarà inviata email di conferma accettazione.

**Iscrizioni On-line:** entro mercoledì 08.12.2021 deve essere completata l'iscrizione on-line. Allo scadere tutte le preiscrizioni non confermate saranno decadute e si procederà a chiamare le persone in attesa secondo la priorità della lista dei pre-iscritti.

**Informazioni e iscrizioni:** [www.scuolarenzogiuliani.it](http://www.scuolarenzogiuliani.it)