

## **ORGANICO ISTRUTTORI**

*Direttore del Corso:* **Maschietto Pier luigi**

*Vice Direttori* **Perona Andrea**

### **Istruttori:**

*Belletti Marcella*

*Borrione Alessio*

*Brua Ezio*

*Buscaglia Tommaso*

*Cailotto Gianni*

*Canova Renzo*

*Cassano Claudia*

*Cavalli Gianluca*

*Cesale Ros Rudi*

*Covelli Marta*

*Giolito Giandario*

*Lacchia Luigi*

*Matarazzo Antonino*

*Mercando Claudio*

*Pecoraro Luca*

*Penasa Mauro*

*Peruselli Luca*

*Polo Edoardo*

*Pozzo Lorenzo*

*Testa Alberto*

*Zampollo Piero*

## **REGOLAMENTO**

La Scuola Nazionale di Alpinismo "Guido Machetto" del CAI di Biella, organizza un Corso di Arrampicata su Roccia con lo scopo di fornire le nozioni principali per la pratica della scalata di tipo sportivo. E' indispensabile disporre di imbracatura e scarpette da arrampicata. L'ulteriore materiale per lo svolgimento del Corso sarà messo a disposizione dalla Scuola stessa. Il numero di partecipanti sarà limitato ai primi 20 iscritti per motivi organizzativi. Sono ammessi al corso i soci CAI di età superiore ai 16 anni in regola con il tesseramento. Le domande di iscrizione si ricevono presso la sede del CAI di Biella (orario di apertura: martedì e venerdì dalle 17:00 alle 19:00) e in occasione della Presentazione del Corso. Devono essere accompagnate da:

- Certificato medico di idoneità pratica di attività ludico motoria – allegato "B" - D.L. Balduzzi
- N° 1 fotografia formato tessera
- Autorizzazione dei genitori per i minorenni
- Quota di iscrizione di 150 Euro
- Tesseramento CAI valido per l'anno in corso

**LA CONSEGNA DELLA DOCUMENTAZIONE SOPRA RICHIESTA DEVE AVVENIRE TASSATIVAMENTE ENTRO E NON OLTRE IL 18/09/2018 PER MOTIVI ASSICURATIVI - PENA L'ESCLUSIONE DAL CORSO.**

I partecipanti dovranno attenersi rigorosamente alle direttive loro impartite dagli Istruttori durante lo svolgimento del Corso. La direzione potrà escludere in qualsiasi momento persone non ritenute idonee.

La Scuola Nazionale di alpinismo "Guido Machetto" e la sezione del CAI di Biella declinano comunque ogni responsabilità per eventuali incidenti che possano accadere durante lo svolgimento del Corso stesso.

Per informazioni : Maschietto Pier Luigi 3389869802



**Scuola Nazionale di Alpinismo  
" Guido Machetto "**  
**Club Alpino Italiano – Sezione di Biella**

**[www.scuolamachetto.it](http://www.scuolamachetto.it)**



**32° Corso di  
Arrampicata su Roccia**

**19 settembre – 28 ottobre 2018**

**Club Alpino Italiano - Via Pietro Micca n°13, Biella  
Tel. 015.21234 [www.caibiella.it](http://www.caibiella.it) [caibiella@caibiella.it](mailto:caibiella@caibiella.it)**

# PRESENTAZIONE DEL CORSO E PROIEZIONE DI LUCA SCHIERA

## “L'AVVENTURA ARRAMPICATA”

**Giovedì 06 Settembre 2018 – ORE 21:00**

**Sala Convegni Biverbanca – via Carso, 15 – Biella**

### LEZIONI TEORICHE

**Mercoledì 19/09/18 (sede CAI)**

**Introduzione al corso**

Equipaggiamento e materiali da arrampicata  
Nodi Fondamentali

**Giovedì 20/09/18 (palestra Chiavazza)**

**Tecnica di Roccia**

Arrampicata su parete verticale. Movimenti di base

**Giovedì 27/09/18 (palestra Chiavazza)**

**Tecnica di Roccia**

Arrampicata su parete verticale. Movimenti avanzati.  
Progressione della cordata

**Mercoledì 03/10/18 (sede CAI)**

**Catena di sicurezza**

Progressione della cordata

**Giovedì 11/10/18 (palestra Chiavazza)**

**Tecnica di roccia**

Arrampicata su parete verticale.  
Progressione della cordata. Prove di caduta

**Mercoledì 17/10/18 (sede CAI)**

**Fisiologia ed Allenamento**

Fondamenti, esercizi e metodi di preparazione

**Mercoledì 24/10/18 (sede CAI)**

**Storia dell'arrampicata**

### USCITE PRATICHE

**Domenica 23/09/18**

**Salita di monotiri su roccia**

Tecnica individuale, metodi di assicurazione  
Manovre di discesa e moulinette

**Domenica 07/10/18**

**Salita di monotiri su roccia**

Scalata su roccia, tecnica individuale  
Discesa in corda doppia

**Sabato e Domenica 13 - 14/10/18**

**Salita di monotiri su roccia**

Scalata su roccia, scalata da capocordata  
Discesa in corda doppia

**Domenica 21/10/18**

**Salita di vie di più tiri**

Scalata su roccia con progressione della cordata  
Discesa in corda doppia

**Sabato e Domenica 27 - 28/10/18**

**Salita di monotiri e/o vie di più tiri**

Scalata da capocordata  
Scalata su roccia con progressione della cordata  
Discesa in corda doppia