

ORGANICO ISTRUTTORI

Direttore del Corso:

Penasa Mauro

Vice Direttori:

Pozzo Lorenzo

Istruttori:

Belletti Marcella

Giolito Giandario

Boglino Gabriele

Lacchia Luigi

Borrione Alessio

Maschietto Pierluigi

Brua Ezio

Michelizza Matteo

Cailotto Gianni

Pecoraro Luca

Canova Renzo

Perona Andrea

Cassano Claudia

Peruselli Luca

Cavalli Gianluca

Polo Edoardo

Cesale Ros Rudy

Testa Alberto

Covelli Marta

Zampollo Piero

REGOLAMENTO

La Scuola Nazionale di Alpinismo " Guido Machetto " del CAI di Biella organizza un Corso di Perfezionamento in Arrampicata su granito allo scopo di fornire le nozioni principali per la pratica della scalata TRAD, con posa di protezioni in ambiente di (parziale) avventura.

E' indispensabile avere buona esperienza di arrampicata e muoversi almeno intorno al 6a, ma soprattutto avere la motivazione per affrontare un terreno ormai sempre meno conosciuto.

Materiale ulteriore per lo svolgimento del Corso sarà reso disponibile dalla Scuola.

Il numero di partecipanti sarà limitato, per motivi organizzativi, ai primi 10 iscritti. Sono ammessi al Corso i tesserati CAI di età superiore a 18 anni.

Le domande di iscrizione si ricevono a partire da martedì 3 Settembre presso la sede CAI di Biella (orario: martedì/venerdì ore 17:00-19:00), in occasione della serata di presentazione del corso o inviandole all'indirizzo mail scuolamachetto@gmail.com scaricando il modulo dal sito: www.scuolamachetto.it e devono essere accompagnate da:

- Certificato medico attestante l'idoneità fisica.
- N° 1 Fotografia formato tessera.
- Quota d'iscrizione di 150 Euro.
- Tesseramento CAI valido per l'anno in corso.

IL TERMINE DI ISCRIZIONE E CONSEGNA DELLA DOCUMENTAZIONE SOPRA RICHIESTA E' FISSATO TASSATIVAMENTE IL GIORNO 17/09/2019 PER MOTIVI ASSICURATIVI, PENA L'ESCLUSIONE DAL CORSO.

I partecipanti dovranno attenersi rigorosamente alle direttive loro impartite durante lo svolgimento del Corso. La direzione potrà escludere in qualsiasi momento le 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.



Scuola Nazionale
di Alpinismo
" Guido Machetto "



Club Alpino Italiano – Sezione di Biella



8° Corso di
Perfezionamento su Roccia
(tecniche di incastro e di artificiale)

19 settembre – 17 ottobre 2019

Club Alpino Italiano – Via Pietro Micca n° 13 Biella tel: 015.21234
www.scuolamachetto.it e www.caibiella.it e-mail: caibiella@caibiella.it

**PRESENTAZIONE DEL CORSO CON PROIEZIONE DI FILMATI DI ARRAMPICATA
A CURA DI LORENZO POZZO E MAURO PENASA**

Giovedì 5 Settembre 2019 ORE 21:00

**Sala Congressi Biverbanca
Via Carso 15 – Biella**

LEZIONI TEORICHE

Giovedì 19/09 (Sede CAI)

Materiali e Scalata ad Incastro

Equipaggiamento e materiali da arrampicata
Tecnica di Roccia – L'arrampicata ad incastro

Giovedì 26/09 (Sede CAI)

Materiali e Scalata Artificiale

I materiali per l'arrampicata artificiale
Tecnica di Roccia – La scalata artificiale

Mercoledì 02/10 (Sede CAI)

Tecnica di Roccia

Catena di sicurezza

Mercoledì 09/10 (Sede CAI)

Fisiologia e Allenamento

Fondamenti dell'allenamento generale e specifico
Esercizi e metodi di preparazione

Giovedì 17/10 (sede CAI)

Storia dell'arrampicata: la rivoluzione sport-trad

Dagli anni '70 ad oggi, come cambiano le regole del gioco

USCITE PRATICHE

Sabato e Domenica 21-22/09

La scalata ad incastro

Tecnica individuale, metodi di protezione
Prove di scalata da secondo e da primo (con assicurazione)
Attrezzatura di soste e calate

Sabato e Domenica 28-29/09

La scalata artificiale

Tecnica individuale, metodi di protezione avanzati
Prove di scalata da primo (con assicurazione)
Risalita di una fissa
La progressione della cordata in artificiale
Ancora arrampicata su granito

Sabato e Domenica 05-06/10

Salita di vie di più tiri

Scalata su roccia di vie di più tiri
Discesa in corda doppia
Chiusura Corso