



Club Alpino Italiano

Sezione di Lissone

Via Statuto, 12 20851 Lissone (MB)

tel 039 461770

e.mail mail@cai-lissone.it <http://www.cai-lissone.it>

CORSO ALPINISMO ALTA MONTAGNA 2025

Il corso Alpinismo Alta Montagna è dedicato a tutti coloro che vogliono avvicinarsi al mondo dell'alta montagna, apprendendo le corrette tecniche di sicurezza e progressione su ghiacciaio, per potere affrontare in autonomia salite sulle grandi classiche delle Alpi (salite sui 3000/4000 metri).

Obiettivi del corso

acquisizione della tecnica in progressione;
acquisizione della tecnica di legatura su ghiacciaio e assicurazione; scelta e realizzazione di un ancoraggio su neve/ghiaccio;
acquisizione della manovra di autosoccorso da crepaccio.

Il corso sarà tenuto da una Guida Alpina

Presentazione in sede via Statuto, 12 Lissone **venerdì 4 aprile 2025**

STRUTTURA

Il corso si articola in 6 uscite pratiche:

PRIMA GIORNATA (sabato 17 maggio)

Giornata in falesia per conoscere i materiali necessari alla nodologia, alle tecniche di legatura e alle manovre di corda basilari.

SECONDA GIORNATA (domenica 25 maggio)

Giornata su ghiacciaio dedicata ai concetti sulle legature, alla tecnica di progressione su terreno classico (uso della picozza e dei ramponi) e alle manovre di autosoccorso della cordata, fondamentali per raggiungere un buon grado di autonomia e consapevolezza su questo terreno.

TERZA E QUARTA GIORNATA (14/15 giugno)

Week-end dedicato alla salita di una cima vera e propria, mettendo in pratica tutte le tecniche e le competenze acquisite.

QUINTA E SESTA GIORNATA (21/22 giugno)

Pianificazione, organizzazione e salita di una cima su terreno classico, con la possibilità di organizzare cordate autonome



Club Alpino Italiano

Sezione di Lissone

Via Statuto, 12 20851 Lissone (MB)

tel 039 461770

e.mail mail@cai-lissone.it <http://www.cai-lissone.it>

Costo:

550 €/persona

La quota **comprende**: organizzazione logistica e prenotazione ai rifugi, assistenza e accompagnamento di una guida alpina, assicurazione RC, uso dei materiali comuni di sicurezza.

La quota **non comprende**: le spese di trasferimento, le spese di vitto e alloggio in rifugio, comprese quelle della guida alpina che dovranno essere suddivise tra i partecipanti, costo degli impianti di risalita.

Materiale

imbragatura;
scarponi ramponabili;
casco;
ramponi classici con antizoccolo;
picozza classica;
torcia frontale;
zaino 30/40 litri;
kevlar da 1.20 metri (diametro 5.5 mm);
kevlar da 3.5 metri (diametro 5.5 mm);
freno (reverso o similari);
3 moschettoni a ghiera, di cui 1 HMS e 2 piccoli;
pantaloni in gtx o similari, piumino e pile;
guscio;
2 paia di guanti, uno più pesante e uno più leggero;
occhiali da sole adatti all'alta montagna;
crema protezione solare.

* Per chi fosse sprovvisto di imbragatura, casco, picozza, ramponi e scarponi, il noleggio è compreso nella quota di adesione.

Rapporto guida/allievi: 1:6.

Le iscrizioni si effettuano in sede Via Statuto, 12 Lissone il martedì e venerdì dalle ore 21:00 alle 22:30 e possono essere anticipate da mail per interessamento specificando nominativi e cellulare

Necessaria l'iscrizione al Club Alpino Italiano e presentare prima del corso un CERTIFICATO DI BUONA SALUTE.