

# **LA SEZIONE DI FORLÌ DEL CLUB ALPINO ITALIANO ORGANIZZA**

**DAL 10 GENNAIO AL 26 FEBBRAIO 2012**

## **CORSO DI ESCURSIONISMO CON RACCHETTE DA NEVE (CIASPOLE)**

Da alcuni anni l'escursionismo in ambiente invernale sta conoscendo un interesse sempre più ampio. Il territorio che in passato era ad uso esclusivo dello sci alpinismo si apre ad una nuova frequentazione

Le racchette da neve, ciaspole, consentono a tutti di entrare nel mondo della montagna, ma per frequentare questo ambiente bisogna conoscere le sue precise regole che, se vengono disattese, possono trasformare una tranquilla escursione in una sventura.

Le ciaspole sono un particolare strumento che permette di spostarsi agevolmente a piedi su distese innevate e su pendii non particolarmente ripidi.

La loro origine è molto antica: le popolazioni nordiche le utilizzavano come strumento di lavoro, indispensabili negli spostamenti durante le battute di caccia e i lavori nei lunghi e nevosi inverni. Erano costruite in legno e cuoio e poi fissate con un laccio ai gambali in pelo.

La loro funzione era ed è quella di distribuire il peso del corpo sulla superficie più ampia possibile, in modo da "galleggiare" sulla neve e ridurre la fatica. Oggi sono cambiati i materiali e le forme delle racchette da neve, ma non il principio base del loro funzionamento.

Lo scopo del corso è quello di fornire le principali conoscenze per muoversi su pendii nevosi, anche non battuti, sapendo scegliere di volta in volta il tracciato più facile e a riconoscere i percorsi più sicuri.

Durante la formazione verranno fornite nozioni sulla nivologia, la prevenzione delle valanghe, sull'orientamento e l'utilizzo della cartina, della bussola e dell'altimetro. Utilizzando le conoscenze acquisite saprete progettare un'escursione con le ciaspole, scegliendo gli itinerari più adatti per godere appieno la montagna anche in inverno.

Ogni allievo per partecipare al corso dovrà produrre un certificato medico di idoneità alla pratica sportiva non agonistica.

La partecipazione al corso di Soci minorenni è subordinata all'autorizzazione da parte di chi ne esercita la podestà con apposita dichiarazione.

E' obbligatoria l'iscrizione al Club Alpino Italiano.

L'ammissione al Corso prevede il versamento di una quota di iscrizione che comprende esclusivamente le dispense sugli argomenti trattati nelle lezioni, l'uso dei materiali della Sezione del CAI, l'assicurazione contro gli infortuni e le spese generali di organizzazione del Corso.

Quote:

Soci CAI: € 60,00

Non soci CAI: € 110,00 (comprensivi di iscrizione CAI)

E' previsto uno sconto del 10% per studenti universitari

# PROGRAMMA

## LEZIONI TEORICHE

**Le lezioni si terranno presso la sede del C.A.I. di viale dell'Appennino 375 - Forlì con inizio alle ore 21,00**

**10 gennaio** - Materiali

**17 gennaio** - Topografia e orientamento. Lettura delle carte topografiche

**24 gennaio** - Ambiente invernale. Dinamiche delle cause di pericolo, neve e valanghe

**31 gennaio** - Mezzi di autosoccorso: Artva, pala e sonda

**07 febbraio** - Progettazione di una escursione

**14 febbraio** - Verifica finale teorico-pratica

## LEZIONI PRATICHE

**Le uscite previste in programma si effettueranno con partenza dalla sede del C.A.I. di viale dell'Appennino 375 all'ora indicate nel programma.**

**15 gennaio - Uscita in Appennino Romagnolo**

Difficoltà: E - Tempo di percorrenza: ore 5,00

Ritrovo: ore 8,00

**28 gennaio - Uscita in Appennino (notturna)**

Difficoltà: EE - Tempo di percorrenza: ore 4,00

Ritrovo ore: 15,30 – rientro domenica pomeriggio

**12 febbraio - Appennino Romagnolo**

Mezzi di autosoccorso. Prova pratica di uso dell'Artva

Ritrovo: ore 8,00

**25-26 febbraio - Escursioni in Dolomiti**

Difficoltà: EE

Ritrovo: sabato 25 febbraio - ore 6,00

**PER INFORMAZIONI:  
GIORGIO ASSIRELLI (AE- EAI)  
Tel. 338 7601333**