



# SCUOLA GRAN SASSO di alpinismo e sci alpinismo



15 /16/23 febbraio  
1/8/14/15 marzo

## Corso SAI di Sci Alpinismo 2020

**La scuola di alpinismo e sci alpinismo  
“Gran Sasso”, organizza un corso di introduzione  
allo sci-alpinismo nei gruppi del Gran Sasso e della Maiella**

**Il corso prevede 7 uscite pratiche in ambiente, le cui date (fine settimana) verranno definite in base alle condizioni nivometeorologiche. È aperto a tutti i soci CAI che hanno esperienza di sci in pista e che intendono apprendere e/o migliorare la pratica dello sci alpinismo. È ammesso anche l'utilizzo dello snowboard (salita con racchette da neve o con o splitboard).**

### **ARGOMENTI TEORICI**

- presentazione - materiali ed equipaggiamento - illustrazione della tecnica di discesa - ARTVA (solo modalità d'uso per la gita) - ricerca con ARTVA-livello I - cartografia e orientamento - neve e valanghe, bollettino meteo - preparazione fisica e alimentazione - richiesta di soccorso, elementi di primo soccorso - struttura e organizzazione del CAI

### **REQUISITI DI AMMISSIONE**

- essere in buone condizioni fisiche e di allenamento - essere in possesso dell'attrezzatura personale: sci, pelli, zaino, casco, ramponi, piccozza e, per chi ne è sprovvisto, artva, pala e sonda vengono prestati dalla scuola - essere in regola con l'iscrizione al CAI per l'anno 2020

### **MODALITÀ DI ISCRIZIONE**

Gli interessati, in possesso dei requisiti di ammissione, dovranno comunicare la loro adesione entro e non oltre il 05/02/2020, allegando un certificato medico di idoneità alla pratica dello Sci Alpinismo non agonistico ed un anticipo di € 50,00 sulla quota personale di concorso alle spese del corso fissata in € 190,00.

#### **Scuola Gran Sasso**

c/da Conaprato, 16 - 65017 Penne (PE)  
cel. 3405967451  
email: [giancaterinoroberto@libero.it](mailto:giancaterinoroberto@libero.it)

**Direttore del corso**  
ISA Fabio Pellegrini  
cel. 3387279199

**Contatti**  
ISA. Stefano Evangelista  
cel. 3476568402



[www.scuolagransasso.org](http://www.scuolagransasso.org)