



CORSO MAGGIOLUGLIO2010 **ALPINISMO**

ISCRIZIONI entro mercoledì 28 Aprile 2010
QUOTA DI PARTECIPAZIONE 200,00 euro
DIRETTORE DEL CORSO Giovanni Scapin (ISA)



**SCUOLA
DI ALPINISMO
E SCIALPINISMO**
CLAUDIO CARPELLA



Club Alpino Italiano
Sezione di Cittadella

INFO
sede CAI mercoledì
dalle 21.00 alle 22.00
www.caicittadella.it
posta@caicittadella.it
Giovanni 347 7763708

CORSO ALPINISMO

MAGGIO LUGLIO 2010

Il corso si rivolge in particolare a quanti già frequentano la montagna e desiderano apprendere le tecniche fondamentali per poterla avvicinare con maggiore sicurezza lungo percorsi alpinistici, ghiacciai e vie di roccia di bassa difficoltà, ma anche a chi, già fisicamente preparato, vuole conoscere meglio la montagna.

Il corso prevede una sezione pratica per verificare la preparazione fisica degli allievi.



SCUOLA
DI ALPINISMO
E SCIALPINISMO
CLAUDIO CARPELLA

LEZIONI TEORICHE

Giovedì in Sede - Ore 21.00

13 Maggio

Presentazione del corso - Materiali

20 Maggio

Preparazione salita - Progressione su roccia

27 Maggio

Topografia e orientamento

03 GIUGNO

Catena di sicurezza.

10 GIUGNO

Progressione su ghiaccio - Bollettino meteo

17 GIUGNO

Pronto soccorso - Alimentazione

24 GIUGNO

Conclusioni finali sul corso

1 LUGLIO

Serata Culturale

LEZIONI PRATICHE

Le località saranno scelte
in base alle condizioni meteo

16 Maggio

S. Felicità

23 Maggio

Sasso Rotto (Lagorai)

30 Maggio

Sass d'Ortiga (Pale S. Martino)

05 GIUGNO

Torre Materiali PD

13 GIUGNO

Marmolada

20 GIUGNO

Vajo o canale in Dolomiti

3/4 LUGLIO

Uscita alpinistica da definire



Antica Farmacia alla Salute

Dr.ssa Giorgia Zanon

Analisi: acqua, vino, alimenti - Autoanalisi del sangue -
Misurazione della pressione - Test per intolleranze alimentari -
Test pelle: viso, corpo, mani - Test sul cuoio capelluto - Test sole -
Consegne a domicilio

Villa del Conte PD - Via Cà Dolfin, 5/A - Tel. 049 9390250



MAURIZIO PEGORARO
L'Orologiaio

OROLOGI E GIOIELLI DELLE MIGLIORI MARCHE
LABORATORIO SPECIALIZZATO

CONCESSIONARIO **POLAR**

Cittadella PD - via Borgo Padova, 70 - Tel/fax 049 5972732