



CLUB ALPINO ITALIANO

SCUOLA INTERSEZIONALE DI ESCURSIONISMO

“LORENZO FRISONE”

13° CORSO DI ESCURSIONISMO IN AMBIENTE INNEVATO

ANNO 2024



Il corso è rivolto a tutti i soci del CAI, in regola con il tesseramento dell'anno di effettuazione del corso, che desiderino acquisire elementi tecnici finalizzati alla pratica dell'escursionismo in ambiente innevato. Durante le lezioni teoriche e le prove pratiche in ambiente, saranno trattati vari argomenti utili alla pratica della disciplina, offrendo così ai frequentatori la possibilità di conoscere le peculiarità di un ambiente affascinante ma al tempo stesso particolarmente insidioso.

Via Dello Sport, 1 - 33078 San Vito al Tagliamento (PN)

Tel. e Fax. 0434 - 876521

E-mail: info@scuolalorenzofrisone.it - Web: <http://www.scuolalorenzofrisone.it>

Orario apertura sede: Martedì - Venerdì
dalle 19.30 alle 22.00



CLUB ALPINO ITALIANO



SCUOLA INTERSEZIONALE DI ESCURSIONISMO

“LORENZO FRISONE”

13° CORSO DI ESCURSIONISMO IN AMBIENTE INNEVATO

ANNO 2024

STRUTTURA E PROGRAMMA DEL CORSO

LEZIONI TEORICHE (Inizio ore 20.30)

Data	Sede della lezione	Argomento della lezione
22-01-24	Sede CAI S. Vito al Tag.to	Presentazione del corso: finalità e struttura, impegno richiesto, regole di frequenza, la Scuola, i docenti. Le problematiche della montagna: non è un corso a rischio zero. Equipaggiamento e materiali: equipaggiamento e materiali specifici per l'escursionismo invernale; le racchette da neve e i bastoncini; A.R.T.Va., sonda e pala; indumenti personali, attrezzature personali e attrezzature di gruppo; preparazione dello zaino. Tecniche di progressione su terreno innevato e/o ghiacciato: movimenti base con le racchette da neve in salita, discesa e traverso; uso dei bastoncini.
24-01-24	Sede CAI PN S. Quirino	Cartografia: tipi di carte e scale; lettura della carta topografica e i punti cardinali; sistemi convenzionali, le curve di livello, valutazione delle inclinazioni; rapporto tra carta e terreno; riconoscere la conformazione del terreno dalle curve di livello.
29-01-24	Sede CAI Sacile	Orientamento: creazione di una rotta; la bussola e l'altimetro, caratteristiche e funzionamento; concetto di azimut, orientamento della carta; come individuare la propria posizione sul terreno dalla lettura della carta e viceversa.
31-01-24	Sede CAI S. Vito al Tag.to	Organizzazione di un'escursione EAI: metodi per la riduzione del rischio; il metodo del tre x tre; fattore ambientale, fisico e umano; la scelta dell'itinerario; pianificazione del percorso (orari e periodi); scelta della rotta e della traccia; microtraccia e valutazione del singolo pendio.
05-02-24	Sede CAI PN S. Quirino	A.R.T.Va.: A.R.T.Va., generalità, principi di funzionamento e concetto di portata; modalità di utilizzo, esempi pratici.
07-02-24	Sede CAI Sacile	Autosoccorso in valanga: le probabilità di sopravvivenza di un travolto da valanga; la fase organizzativa; la ricerca vista udito; la ricerca del segnale A.R.T.Va.; sondaggio e scavo; tempistica del disseppellimento.
12-02-24	Sede CAI S. Vito al Tag.to	Elementi di nivologia e valanghe: la formazione della neve, il manto nevoso, l'evoluzione del manto nevoso; la superficie del manto nevoso; la trasformazione della neve al suolo, i metamorfismi della neve; trasformazione meccanica da vento; la classificazione delle valanghe; fattori che determinano il distacco di valanghe.
14-02-24	Sede CAI PN S. Quirino	Meteorologia EAI: cenni di meteorologia generale e carte del tempo; cenni sui fenomeni meteorologici; meteorologia di montagna; le situazioni tipiche, i pericoli connessi e l'influenza sulla pianificazione e conduzione dell'escursione; il bollettino nivo meteorologico; la scala europea del pericolo valanghe; la lettura del bollettino nivo meteorologico; limiti del bollettino nivo meteorologico.
19-02-24	Sede CAI S. Vito al Tag.to	Alimentazione e preparazione fisica: alimentazione prima e durante l'escursione; dispendio di energie durante una escursione; attività motoria e allenamento.
21-02-24	Sede CAI PN S. Quirino	Elementi di primo soccorso: i traumi più comuni in montagna; patologie da freddo e da quota; materiale personale e di gruppo per il primo soccorso. Soccorso Alpino: cenni sull'organizzazione CNSAS, organizzazione delle operazioni di soccorso; modalità di chiamata in territorio nazionale (112-118); cenni sulla richiesta di soccorso negli stati confinanti; come comunicare la propria posizione; gestione per l'attesa dei soccorsi; segnali convenzionali per la chiamata dei soccorsi.
26-02-24	Sede CAI Sacile	Ambiente montano innevato - flora e fauna: conoscenza, rispetto e conservazione delle componenti di flora e fauna che sopravvivono nell'ambiente innevato; impatto ambientale e corretta frequentazione del territorio innevato; cenni sul nuovo Bidecalogo Struttura del CAI: cenni sulla storia, sullo Statuto e sul Regolamento Generale; cenni sulla organizzazione centrale e periferica, OTCO e OTTO, con particolare attenzione all'ambito escursionistico; i titolati e i qualificati Cai; le Sezioni, le Scuole e i Sici.
28-02-24	Sede CAI PN S. Quirino	Tracciato di rotta Test di valutazione finale

Via Dello Sport, 1 - 33078 San Vito al Tagliamento (PN)

Tel. e Fax. 0434 - 876521

E-mail: info@scuolalorenzofrisone.it - Web: <http://www.scuolalorenzofrisone.it>

Orario apertura sede: Martedì - Venerdì
dalle 19.30 alle 22.00



CLUB ALPINO ITALIANO

SCUOLA INTERSEZIONALE DI ESCURSIONISMO

“LORENZO FRISONE”

13° CORSO DI ESCURSIONISMO IN AMBIENTE INNEVATO

ANNO 2024



LEZIONI E USCITE PRATICHE (Punto di ritrovo ed orario verranno comunicati durante la lezione precedente all'uscita)

Data	Località	Argomento della lezione/uscita pratica
28-01-24	Piancavallo (Prealpi Friulane)	Equipaggiamento e materiali - Progressione su neve Didattica in materia di abbigliamento, equipaggiamento e utilizzo delle racchette da neve e dei bastoncini. Progressione su neve soffice e dura: in piano, su traversi, su pendio in salita e su pendio in discesa. Cartografia - lettura della carta topografica;
04-02-24	Cima Bella (Alpi Carniche)	Orientamento EAI Didattica ed esercitazione su: orientamento con la sola carta topografica, orientamento con carta bussola e altimetro, azimut. Valutazione dell'inclinazione sul terreno. Scelta della traccia e della microtraccia. Valutazione locale del percorso
11-02-24	Rifugio Venezia (Dolomiti Bellunesi)	Gestione del rischio – A.R.T.Va. Gestione del rischio in ambiente innevato. Prove ric. A.R.T.Va. Autosoccorso.
18-02-24	Sella Nevea (Alpi Giulie)	Nivologia – Meteorologia. Neve con stratigrafia. Test della pala, test del bastoncino. A.R.T.Va. Prove di ricerca singola e di gruppo.
25-02-24	Loc. da definire	Riservata all'eventuale recupero di uscite non effettuate.
01-02-03 /03/2023	Fanes Sennes Braies (Dolomiti Ampezzane)	Organizzazione di una escursione in ambiente innevato Escursione su ambiente innevato gestita e condotta dagli allievi che metteranno in pratica quanto appreso durante il corso con particolare approfondimento delle nozioni sull'organizzazione dell'escursione. Messa in pratica del Metodo del 3x3. Autosoccorso

Via Dello Sport, 1 - 33078 San Vito al Tagliamento (PN)

Tel. e Fax. 0434 - 876521

E-mail: info@scuolalorenzofrisone.it - Web: <http://www.scuolalorenzofrisone.it>

Orario apertura sede: Martedì - Venerdì
dalle 19.30 alle 22.00



CLUB ALPINO ITALIANO

SCUOLA INTERSEZIONALE DI ESCURSIONISMO
"LORENZO FRISONE"



13° CORSO DI ESCURSIONISMO IN AMBIENTE INNEVATO

ANNO 2024

ORGANICO ISTRUTTORI DEL CORSO

DIRETTORE
V. DIRETTORE

AE-EAI-EEA VIANELLO Sandra
AE-EAI DELL'AGNESE Luca

- Sez. di Pordenone

AE-EAI DELL'AGNESE Luca
AE-EAI FABRIS Stefano
AE MIOR Andrea
ASE GEROMETTA Andrea
ASE STANCHINA Silvia

- Sez. di Portogruaro

- Sez. di Sacile

ANE BATTISTEL Giuseppe
AE-EEA ARDENGO Daniele
AE MARTIN Maurizio
AE MELILLI Antonella
AE-EAI-EEA BRUSADIN Stefano
ASE CIPOLAT Mirco

- Sez. di S.Vito alTagliamento

ANE TRAVANUT Dario
AE-EAI-EEA BOTTOSSO Edi
AE CASAGRANDE Emanuela
AE MINIUTTI Renato
AE-EAI-EEA VIANELLO Sandra
ASE GAUDENZIO Alessandro

- Sez. di Oderzo

AE-EAI VALERIO Lisa



CLUB ALPINO ITALIANO



SCUOLA INTERSEZIONALE DI ESCURSIONISMO "LORENZO FRISONE"

13° CORSO DI ESCURSIONISMO IN AMBIENTE INNEVATO

ANNO 2024

REGOLAMENTO

1. Possono iscriversi al Corso tutti i soci del CAI che abbiano compiuto il sedicesimo anno di età. Per i soci di età inferiore ai diciotto anni è richiesta specifica autorizzazione scritta dei genitori o di chi ne fa le veci. Per poter iscriversi al corso è necessario essere soci CAI ed aver rinnovato l'iscrizione per l'anno del corso.
2. Le **pre-iscrizioni** saranno aperte dal **31/10/2023** e fino ad esaurimento dei posti disponibili stabiliti in max. numero di **20** allievi. Chiuderanno improrogabilmente **15 dicembre 2023**. Eventuali informazioni possono essere reperite nel sito della Scuola www.scuolalorenzofrisone.it, oppure richieste alla segreteria della Scuola a mezzo posta elettronica all'indirizzo info@scuolalorenzofrisone.it.
3. **Quota di iscrizione: € 250,00**. La quota comprende l'istruzione teorico-pratica, il materiale didattico ed il trattamento di mezza pensione in rifugio per le uscite dei giorni **1-2-3 marzo 2024** (escluse spese di viaggio, pranzi al sacco, bevande in rifugio, eventuali impianti di risalita o bus navetta).
4. All'atto dell'iscrizione gli aspiranti allievi dovranno:
 - a. presentare un certificato medico di idoneità fisica alla pratica sportiva non agonistica in originale con scadenza successiva alla data di fine corso (**3 marzo 2024**);
 - b. presentare due foto formato tessera, anche in formato jpg.
5. L'iscrizione avverrà nel seguente modo:
 - a. richiesta di iscrizione compilando "on line" nel sito della scuola alla pagina "**CORSI**" l'apposito "modulo di iscrizione", che costituirà la graduatoria fino ad esaurimento dei posti disponibili;
 - b. la Segreteria fornirà per tempo le indicazioni per effettuare il versamento della quota di partecipazione a mezzo bonifico bancario; la copia della ricevuta attestante il versamento, dovrà essere inviata a mezzo posta elettronica alla Segreteria della Scuola "Lorenzo Frisone".
 - c. **L'iscrizione sarà considerata valida soltanto in presenza di tutta la documentazione richiesta e del pagamento della quota, così suddivisa:**
 - acconto pari a € 100,00** su indicazione della scuola dopo la chiusura delle pre-iscrizioni;
 - saldo pari a € 150,00** su indicazione della scuola la settimana prima dell'avvio del corso;
6. L'avvio del corso è subordinato ad un numero **minimo di 12 partecipanti**; in caso di mancato svolgimento dello stesso gli iscritti verranno tempestivamente avvisati, provvedendo anche alla restituzione della quota versata.
7. Attrezzatura personale: tutte le informazioni al riguardo verranno fornite durante la lezione "**Equipaggiamento e materiali**". Si **consiglia di attendere** tali informazioni prima di procedere all'acquisto di materiale e/o attrezzature. Gli allievi sprovvisti del kit di autosoccorso (A.R.T.Va., pala e sonda - APS) e delle ciaspole, potranno noleggiarlo per tutta la durata del corso al **costo di € 35,00**, previa il deposito di una cauzione di **€ 100,00** che verrà restituita a fine corso con la restituzione del kit di autosoccorso e delle ciaspole.
8. I partecipanti al Corso dovranno attenersi scrupolosamente alle disposizioni impartite dagli Accompagnatori. Il non rispetto delle disposizioni potrà essere motivo di esclusione dal Corso in qualsiasi momento, ad insindacabile giudizio della Direzione.
9. In caso di abbandono del corso, per qualsiasi motivo, i partecipanti **non avranno** diritto al rimborso della quota di iscrizione.
10. Date, orari e programmi potranno subire variazioni, che verranno comunicate prima possibile.
11. Le destinazioni delle uscite in ambiente sono da considerarsi **indicative**, la Direzione si riserva la facoltà di modificarle in funzione di sopraggiunte necessità legate alle condizioni meteo o per altri importanti motivi che possano pregiudicare la sicurezza dei partecipanti.

Via Dello Sport, 1 - 33078 San Vito al Tagliamento (PN)

Tel. e Fax. 0434 - 876521

E-mail: info@scuolalorenzofrisone.it - Web: <http://www.scuolalorenzofrisone.it>

Orario apertura sede: Martedì - Venerdì
dalle 19.30 alle 22.00



CLUB ALPINO ITALIANO



SCUOLA INTERSEZIONALE DI ESCURSIONISMO "LORENZO FRISONE"

13° CORSO DI ESCURSIONISMO IN AMBIENTE INNEVATO

ANNO 2024

12. La Direzione, pur adottando tutte le misure atte a tutelare l'incolumità dei partecipanti, declina ogni responsabilità per eventuali incidenti o danni ai partecipanti o procurati a terzi, che dovessero verificarsi durante lo svolgimento del Corso.
13. Il corso verrà tenuto sulla scorta di quanto previsto dal regolamento e dai piani didattici di cui al **Manuale Didattico per i corsi Sezionali di Escursionismo e Cicloescursionismo edizione 2021 versione 1.1 del 15/09/2022.**
14. Al termine del corso è previsto il rilascio di un attestato di partecipazione, vincolato alla frequentazione di almeno il 70% delle lezioni teoriche e il 70% delle lezioni pratiche, che **non sono cumulabili.**

Art. 1 **Regolamento generale del CAI - Finalità**

Il Club alpino italiano per conseguire - ai sensi della legge 24 dicembre 1985, n. 776 - le finalità istituzionali, a favore sia dei propri soci, sia di altri, utenti tutti di un comune patrimonio culturale e sociale, in collaborazione con organismi dello stato e degli enti autonomi, con enti pubblici e privati e con fondazioni che si occupano di problemi connessi con le aree montane, con istituti scientifici e universitari e con associazioni e organismi anche esteri aventi scopi analoghi o utili al conseguimento delle proprie finalità:

- a) tutela gli interessi generali dell'alpinismo; promuove la pratica delle attività istituzionali nelle aree montane nazionali, europee ed extraeuropee;
- b) promuove la formazione etico-culturale e l'educazione alla solidarietà, alla sicurezza, alla conoscenza e al rispetto dell'ambiente, specialmente dei giovani, mediante:
 - 1) la realizzazione e la gestione di strutture operative, destinate alla ricerca e alla didattica;
 - 2) lo svolgimento di corsi tecnici di introduzione, di formazione e di perfezionamento;
 - 3) la presenza di propri operatori nelle scuole di ogni ordine e grado;
 - 4) ogni altro tipo di iniziativa utile;
- c) provvede a formare, perfezionare, aggiornare, organizzare e tutelare i propri operatori - accompagnatori, esperti, istruttori ed altri - necessari allo svolgimento delle iniziative di cui alla lettera b);
- d) facilita la diffusione della frequentazione della montagna e delle escursioni, anche in forma collettiva, costruendo e mantenendo in efficienza strutture ricettive e sentieri;
- e) assume iniziative tecniche per la prevenzione degli infortuni e per il soccorso dei pericolanti, nonché per la ricerca dei dispersi e per il recupero degli infortunati; a tale scopo organizza specifiche strutture operative per il soccorso alpino e speleologico e per il servizio valanghe;
- f) promuove la redazione, la pubblicazione e la diffusione di opere, quali guide e monografie, relazioni, memorie, carte tematiche, su qualsiasi tipo di supporto; favorisce gli studi scientifici, storici, economici, artistici e letterari, per la diffusione della conoscenza dell'ambiente montano nei suoi molteplici aspetti e del patrimonio culturale delle sue genti; pubblica un bollettino, una rivista ed altri eventuali periodici;
- g) cura l'ordinamento della propria biblioteca nazionale e la sua interconnessione in rete con le biblioteche sezionali; provvede a sostenere il centro italiano studio documentazione alpinismo extraeuropeo e il museo nazionale della montagna;
- h) promuove la fotografia e la cinematografia di montagna e cura la organizzazione della cineteca con particolare riguardo alla sezione storica;
- i) opera per la conservazione della cultura alpina e per la pratica di ogni attività connessa con la frequentazione e la conoscenza della montagna; assume e promuove iniziative atte a perseguire la difesa dell'ambiente montano e in genere delle terre alte, anche al fine di salvaguardare dalla antropizzazione le zone di particolare interesse alpinistico o naturalistico;
- l) favorisce la nascita e il funzionamento di organismi deputati a perseguire le proprie finalità istituzionali;
- m) assume ogni altro tipo di iniziativa atta al conseguimento delle finalità e al libero svolgimento delle attività istituzionali.

Via Dello Sport, 1 - 33078 San Vito al Tagliamento (PN)

Tel. e Fax. 0434 - 876521

E-mail: info@scuolalorenzofrisone.it - Web: <http://www.scuolalorenzofrisone.it>

Orario apertura sede: Martedì - Venerdì
dalle 19.30 alle 22.00