

Il Corso è aperto a tutti, anche ai principianti, purché in possesso di un ottimo allenamento fisico. Per frequentare il Corso sono inoltre richieste l'iscrizione al CAI, che potrà essere realizzata anche presso la SEM, la partecipazione regolare a tutte le lezioni teoriche e le esercitazioni pratiche e un'attrezzatura personale minima obbligatoria (casco, imbrago, scarpette...) per il cui acquisto si consiglia di attendere i suggerimenti che verranno forniti durante la prima lezione.

Le domande di ammissione verranno presentate personalmente ed esclusivamente durante la serata di presentazione del Corso, **mercoledì 8 marzo 2017 alle ore 21 presso la sede CAI-SEM**, via A. Volta 22 - nel bastione di Piazza Baiamonti - Milano (MM2 Porta Garibaldi o Moscovia). Nel caso in cui le richieste fossero superiori, l'accettazione avverrà ad insindacabile giudizio della Direzione del Corso.

La quota di iscrizione è di 310 €

Per ulteriori dettagli consultare la pagina dedicata sul sito:
www.caisem.org - click su Silvio Saglio -



PROGRAMMA

- Mercoledì 8 Marzo: Presentazione del corso e raccolta domande di ammissione
- Giovedì 9 Marzo: Regolarizzazione iscrizioni
- Giovedì 16 Marzo: Regolarizzazione iscrizioni
- Mercoledì 22 Marzo: Equipaggiamento per il corso e caratteristiche tecniche dei materiali
- Mercoledì 29 Marzo: Progressione della cordata I
- Mercoledì 5 Aprile: Progressione della cordata II
- Mercoledì 12 Aprile: Progressione della cordata III (palestra di arrampicata)
- Mercoledì 19 Aprile: Tecnica di Arrampicata I
- Mercoledì 26 Aprile: Metodi di assicurazione I
- Mercoledì 3 Maggio: Metodi di assicurazione II (palestra di arrampicata)
- **Weekend 6-7 Maggio** | Uscita pratica: primi passi in falesia e su vie multipitch
- Mercoledì 10 Maggio: Tecnica di arrampicata II (palestra di arrampicata)
- Mercoledì 17 Maggio: Caratteristiche Tecniche dei Materiali
- **Weekend 20-21 Maggio** | Uscita pratica in ambiente di media montagna
- Mercoledì 24 Maggio: Nozioni di primo soccorso
- Mercoledì 31 Maggio: Allenamento e preparazione fisica
- Mercoledì 7 Giugno: Geologia
- **Weekend 10-11 Giugno** | Uscita pratica in ambiente di media montagna
- Mercoledì 14 Giugno: Meteorologia
- Mercoledì 21 Giugno: Metodi di assicurazione III
- **Weekend 24-25 Giugno** | Uscita pratica in ambiente di media/alta montagna
- Mercoledì 28 Giugno | Preparazione di una salita
- **Weekend 1-2 Luglio** | Uscita pratica in ambiente di alta montagna
- Martedì 4 Luglio | Festa di fine corso