

Programma lezioni teoriche e pratiche :

➤ **Giov. 4 Sett. Sede C.A.I. Jesi , ore 21.00** (P.zza della Repubblica)

Presentazione della Scuola "Sibilla"

Presentazione del Corso AR1

Presentazione della organizzazione e struttura del CAI.

Presentazione dei equipaggiamento individuale necessario per il corso .

TERMINE ULTIMO PER L' ISCRIZIONE AL CORSO

(Claudio Busco INSA , dir. della Scuola Sibilla)

(Daniele Moretti IA , direttore del Corso AR1)

(Pierfrancesco Renzi INSA , pres. della Scuola Sibilla)

(Daniele Moretti , IA)

➤ **Mart . 09 Sett. Sede C.A.I. Jesi , ore 21.00**

- Controllo attrezzature ind.

- Lezione teorica : visione di un video sulla tecnica di arrampicata " Metodo Caruso " (Mara Ognibeni , IAL)

➤ **Giovedì 11 Sett. Sede C.A.I. Jesi , ore 21.00**

lezione teorica : i Nodi e Autobloccanti

(Daniele Moretti IA , Francesco Frulla AIA)

➤ **Sab. 13 Settembre . Gola della Rossa – Frasassi (Palestra di roccia)**

Ore 8.00 : Uso e regolazione delle attrezzature .

Movimento ind. su roccia – Procedure di sicura su monitiro

Discesa e risalita su corda.

Ore 16 .30 Lez. teorica : Salita in sicurezza di un monitiro in falesia

(Danile Moretti , IA)

➤ **Dom. 14 settembre . Gola della Rossa – Frasassi (Palestra di roccia)**

Ore 8.00 : Movimento indiv. su roccia - Sistemi di sicura per vie

Alpinistiche.. Soste e ancoraggi - Discesa e risalita su corda

Ore 16.30 Lezione teorica : "Norme materiali e catena di sicurezza "

(Luca Baldini , ISA)

➤ **Gio. 18 Sett. Sede C.A.I. Jesi , ore 21.00**

Lezione teorica " Preparazione di una salita in montagna"

(Claudio Ruffini , IA)

➤ **Sab. 20 Sett. Gola della Rossa – Frasassi (Via a più tiri)**

Ore 8.00 : Progressione in cordata di una via a più tiri su terreno facile.

Sistemi e manovre di sicura , ancoraggi , chiodatura di soste

Ore 16.30 Lezione Teorica : "Pericoli della montagna "

(Simone Contardi , ISA)

" Meteorologia"

(Giancarlo Giovannetti , AIA)

➤ **Dom. 21 Sett. Gola della Rossa – Frasassi (salita di una via a più tiri)**

Ore 8.00. Progressione in cordata di una via a più tiri.

Attrezzatura di soste di calata - Discesa e risalita su corda

➤ **Gio. 25 Sett. Sede C.A.I. Jesi , ore 21.00**

Lezione teorica :

"Nozioni di Pronto Soccorso e relative alle problematiche della scalata in montagna" (Dott. Andrea Molesi , medico del CNSAS)

➤ **Sab. 27 /settembre } Week-end al GRAN SASSO D'ITALIA**

➤ **Dom.28 Sett.**

Salita di vie classiche di roccia in montagna, con pernottamento in quota al Rifugio Franchetti

+ lezione teorica : "Storia dell'alpinismo del Gran Sasso " (Marco Pandolfi , IA)

+ lezione teorica : "Topografia e Orientamento" (Marco Venturi , INSA)

➤ **Giov. 2 Ottobre , Sede C.A.I. Jesi , ore 21.00**

Lezione teorica "Gestione di un emergenza in montagna e allertamento dei soccorsi organizzati

(Giampiero Lacche , INSA)

➔ **Dom. 5 ottobre GRAN SASSO D'ITALIA**

Salita di vie classiche di roccia in montagna

➤ **Giovedì 9 Ottobre , sede cai jesi ore 21.00 Test/Quiz di verifica sulle nozioni teoriche apprese.**

• **SABATO 11 OTTOBRE - Gola della Rossa – Frasassi .**

Ore 13.30 Ritrovo presso il Bar "La Pinta " di Camponocchie

- "DIMOTRAZIONE DI TECNICHE DI AUTOSOCCORSO DELLA CORDATA " (Giampiero Lacche , INSA , Moretti Daniele IA)

- "PROVE DI TRATTENUTA DI UN VOLO "

ORE 18.30. Conclusione del corso e consegna dei diplomi

Ore 20.00 **Cena di fine corso** presso un ristorante della zona di Frasassi

Nota:

Date predisposte per il recupero di uscite pratiche , rimandate in caso di maltempo : 4-11-12- 18 - 19 Ottobre