

REGOLAMENTO

---1) Sono ammessi al Corso i Soci del CAI di età superiore ai 16 anni che intendono apprendere o approfondire la tecnica dello sci di fondo. Per i minori è necessaria l'autorizzazione dei genitori e devono essere accompagnati. I non Soci possono iscriversi al momento di iscrizione al Corso.

---2) La quota di partecipazione è di **75.00 €** per la sola parte su pista, di **45.00 €** per la sola parte fuori pista e di **105.00 €** per il Corso completo. Il costo comprende l'assicurazione contro i rischi del Corso.

---3) Le spese di trasporto ed il costo dei biglietti per l'accesso alle piste da fondo e per gli eventuali impianti di risalita sono a carico degli Allievi.

---4) L'ammissione al Corso è subordinata alla presentazione di un certificato attestante l'idoneità fisica da presentare entro e non oltre la prima lezione, pena l'esclusione.

---5) Gli Allievi sono tenuti ad osservare scrupolosamente le disposizioni del Direttore e degli Istruttori del Corso. Il Direttore del Corso potrà assumere provvedimenti disciplinari, tra i quali l'espulsione dal Corso, nei casi in cui lo ritenga necessario per garantirne il regolare svolgimento.

---6) La Direzione del Corso e gli Istruttori adotteranno ogni precauzione per tutelare l'incolumità degli Allievi ma declinano ogni responsabilità per eventuali incidenti.

---7) Con la loro adesione, gli Allievi si assumono tutte le conseguenze che potrebbero derivarne e si impegnano all'osservanza del presente Regolamento.

---8) Gli allievi dovranno settimanalmente prendere visione del programma dettagliato dell'uscita, affisso nella bacheca della Sezione nei due giorni antecedenti la data prevista.

---9) La Direzione del Corso potrà adottare, ove lo ritenesse opportuno e le condizioni lo richiedessero, modifiche ai programmi previsti, dandone comunicazione agli Allievi appena possibile.

PRESENTAZIONE DEL CORSO

Il corso sarà presentato venerdì 16 novembre 2007 alle ore 21.00 presso i locali della Sezione di Aosta.

ISCRIZIONI

Le iscrizioni si ricevono a partire dal 16 novembre 2007 presso la Sezione Aosta.

INFORMAZIONI

Sezione C.A.I. di Aosta, Corso Battaglione Aosta nr. 81, telefono 0165 40194.

Orari di apertura: il martedì dalle ore 19.00 alle ore 20.30 ed il venerdì dalle ore 20.00 alle ore 22.00.

ORGANICO DELLA SCUOLA

DI RETTORE DELLA SCUOLA:

★ GENOLA Pietro - I.S.F.E. & G.A.

DI RETTORE TECNICO:

★ BOLOGNA Enzo - I.S.F.E

I STRUTTORI LIVELLO VERDE:

- ★ BOLOGNA Enzo - I.S.F.E.
- ★ VIDI Leo - I.S.F.E. & Maestro F.I.S.I.
- ★ Maestri F.I.S.I.

I STRUTTORI LIVELLI BLU E ROSSO:

- ★ BOLOGNA Enzo - I.S.F.E.
- ★ DELLA SCHI AVA Lionello - I.S.F.E.
- ★ GENOLA Pietro - I.S.F.E. & G.A.

AIUTO I STRUTTORI LIVELLI 1, 2, 3:

- ★ MACHIERALDO Giuliano
- ★ NEGRI NI Giancarlo
- ★ VISENTIN Roberto

I STRUTTORI PARTI TEORICHE:

★ Istruttori S.F.E

CLUB ALPINO ITALIANO - SEZIONE DI AOSTA
SCUOLA S.F.E. "MARIO MARONE"

VENTIQUATTRESIMO CORSO SCI DI FONDO ESCURSIONISMO



02 DICEMBRE 2007
07 MARZO 2008

 <http://digilander.iol.it/sfecaiaosta>

 sfecaiaosta@libero.it

SCOPO DEL CORSO

Il corso, aperto a chi inizia questo sport ed a coloro che hanno già una padronanza media dello sci di fondo, si propone, attraverso tre livelli di preparazione, di dare agli Allievi una conoscenza della tecnica sciistica e dell'ambiente montano sufficiente a renderli autonomi nella scelta e nella conduzione di un'escursione con gli sci di fondo escursionistico. Si inizia con le lezioni sulle piste di fondo tracciate del livello di base (verde) per arrivare a fare, nei livelli avanzati (blu e rosso), gite di media difficoltà utilizzando gli sci dal tallone libero e le pelli di foca.

ATTREZZATURA

Ogni Allievo dovrà essere munito dell'attrezzatura necessaria per lo sci di fondo. Per i livelli BLU e ROSSO sono consigliati gli sci laminati da S.F.E. o da telemark ed i bastoncini da raspa mentre è obbligatorio un abbigliamento adeguato all'alta montagna. Per le escursioni è inoltre obbligatorio il possesso dell'apparecchio ARVA che verrà eventualmente messo a disposizione dalla Scuola solamente agli Allievi al primo anno di corso.

CALENDARIO DELLE LEZIONI

1° LIVELLO - VERDE

Lezioni di tecnica classica e skating in pista da fondo con maestri F.I.S.I. e Istruttori S.F.E.

PARTE TEORICA

- Mercoledì 12 dicembre 2007:
 - ✓ Scelta dell'attrezzatura, preparazione degli sci e sciolinitura.
- ⌚ Orario lezioni: 21.00-23.30 c/o Sezione.

PARTE PRATICA

- Domenica 02 Dicembre 2007;
- Domenica 09 Dicembre 2007;
- Domenica 16 Dicembre 2007;
- Domenica 23 Dicembre 2007;

- Domenica 30 Dicembre 2007;
- Domenica 06 Gennaio 2008.
- ⌚ Orario lezioni: 12.00 - 14.00, Località: varie

MARCIA GRAN PARADISO (fuori corso!)

- Domenica 10 Febbraio 2008

2° / 3° LIVELLO - BLU / ROSSO

Progressione della tecnica appresa in pista ed applicazione in escursioni con pelli di foca. Istruttori S.F.E.

PARTE TEORICA

- Mercoledì 23 Gennaio 2008;
- Mercoledì 06 Febbraio 2008;
- Mercoledì 20 Febbraio 2008;
- Mercoledì 27 Febbraio 2008 .
 - ✓ Preparazione dell'attrezzatura e dello zaino e organizzazione di una gita.
 - ✓ Uso degli apparecchi ARVA e soccorso su valanga.
 - ✓ Metamorfosi della neve e valanghe.
 - ✓ Meteorologia.
 - ✓ Topografia ed orientamento.
- ⌚ Orario lezioni: 21.00-23.30 c/o Sezione.

PARTE PRATICA

- ✓ Uscita propedeutica, riservata agli Allievi in possesso di sci da fondo escursionistico laminati e/o telemark, per provare sulle piste battute le tecniche di discesa da applicare poi nelle gite con le pelli. Si utilizzeranno gli impianti di risalita:
- Data da stabilire, Gennaio 2008
- ✓ Uscite con pelli di foca che impegneranno l'intera giornata, adatte a tutti gli Allievi:

- Domenica 20 Gennaio 2008;
- Domenica 27 Gennaio 2008;
- Domenica 03 Febbraio 2008;

- Domenica 17 Febbraio 2008;
- Domenica 24 Febbraio 2008.

Le gite saranno indicativamente scelte tra le seguenti:

- Valle centrale:
 - ✓ Les Combes -> Plan Bry
 - ✓ Thouraz - Lago Fallère
- Valle di Cogne:
 - ✓ Lillaz -> Vallone dell'Urtier
- Valle del Gran San Bernardo:
 - ✓ Buthier -> Alpe Arsy
- Valtournanche:
 - ✓ Promiod -> Col Portola
- Val d'Ayas:
 - ✓ Mandriou -> Colle di Vascoccia
 - ✓ Saint Jacques -> Rifugio Tournalin
- Valle di Champorcher:
 - ✓ Petit Mont Blanc -> Lac Miserin

NOTE

- Alcune lezioni del livello rosso verranno effettuate in collaborazione con altre Scuole S.F.E.
- Il programma potrà subire delle variazioni in funzione delle condizioni meteorologiche e di innevamento.

SETTIMANA NAZIONALE S.F.E.

Dal 02 al 09 marzo 2008 in Val Chiavenna (Sondrio). Il programma dettagliato della manifestazione è già disponibile sul sito internet www.settimanasfe.it

CENA DI FINE CORSO

- Venerdì 07 Marzo 2008 in località da stabilire

GITE SOCIALI EXTRA CORSO

- Weekend da stabilire Marzo 2008 - Raduno S.F.E. Interregionale Liguria, Piemonte e Valle d'Aosta.