



CLUB ALPINO ITALIANO

S.sez. Vaprio d'Adda (Sez. Bergamo)
S.sez. Trezzo s/Adda (Sez. Cassano d'Adda)
S.sez. Brignano G/Adda (Sez. Bergamo)
Sez. Cassano d'Adda
Sez. Romano di Lombardia



SCUOLA NAZIONALE SCI FONDO ESCURSIONISMO INTERSEZIONALE ADDA
Via Magenta, 15 – 20069 Vaprio d'Adda (MI)

3° CORSO SFE2 SCI FONDO ESCURSIONISMO AVANZATO

Direttore: Marcello Angelini, ISFE – 388 4784255



Il corso SFE2 è un corso di livello avanzato rivolto a coloro che abbiano frequentato un corso propedeutico di base o siano dotati di abilità sciistiche equivalenti. Il corso approfondisce gli argomenti trattati nel corso base attraverso lezioni teoriche e pratiche dedicate. I percorsi si svolgono lungo itinerari di media difficoltà con dislivello e lunghezza contenuta, su pista battuta per approfondire le tecniche e in fuori pista lungo strade forestali e mulattiere. Durante il corso si tratteranno anche temi orientati alla capacità di migliorare la cultura della sicurezza in montagna, orientamento con cartine topografiche bussola e altimetro, neve e valanghe, lettura dei bollettini meteo e dei bollettini valanghe, dimostrazione di autosoccorso con ARTVA. L'attrezzatura da usare è quella dello sci da fondo.

Lezioni teoriche

Presso la sede CAI Trezzo – ore 21:00÷23:00, se non specificato diversamente

29/10/2024	Apertura corso Accettazione del rischio e responsabilità Materiali ed equipaggiamento
05/11/2024	Allenamento e alimentazione
12/11/2024	Elementi di cartografia. Orientamento in montagna
19/11/2024	Concetti base su neve e valanghe Bollettino nivometeo. Funzionamento dell'ARTVA Chiamata del soccorso
10/12/2024	Preparazione di un'escursione Valutazione del rischio valanghe. Regola del 3x3

Lezioni pratiche

08-15/12/2024	Tecnica individuale con sci da fondoescursionismo: esecuzione della traccia di salita e di discesa
22/12/2024	Escursione in ambiente innevato Prova di ricerca con ARTVA, pala e sonda
12/01/2025	Escursione in ambiente innevato Tecnica di scavo in valanga, profilo stratigrafico
19-26/01/2025	Escursione in ambiente innevato Esercitazione di cartografia e orientamento

Eventuale recupero uscite pratiche

Domenica 2 e 9 febbraio 2025

Località di svolgimento

Le lezioni su neve si terranno prevalentemente in Engadina (Svizzera). È indispensabile avere con se la carta di identità in corso di validità.

* Qualora non venga raggiunto un numero minimo di iscrizioni, i trasferimenti avverranno con mezzi propri e sarà dedotta la quota autobus. Il costo del solo corso è di € 150,00.

Presentazione del Corso
giovedì 24 ottobre 2024
alle ore 21 presso la sede CAI di
Trezzo sull'Adda
via P. Benigno Calvi 1 – Villa Gina

Pre-iscrizioni

Sono aperte a tutti e si ricevono durante la serata d'inaugurazione o compilando l'apposito modulo disponibile al link:

<https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLScFLB-XlGEaC58s-Afw4zRlP-D57x09d7vugeFwlmVqS8apjg/viewform>

All'atto della pre-iscrizione non è dovuta alcuna quota e non è vincolante ai fini dell'iscrizione

Iscrizioni

Sono riservate ai soli soci CAI fino ad un massimo di 20 iscritti e vanno formalizzate entro il
21/11/2024

Quota iscrizione: € 270,00 *
La quota comprende: assistenza di nostri Istruttori qualificati per sei lezioni pratiche ed i trasferimenti nelle località di svolgimento delle lezioni su neve in autobus da granturismo. La quota non comprende il costo di accesso alle piste. È possibile prenotare l'attrezzatura (sci, scarponcini e bastoncini) fino ad esaurimento disponibilità

Chiusura del Corso

Giovedì 27 marzo 2025
con consegna attestati di partecipazione