

## Sabato 19 Domenica 20 febbraio 2022

*Uscita pratica*

Val Zoldana (BL) (Auto)

Esercizi in pista ed escursioni

## Martedì 22 Febbraio 2022 - ore 21

*Lezione teorica on line*

Programmazione di una escursione

- \* Tutte le uscite pratiche potrebbero subire variazioni in caso di meteo particolarmente avverso. Nel caso sia necessario il recupero di una uscita, verrà comunicata la data e il luogo.



**Club Alpino Italiano**  
**Sezione di Modena**

Fondata nel 1875



**Scuola di Sci Escursionismo**  
**“Celino Dall’Asta”**

# Sci di Fondo

# ESCURSIONISMO

## CORSO 2022



**17 NOVEMBRE 2021**  
**PRESENTAZIONE DEL CORSO**



**Club Alpino Italiano**  
**Sezione di Modena**

Fondata nel 1875

Via IV Novembre 40 – 41123 Modena

Tel 059 826914

E-mail: [modena@cai.it](mailto:modena@cai.it)

[www.cai.mo.it](http://www.cai.mo.it)

Orari Sede fuori restrizioni Covid:

martedì 20.30/23

mercoledì e venerdì 17/19.30

## CORSO SCI DI FONDO ESCURSIONISTICO

Anche quest'anno, nonostante la situazione, la sezione CAI di Modena in collaborazione con Scuola di Sci Escursionismo "Celino Dall'Asta", organizza per i soci un corso base di sci di fondo escursionistico dove verranno impartite lezioni di fondo su pista, di tecnica classica.

La realizzazione del corso è subordinata alle eventuali misure e restrizioni in atto per il contenimento della pandemia.

Direttore del Corso è l'ISFE **Stefano Aravecchia**

### REGOLAMENTO

- Il Corso è riservato ai Soci in regola con la quota del 2022
- Età minima 16 anni; per i minori è necessaria l'autorizzazione dei genitori.
- Il numero minimo di partecipanti è fissato in 10 quello massimo in 15.
- Le lezioni teoriche si terranno alle ore 21.00, in modalità telematica per mantenere il distanziamento, verrà comunicato il link per partecipare alla lezione.
- Le lezioni pratiche avverranno con qualsiasi condizione di tempo, salvo avviso contrario della Direzione del corso.
- I viaggi da Modena, saranno effettuati con auto.
- Gli allievi sono tenuti a presentarsi al corso in buone condizioni di allenamento.
- Durante le lezioni pratiche non ci si deve allontanare senza permesso del Maestro o del Direttore del corso.
- Durante lo svolgimento delle lezioni pratiche i partecipanti sono tenuti a una condotta ordinata al rispetto delle regole impartite per il mantenimento del distanziamento e il rispetto degli orari.

\* Tutte le uscite in ambiente potranno subire cambiamenti in base alle condizioni meteo e di innevamento, e alle eventuali restrizioni.

## QUOTA DEL CORSO SCI DI FONDO ESCURSIONISTICO

- La quota di iscrizione per il Corso è di € 150,00

La quota comprende:

- l'organizzazione;
- l'uso del materiale collettivo;
- costi maestri FISl per 2 lezioni

Restano escluse le spese di albergo e rifugio, l'accesso alle piste, il noleggio dell'attrezzatura e viaggi in auto.

Chi rinuncia a frequentare il corso prima del suo inizio, avrà diritto al rimborso della quota ridotta del 15% solo se il posto lasciato libero verrà occupato da altra persona.

Chi rinuncia a corso già iniziato non avrà diritto ad alcun rimborso.

Pur assicurando di operare con prudenza, la Direzione del Corso declina ogni responsabilità per eventuali incidenti causati da quei pericoli oggettivi che la pratica della montagna comporta e che devono essere considerati accettati consapevolmente da chiunque si accinge ad iniziare questa attività per il resto magnifica e piena di soddisfazioni.

### MODALITÀ DI ISCRIZIONE

- Si richiede di compilare la domanda d'iscrizione al Corso
- n° 1 fotografia (in caso d'iscrizione al Club).
- Un certificato medico attestante l'idoneità all'attività sportiva non agonistica da consegnare entro martedì 18 gennaio 2022.

Chi ne fosse sprovvisto non potrebbe partecipare all'uscita pratica.

\* Vista la situazione e l'impossibilità di prevedere gli sviluppi della pandemia il pagamento della quota verrà richiesto entro il 11 gennaio 2022. Riceverete maggiori istruzioni nella prima serata di presentazione del 17 novembre 2021.

## PROGRAMMA

### Mercoledì 17 novembre 2021 - ore 21

Sede CAI Nodena - via IV Novembre 40  
*Presentazione del Corso*  
Il CAI - Obiettivi del corso

### Martedì 14 dicembre 2021 - ore 21

*Lezione teorica on line*  
Attrezzatura e abbigliamento

### Martedì 21 dicembre 2021 - ore 21

*Lezione teorica on line*  
Topografia, orientamento e cenni sull'uso del GPS

### Martedì 11 gennaio 2022 - ore 21

*Lezione teorica on line*  
Tecnica dello sci di fondo

### Martedì 18 gennaio 2022 - ore 21

*Lezione teorica on line*  
Nivologia e analisi del manto nevoso

### Sabato 22 Domenica 23 gennaio 2022

*Uscita pratica*  
Asiago (VI) (Auto)  
Lezioni con maestri FISl

### Martedì 1 febbraio 2022 - ore 21

*Lezione teorica on line*  
Meteorologia e bollettini nivo-meteorologici

### Sabato 5 e Domenica 6 febbraio 2022

*Uscita pratica*  
Passo Coe Folgaria (TN) (Auto)  
Esercizi in pista e escursioni

### Martedì 8 febbraio 2022 - ore 21

*Lezione teorica on line*  
Pericoli dell'ambiente invernale montano  
Primo soccorso e chiamata del soccorso