

ATTIVITÀ SCIALPINISTICA 2012
AVVERTENZE DI CARATTERE GENERALE

L'iscrizione alle attività di:

- INTRODUZIONE ALLO SCI ALPINISMO
- SCI ALPINISMO AVANZATO
- ESCURSIONI SCI ALPINISTICHE

comporta l'obbligo associativo; il tesseramento alla società per chi ne fosse sprovvisto è di Euro 20,00.

La quota di iscrizione è di Euro 100 per l'introduzione allo scialpinismo e per l'escursioni sci alpinistiche mentre per lo scialpinismo avanzato è di Euro 90. L'iscrizione combinata per l'introduzione allo sci alpinismo e per lo sci alpinismo avanzato è di Euro 130.

La quota è comprensiva della copertura assicurativa contro gli infortuni, derivanti dall'esercizio dell'attività, che diviene operativa oltre i tre punti percentuali di franchigia relativa e prevede, in tal caso, l'intero risarcimento.

Le domande di iscrizione, corredate da un certificato medico attestante lo stato di salute, si ricevono dal giorno 24/11/2011 presso la segreteria della società ogni giovedì sera dalle ore 21 alle ore 23. Saranno presenti gli accompagnatori che potranno fornire ulteriori informazioni sullo svolgimento dei corsi.

Ai corsi possono partecipare coloro che hanno compiuto 18 anni di età.

I partecipanti che, dopo la prima uscita in ambiente, non saranno ritenuti idonei, verranno esclusi dal corso, previo rimborso della quota di iscrizione.

Materiali: alla presentazione verrà comunicata l'attrezzatura necessaria alle diverse attività.

La partecipazione comporta l'obbligo di essere solidale con i responsabili, adeguandosi alle loro decisioni ove insorgano o siano insorte difficoltà.

NOTE:

In merito all'utilizzo dell'ARVA la società fornisce un apparecchio a titolo gratuito ai partecipanti all'introduzione allo scialpinismo che ne fossero sprovvisti. Per tutte le altre attività l'ARVA è comunque obbligatorio, chi ne è sprovvisto può noleggiarlo presso la sede (salvo esaurimento disponibilità) con un contributo di 50 Euro.



Rally dell'Adamello
52° edizione 11 **Marzo 2012**



bivacchi e rifugi di proprietà della Società escursionisti bresciani "Ugolino Ugolini"

Bivacco "Ugolino Ugolini"
(mt. 3.240)

Spalla nord della cima Ugolini nei pressi del passo Adamello

Bivacco "Francesco Regosa"
(mt. 2.958)
presso Bocchetta della Calotta

Rifugio "Tita Secchi"
(mt. 2.362)
presso il Lago della Vacca

Società Escursionisti Bresciani "Ugolino Ugolini"
Via Marchetti 1c, 25126 Brescia
030 3753108 3389015094
www.ugolini-bs.it
info@ugolini-bs.it

C.O.N.I.

F.I.S.I.

Società Escursionisti Bresciani
"Ugolino Ugolini"
associazione dilettantistica
stella d'argento al merito sportivo 1982

ATTIVITÀ
SCIALPINISTICA
2012



INTRODUZIONE ALLO SCI ALPINISMO

coordinatore:
Alessandro Pavoni

È rivolto a coloro che intendono avvicinarsi alla pratica dello sci alpinismo con caratteristiche, nella fase iniziale, di tipo escursionistico.

Le uscite, tutte in ambiente e di medio impegno, consentiranno anche l'apprendimento delle nozioni tecniche di base. Viene richiesta una discreta preparazione fisica ed una sufficiente capacità sciistica (discesa in sicurezza su qualsiasi pista).

SCI ALPINISMO AVANZATO

coordinatore:
Francesco La Micela

È rivolto a sciatori alpinisti che siano già in possesso di una idonea preparazione di base e che desiderino acquisire le cognizioni necessarie per percorrere autonomamente itinerari sci alpinistici di un certo impegno. Si richiede una buona capacità sciistica e una discreta preparazione fisica.

ESCURSIONI DI SCI ALPINISMO

coordinatori:
Ivan Cappelli, Giulio Ferretti

La "Ugolini" propone ormai da oltre vent'anni questa iniziativa, destinata agli appassionati già in possesso di una adeguata preparazione tecnico-fisica. Sin dalle prime uscite si affrontano percorsi di medio impegno e/o difficoltà che sono propedeutiche a quelle primaverili, che prevedono sviluppi e quote più impegnativi. Tenuto conto dello stato imprevedibile dell'innevamento (poca o troppa neve) il calendario programmato potrà subire delle variazioni. Inoltre alcune uscite prevedono un itinerario alternativo avente una diversa esposizione e/o difficoltà rispetto a quello prefissato. I partecipanti non ritenuti idonei potranno essere esclusi da quei percorsi che presentano difficoltà alpinistiche.

LEZIONI PRATICHE in ambiente

· **Domenica 15.01.2012**

Verifica capacità individuali e formazioni squadre.

· **Domenica 29.01.2012**

Tecnica di salita e prime nozioni di tecnica di discesa.

Sabato-Domenica 4-5.02.2012

Ricerca ARVA - tecnica di salita e discesa.

· **Domenica 19.02.2012**

Orientamento e cartografia

· **Domenica 4.03.2012**

Traccia e scelta dell'itinerario. Uso dell'ARVA.

· **Sabato-Domenica 17-18.03.2012**

Aprofondimento delle nozioni apprese durante il corso
- Prime nozioni comportamentali in ghiacciaio.

· **Domenica 19.02.2012**

Verifica dei materiali e della tecnica degli iscritti.

· **Domenica 04.03.2012**

Uso dell'ARVA. Tecniche avanzate di salita e discesa.

· **Sabato-Domenica 17-18.03.2012**

Uso dell'ARVA - Traccia e scelta dell'itinerario.

· **Domenica 1.04.2012**

Progressione in cordata/corda fissa, autosoccorso.

· **Sabato-Domenica 14-15.04.2012**

Uscita finale. Uso di rampanti, piccozza e ramponi, bivacco, manovre di corda.

PROGRAMMA ESCURSIONI DI SCIALPINISMO

- **Domenica 08.01.2012** (possibili itinerari)
Bocca Prato Spino (mt.1720) da S.Michele di Malcesine
Monte Altissimo (mt.2078) da Prati di Nago
Cima Pari (mt.1988) da Malga Grassi di Riva del Garda
- **Domenica 22.01.2012**
Cima Quadra o Cima Agosta(mt.2580) dalla Val Breguzzo
- **Domenica 5.02.2012**
Monte Ritort (mt.2411) da Madonna di Campiglio
- **Sabato e Domenica 18.02-19.02.2012**
Soggiorno in Valsugana all'Hotel Spera:
1° giorno: Tombola Nera (mt.2413)
2° giorno: Cima delle Buse (mt.2465)
- **Domenica 04.03.2012**
Cima di San Giacomo (mt.2741) dalla Val Sarentino
- **Domenica 18.03.2012**
Cima Vegaia (mt.2890) da Ortisè (Val di Sole)
- **Sabato e Domenica 31.03-01.04.2012**
Soggiorno in Val Canali (Chalet Pirenei o Cant del Gal):
1° giorno: Cima Bocche o Mulaz o Cima dei Bureloni
2° giorno: Rifugio Pradidali o Grande Colbricon

LEZIONI TEORICHE presso la sede

- Giovedì 12.01.2012 presentazione dell'attività e scelta dei materiali.
- Giovedì 02.02.2012 neve, valanghe, meteorologia.
- Giovedì 01.03.2012 orientamento, carta, bussola, altimetro, GPS.
- Giovedì 15.03.2012 manovre di corde.