



C A I
**Club Alpino Italiano Sezione di
CASTELNOVO NE' MONTI BISMANTOVA**

Con sede in Castelnovo ne' Monti
Piazzale Matteotti 7/B Tel. 0522 811.939
E-mail: caibismantova@alice.it - Sito: www.caibismantova.it



Invito all'attività escursionistica su neve 2018

La sezione CAI Bismantova di Castelnovo ne' Monti organizza quattro uscite dedicate all'illustrazione delle principali nozioni di tipo escursionistico/alpinistico di base, con l'intento di promuovere una frequentazione divertente, appagante ma al contempo responsabile e in sicurezza dell'ambiente montano. In particolare, verranno approfondite le tecniche per l'osservazione e la lettura dell'ambiente innevato, l'utilizzo delle ciaspole ma anche dei ramponi per superare percorsi più impegnativi, l'eventuale attraversamento di ghiacciai, sempre rimanendo in ambito escursionistico.

Le quattro uscite saranno precedute da cinque serate (a ingresso libero e gratuito) di approfondimento sull'ambiente montano durante l'inverno e sui pericoli connessi. Gli incontri si terranno presso la sede il Centro Formazione della Croce Verde "Palazzo Ducale" di Castelnovo ne' Monti, Via Roma 12/B.

Programma



Venerdì 12 gennaio (ore 20.30)

Presentazione del Corso

(Gino Montipò, Presidente CAI Bismantova)

In montagna d'inverno: neve, valanghe ed ARTVA (apparecchio di ricezione e trasmissione in valanga)

(Matteo Cavalletti, Istruttore Sezionale di Scialpinismo CAI Bismantova)

Introduzione alla nivologia e al tema delle valanghe; ARTVA: cos'è, come funziona, perché è indispensabile per frequentare l'ambiente montano d'inverno.

Abbigliamento e Attrezzatura dell'escursionista, dell'alpinista e dello scialpinista

(Matteo Giannasi, titolare Alpstation Bismantova) consigli per l'acquisto, la preparazione e la manutenzione dell'attrezzatura per chi decide di muoversi nell'ambiente invernale.

Domenica 14 gennaio

Uscita pratica in ambiente nell'Appennino

Reggiano nella mattinata prova pratica di utilizzo dell'Artva, della pala e della sonda, nel pomeriggio movimenti di base e progressione con le ciaspole sui terreni innevati. La località verrà individuata in base alle condizioni di innevamento.

Accompagnatori: Capi gita della Sezione

Venerdì 2 febbraio (ore 20.30)

Conoscere per prevenire: neve e meteo, condotta di gita e scelta dell'itinerario per minimizzare i rischi

(Matteo Cavalletti, Istruttore Sezionale di Scialpinismo CAI Bismantova)

Come la neve si modifica e si trasforma, gli agenti atmosferici, come e perché valutare il manto nevoso. Suggestioni per la corretta pianificazione e realizzazione di un'uscita in ambiente minimizzando i rischi.

Venerdì 16 febbraio (ore 20.30)

Progressione su neve con e senza attrezzatura In cordata sul ghiacciaio

progressione su neve senza attrezzatura o con ciaspole, piccozza e ramponi. Come procedere in maniera corretta su



ghiacciaio (Alessandro Colombari, Istruttore Nazionale di Alpinismo CAI Bismantova)



Domenica 18 febbraio

Uscita pratica in ambiente nell'Appennino

Reggiano in funzione delle condizioni di innevamento, sceglieremo una cima dell'Appennino da risalire.

L'avvicinamento avverrà con le ciaspole, mentre il tratto finale verrà risalito utilizzando la piccozza e i ramponi.

Al ritorno esploreremo su pendio la manovra di autoarresto.

Accompagnatori: Capi gita della Sezione

Venerdì 2 marzo (ore 20.30).

L'autosoccorso e la richiesta di soccorso organizzato in ambiente

(Luca Pezzi, Responsabile del Soccorso Alpino della Provincia di Reggio Emilia)

Gestione della chiamata - ruolo e competenze del Soccorso Alpino - l'applicativo GeoResq

Domenica 4 marzo

Uscita pratica in ambiente nell'Appennino Reggiano

altra cima dell'Appennino che proveremo a risalire. Proveremo la progressione in cordata e ripasseremo in ambiente l'uso dell'ARTVA

Accompagnatori: Capi gita della Sezione

Venerdì 23 marzo (ore 20.30).

Consigli pratici su topografia, orientamento e meteorologia

(Enrico Cecchi, Accompagnatore di Escursionismo CAI Bismantova)

Sabato 2 e Domenica 3 giugno

Ascensione finale - Punta San Matteo (Alpi Retiche - m. 3678)



Sabato: partenza e arrivo al rifugio Berni al Passo Gavia. Nel pomeriggio ripasso delle principali tecniche di ascensione e definizione delle cordate

Domenica: ascensione alpinistica di Punta San Matteo difficoltà PD (poco difficile) dislivello 1120 metri in salita e discesa, tempo di percorrenza ore 8 senza soste

Accompagnatori: Matteo Cavalletti, Enrico Cecchi

La partecipazione è libera e aperta a tutti. Per le serate non occorre preiscrizione, mentre per le uscite l'iscrizione va effettuata entro il giorno precedente. In aggiunta ai non soci CAI è richiesta l'assicurazione CAI contro gli infortuni (€ 6 o € 12 al giorno, a seconda del massimale prescelto) e per il soccorso alpino (€ 6 per i due giorni sulle Alpi). Si può partecipare anche ad una sola delle quattro uscite in programma.

Abbigliamento necessario per le uscite: scarponi da alta montagna - pile o maglione - calzoni adeguati

(ad esempio pile o altro tessuto idrorepellente; vietati i jeans, che si bagnano e fanno freddo) - giacca a vento - cappello di lana e guanti - biancheria intima di ricambio - termos con bevanda calda - qualcosa da mangiare sempre nello zaino. Consigliati: macchina fotografica e binocolo, occhiali da sole, creme protettive, cerotti per vesciche, medicinali personali.

Attrezzatura: ciaspole, ghette, bastoncini da sci, piccozza e ramponi, imbrago (per la terza e quarta uscita. La sezione mette a disposizione gratuitamente alcune ciaspole, piccozze e ramponi, che verranno assegnati secondo l'ordine di iscrizione (occorre invece automunirsi di bastoncini da sci). Ogni partecipante dovrà obbligatoriamente essere munito di ARTVA, pala e sonda.

Un particolare prezzo verrà riservato su tutta il materiale tecnico e di abbigliamento dall'ALPSTATION BISMANTOVA. L'offerta è estesa anche al noleggio delle ciaspole.

Per informazioni ed iscrizioni

Matteo Cavalletti 333/3140054 Enrico Cecchi 335/7509856 Romano Marchi 349/0919394 Gino Montipò 335/7486900 Enzo Rizzo 340/2704513 caibismantova@alice.it Alpstation Bismantova Via Roma, 60 Castelnovo Ne' Monti (RE)