



CLUB ALPINO ITALIANO
SCUOLA INTERSEZIONALE DI ESCURSIONISMO
“LORENZO FRISONE”



ANNO 2022

1° CORSO DI ESCURSIONISMO AVANZATO – E2

Il corso è rivolto a tutti i soci del CAI, in regola con il tesseramento dell'anno di effettuazione del corso, che desiderino acquisire elementi tecnici finalizzati a frequentare itinerari impegnativi, anche di più giorni. Durante le lezioni teoriche e le prove pratiche in ambiente, saranno trattati vari argomenti utili muoversi lungo sentieri e tracce su terreno impervio, spesso instabile e sconnesso, dove possono esserci tratti esposti, traversi, cenge o tratti rocciosi con lievi difficoltà tecniche.

STRUTTURA E PROGRAMMA DEL CORSO



LEZIONI TEORICHE (Inizio ore 20.30)

| Data | Sede della lezione | Argomento della lezione |
|----------|-----------------------|---|
| 12-09-22 | CAI PN San Quirino | Presentazione del corso: finalità e struttura, impegno richiesto, regole di frequenza, la Scuola e i docenti. Breve presentazione da parte degli allievi con motivazione personale. Le problematiche della montagna: non è un corso a rischio zero. L'escursionismo avanzato secondo il CAI: cos'è l'escursionismo avanzato (gli ambienti e le situazioni) |

Via dello Sport, 1 - 33078 Sn Vito al Tagliamento (PN)

Tel. e Fax: 0434 - 876521

E-mail: info@scuolalorenzofrisone.it - Web: <http://www.scuolalorenzofrisone.it>

Orario apertura sede: Martedì - Venerdì dalle 21.00 alle 22.30





CLUB ALPINO ITALIANO
SCUOLA INTERSEZIONALE DI ESCURSIONISMO
“LORENZO FRISONE”



ANNO 2022

1° CORSO DI ESCURSIONISMO AVANZATO – E2

| | | |
|----------|--------------------|--|
| 14-09-22 | Sede CAI San Vito | Equipaggiamento e materiali: abbigliamento e attrezzatura, scelta degli scarponi, dello zaino, bastoncini, ecc... Movimento e preparazione fisica: tecnica di camminata su terreno impervio e complesso (ghiaioni, traversi, cenge, gradini rocciosi, ecc...), preparazione fisica specifica per l'attività escursionistica avanzata |
| 19-09-22 | CAI PN San Quirino | Come strutturare un itinerario: quote, punti notevoli, particolarità del percorso, ostacoli, esposizione, vie di "fuga". Azimut: definizione, rilevazione sulla carta e sul terreno Individuare la propria posizione: tramite lettura del paesaggio e carta, su sentiero con altimetro, su sentiero con bussola e punto noto e in base a due punti noti visibili. Orientamento in emergenza: genesi della situazione di emergenza e gestione del gruppo in momenti critici. Applicazione delle tecniche: marcia in condizione di scarsa visibilità, seguire un azimut, marcia con rotta per errore e/o concetto di linee di direzione e di arresto Cenni sull'uso del GPS o apparati equivalenti. |
| 21-09-22 | Sede CAI San Vito | Cenni di meteorologia sinottica: circolazione atmosferica, concetto ciclone/anticiclone e fronte caldo/freddo tipici del periodo estivo. La circolazione dell'aria: circolazione locale diurna/notturna, principali fenomeni atmosferici (Stau, Fohn, ecc...). Osservazione delle nubi e loro riconoscimento Auto previsione: interpretazione meteo, bollettini, uso immagini radar app e altri strumenti. |
| 26-09-22 | Sede CAI Sacile | Letture del paesaggio: il paesaggio attraverso la geologia, la geomorfologia e i piani vegetazionali La corretta frequentazione come tutela dell'ambiente montano: il rapporto con la flora e la fauna |
| 28-09-22 | Sede CAI Sacile | Tipologie di itinerari a lunga percorrenza: presentazione con esempi dei principali lunghi Cammini e trekking (Sentiero Italia) Approccio culturale al trekking: differenza tra l'escursione giornaliera e il percorso di più giorni, il rapporto con l'ambiente, l'esperienza del rifugio, ritmi differenti, lontananza dall'ambiente abituale, rapporti interpersonali. Approccio tecnico al trekking: progettazione e preparazione, abbigliamento ed equipaggiamento, zaino, ritmo di marcia e gestione delle più comuni problematiche. |
| 05-10-22 | CAI PN San Quirino | Gestione dell'emergenza: chiamata soccorso alpino e primo soccorso. GeoResQ, gestione del gruppo. |
| 10-10-22 | Sede CAI San Vito | Pericolo e rischio: differenza tra pericolo e rischio Gestione del rischio: pianificazione dell'escursione mediante l'applicazione del metodo 3x3, dinamiche di gruppo e della leadership. |
| 12-10-22 | CAI PN San Quirino | Problematiche dell'escursione in solitaria Ripasso e Test Finale |

LEZIONI E USCITE PRATICHE (Punto di ritrovo ed orario verranno comunicati durante la lezione precedente all'uscita)

| Data | Località | Argomento della lezione/uscita pratica |
|-------------|-------------------|--|
| 18-09-22 | Monte Schiaron | Escursione in ambiente E-EE con particolare attenzione a: Equipaggiamento e materiali, movimento e preparazione fisica e lettura del paesaggio |
| 25-09-22 | Croda de R'Ancona | Escursione in ambiente EE con particolare attenzione a: Orientamento e osservazioni meteo |
| 02-10-22 | Loc. da definire | Riservata all'eventuale recupero di uscite non effettuate. |
| 09-10-22 | Monte Peralba | Escursione in ambiente EE con particolare attenzione a: Gestione del percorso e del gruppo. Gestione di una situazione di emergenza |
| 15/16-10-22 | Rifugio Padova | Esperienza del rifugio, messa in pratica di quanto appreso, con particolare attenzione a individuazione dei pericoli e riduzione del rischio, in ambiente EE |
| 23-10-22 | Loc. da definire | Riservata all'eventuale recupero di uscite non effettuate. |

Via dello Sport, 1 - 33078 Sn Vito al Tagliamento (PN)

Tel. e Fax: 0434 -876521

E-mail: info@scuolalorenzofrisone.it - Web: <http://www.scuolalorenzofrisone.it>

Orario apertura sede: Martedì - Venerdì dalle 21.00 alle 22.30





CLUB ALPINO ITALIANO
SCUOLA INTERSEZIONALE DI ESCURSIONISMO
“LORENZO FRISONE”

ANNO 2022

1° CORSO DI ESCURSIONISMO AVANZATO – E2



REGOLAMENTO

1. Possono iscriversi al Corso tutti i soci del CAI che abbiano compiuto il sedicesimo anno di età e che abbiano frequentato con esito positivo un corso di Escursionismo **E1** o almeno un corso **MdR-E**. Per i soci di età inferiore ai diciotto anni è richiesta specifica autorizzazione scritta dei genitori o di chi ne fa le veci.
2. Le iscrizioni sono aperte dal **12/07/2022** e fino ad esaurimento dei posti disponibili, presso le segreterie delle Sezioni del Club Alpino Italiano di Pordenone, Portogruaro, Sacile, San Vito al Tagliamento, Vittorio Veneto, Conegliano e Oderzo. Chiuderanno improrogabilmente **venerdì 26 agosto**. Eventuali informazioni possono essere richieste o reperite presso le medesime Sezioni nelle giornate ed orari di apertura, nei loro siti, nel sito della Scuola www.scuolalorenzofrisone.it, oppure richieste alla segreteria della Scuola a mezzo posta elettronica all'indirizzo info@scuolalorenzofrisone.it.
3. **Quota di iscrizione: € 160,00**. La quota comprende l'istruzione teorico-pratica e il materiale didattico, (*escluse spese di viaggio, pranzi al sacco, il trattamento di mezza pensione in rifugio per l'uscita del 15 e 16 ottobre 2022*).
4. All'atto dell'iscrizione gli aspiranti Allievi dovranno:
 - presentare un certificato medico di idoneità fisica alla pratica sportiva non agonistica in originale con scadenza successiva al 23 ottobre 2022;
 - presentare due foto formato tessera.
5. L'iscrizione avverrà nel seguente modo:
 - richiesta di partecipazione compilando “on line” sul sito della scuola alla pagina “CORSI” il modulo di contatto per mezzo del quale riceverete sulla vostra casella di posta il “modulo di iscrizione”;
 - consegna in Sezione del “modulo di iscrizione” debitamente compilato e di tutta la documentazione necessaria come evidenziato al punto (4) del presente regolamento;
 - la Sezione fornirà le indicazioni per effettuare il versamento della quota di partecipazione tramite bonifico;
 - la copia della ricevuta attestante il versamento, dovrà essere inviata a mezzo posta elettronica alla Segreteria della Scuola “Lorenzo Frisone”.

L'iscrizione sarà considerata valida soltanto **in presenza di tutta** la documentazione richiesta e del **pagamento della quota**; le sole domande di partecipazione **non** rappresenteranno preiscrizione; la presentazione in segreteria del “modulo di iscrizione” costituirà la graduatoria fino ad esaurimento dei posti disponibili.
6. L'avvio del corso è subordinato ad un numero **minimo di 12 partecipanti**; in caso di mancato svolgimento dello stesso gli iscritti verranno tempestivamente avvisati, provvedendo anche alla restituzione della quota versata.
7. Attrezzatura personale: tutte le informazioni al riguardo verranno fornite durante la seconda lezione “**Equipaggiamento, e materiali**”. Si **consiglia di attendere** tali informazioni prima di procedere all'acquisto di materiale e/o attrezzature.
8. I partecipanti al Corso dovranno attenersi scrupolosamente alle disposizioni previste dalla normativa anti Covid vigente ed a quelle impartite dagli Accompagnatori. Il non rispetto delle disposizioni potrà essere motivo di esclusione dal Corso in qualsiasi momento, ad insindacabile giudizio della Direzione.
9. In caso di abbandono del corso, per qualsiasi motivo, i partecipanti **non avranno** diritto al rimborso della quota di iscrizione.
10. Date, orari e programmi potranno subire variazioni, che verranno comunicate prima possibile.
11. Le destinazioni delle uscite in ambiente sono da considerarsi **indicative**, la Direzione si riserva la facoltà di modificarle in funzione di sopraggiunte necessità legate alle condizioni meteo o per altri importanti motivi che possano pregiudicare la sicurezza dei partecipanti.
12. La Direzione, pur adottando tutte le misure atte a tutelare l'incolumità dei partecipanti, declina ogni responsabilità per eventuali incidenti o danni ai partecipanti o procurati a terzi, che dovessero verificarsi durante lo svolgimento del Corso.
13. Il corso verrà tenuto sulla scorta di quanto previsto dal regolamento e dalle linee guida e piani didattici del Club Alpino Italiano, edizione 2021 Rev.4, attualmente in vigore.
14. Al termine del corso è previsto il rilascio di un attestato di partecipazione, vincolato alla frequentazione di almeno il 70% delle lezioni teoriche e il 70% delle lezioni pratiche; **non sono cumulabili**.

Via dello Sport, 1 - 33078 Sn Vito al Tagliamento (PN)

Tel. e Fax: 0434 -876521

E-mail: info@scuolalorenzofrisone.it - Web: <http://www.scuolalorenzofrisone.it>

Orario apertura sede: Martedì - Venerdì dalle 21.00 alle 22.30



MONTAGNA MICA e SICURA
PROGETTO PREVENZIONE E SICUREZZA
CAI - SOCCORSO ALPINO - GUIDE



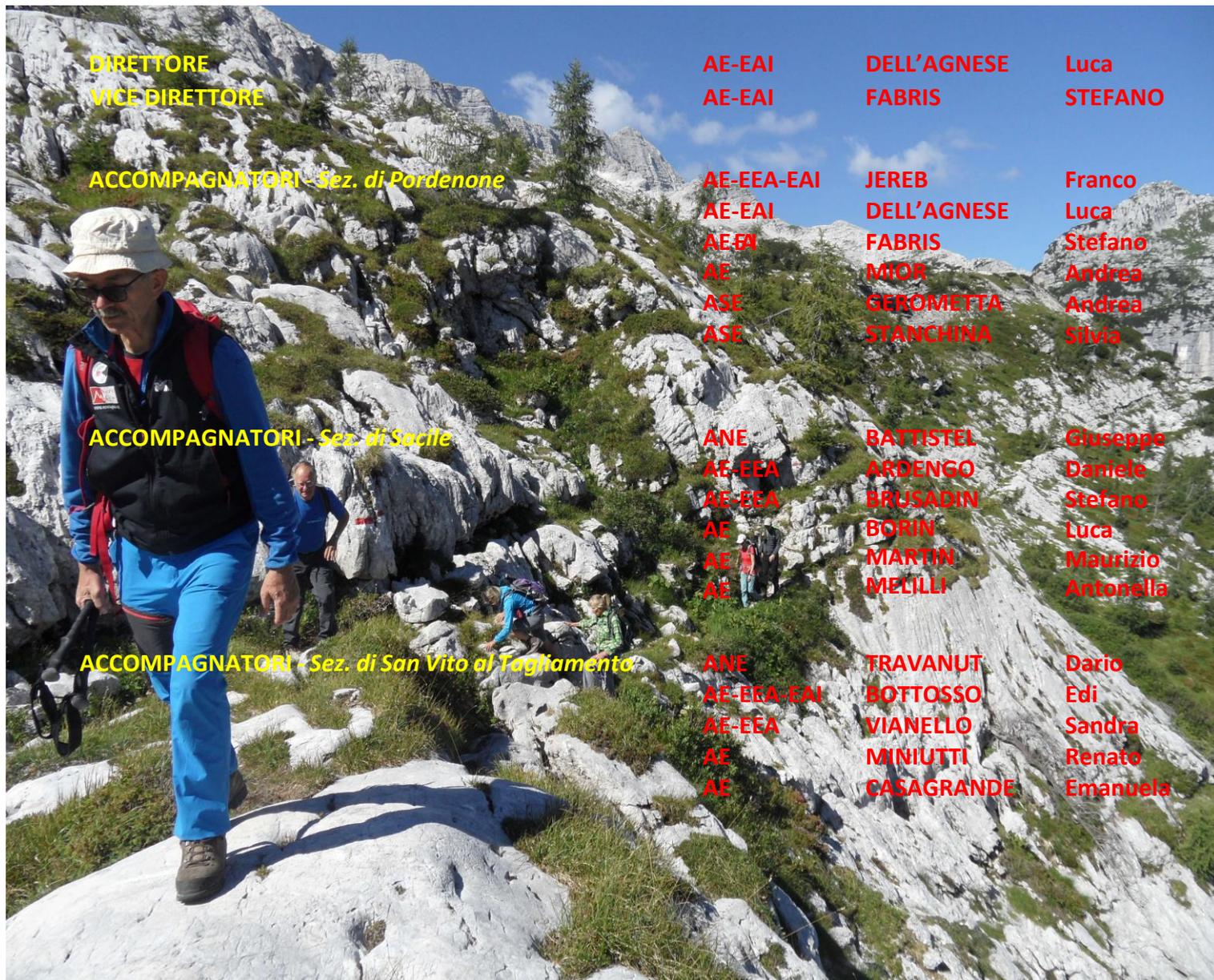
CLUB ALPINO ITALIANO
SCUOLA INTERSEZIONALE DI ESCURSIONISMO
“LORENZO FRISONE”

ANNO 2022



1° CORSO DI ESCURSIONISMO AVANZATO – E2

ORGANICO ISTRUTTORI DELLA SCUOLA E DEL CORSO



DIRETTORE
VICE DIRETTORE

AE-EAI **DELL'AGNESE** **Luca**
AE-EAI **FABRIS** **STEFANO**

ACCOMPAGNATORI - Sez. di Pordenone

AE-EEA-EAI **JEREB** **Franco**
AE-EAI **DELL'AGNESE** **Luca**
AE-EAI **FABRIS** **Stefano**
AE **MIOR** **Andrea**
ASE **GEROMETTA** **Andrea**
ASE **STANCHINA** **Silvia**

ACCOMPAGNATORI - Sez. di Sacile

ANE **BATTISTEL** **Giuseppe**
AE-EEA **ARDENGO** **Daniele**
AE-EEA **BRUSADIN** **Stefano**
AE **BORIN** **Luca**
AE **MARTIN** **Maurizio**
AE **MELILLI** **Antonella**

ACCOMPAGNATORI - Sez. di San Vito al Tagliamento

ANE **TRAVANUT** **Dario**
AE-EEA-EAI **BOTTOSSO** **Edi**
AE-EEA **VIANELLO** **Sandra**
AE **MINIUTTI** **Renato**
AE **CASAGRANDE** **Emanuela**

Via dello Sport, 1 - 33078 Sn Vito al Tagliamento (PN)
Tel. e Fax: 0434 - 876521

E-mail: info@scuolalorenzofrisone.it - Web: <http://www.scuolalorenzofrisone.it>

Orario apertura sede: Martedì - Venerdì dalle 21.00 alle 22.30





CLUB ALPINO ITALIANO
 SCUOLA INTERSEZIONALE DI ESCURSIONISMO
 “LORENZO FRISONE”



ANNO 2022

1° CORSO DI ESCURSIONISMO AVANZATO – E2

MODULO ISCRIZIONE

Il modulo è editabile elettronicamente; si prega di compilarlo prima della stampa.

Cognome _____ Nome _____

nato il _____ a _____ Prov. _____

Residente in via/piazza _____ n. _____ CAP _____

Città _____ Prov. _____

Telefono casa _____ Telefono mobile _____

e-mail _____

n. tessera CAI _____ rilasciata il _____ dalla sezione di _____

Hai partecipato ad altri corsi CAI? **SÌ** **NO**

Se sì, indica quali: _____

Eventuali note:

Via dello Sport, 1 - 33078 Sn Vito al Tagliamento (PN)

Tel. e Fax: 0434 -876521

E-mail: info@scuolalorenzofrisone.it - Web: <http://www.scuolalorenzofrisone.it>

Orario apertura sede: Martedì - Venerdì dalle 21.00 alle 22.30





CLUB ALPINO ITALIANO
SCUOLA INTERSEZIONALE DI ESCURSIONISMO
“LORENZO FRISONE”



ANNO 2022

1° CORSO DI ESCURSIONISMO AVANZATO – E2

CURRICULUM PERSONALE

Le informazioni qui di seguito sono necessarie per capire il tuo grado di preparazione fisica.

Che tipo di attività sportiva stai svolgendo o hai svolto :

con quale frequenza

TREKKING

ESCURSIONISMO

FERRATE

ALPINISMO

SPELEOLOGIA

CORSA

ORIENTEERING

TRAIL RUNNING

SCI/SNOWBOARD ALPINISMO

SCI DI FONDO

SCI/SNOWBOARD DA DISCESA

ALTRI SPORT (indica quali)

Una buona preparazione fisica e un buon allenamento contribuiscono ad affrontare l'impegno escursionistico con maggior soddisfazione e migliore sicurezza e il tutto contribuisce ad arricchire la vostra esperienza e voglia di migliorare ed affrontare nuovi itinerari e/o discipline.

Via dello Sport, 1 - 33078 Sn Vito al Tagliamento (PN)

Tel. e Fax: 0434 -876521

E-mail: info@scuolalorenzofrisone.it - Web: <http://www.scuolalorenzofrisone.it>

Orario apertura sede: Martedì - Venerdì dalle 21.00 alle 22.30



**MONTAGNA
e SICURA**
PROGETTO PREVENZIONE E SICUREZZA
CAI - SOCCORSO ALPINO - GUIDE



CLUB ALPINO ITALIANO
SCUOLA INTERSEZIONALE DI ESCURSIONISMO
“LORENZO FRISONE”



ANNO 2022

1° CORSO DI ESCURSIONISMO AVANZATO –

Il/La sottoscritto/a, consapevole della pericolosità insita nell'ambiente montano, si impegna a frequentare il Corso con diligenza e prudenza, attenendosi scrupolosamente alle istruzioni del Direttore e degli Istruttori, accettando integralmente il regolamento di pagina 2; prende atto di essere assicurato contro gli infortuni, pertanto se per caso avesse a subire lesioni personali anche con postumi, durante la frequentazione del Corso, rinuncia fin d'ora a proporre querela nei confronti della Direzione, del Direttore e dei singoli istruttori, atteso che gli eventuali danni sono coperti dalla garanzia assicurativa secondo le modalità della Sede Centrale del Club Alpino Italiano, illustrate dalla circolare del 1985 e successive integrazioni/o modifiche.

Chiede di essere ammesso/a frequentare il
1° CORSO DI ESCURSIONISMO AVANZATO – E2
e DICHIARA

di aver letto ed integralmente accettato il regolamento di tale corso.

luogo e data _____ Firma.....

Dichiaro di dare il mio consenso al trattamento dei dati personali per l'iscrizione al presente corso e per le attività amministrative ad esso correlate nonché per le finalità istituzionali definite specificamente all'art.1 del Regolamento Generale del Club Alpino Italiano (di seguito allegato), dichiaro inoltre di aver preso visione dell'informativa sul trattamento dei dati personali ai sensi dell'art.13 Reg. UE 679/2016 all'atto dell'iscrizione o del rinnovo dell'iscrizione al CAI, (in caso di minorenni il consenso dovrà essere dato dal genitore o dal tutore).

Il consenso è necessario ai fini dell'iscrizione al corso Firma.....

SEZIONE PER L'AMMISSIONE DEI MINORENNI

Il sottoscritto _____

AUTORIZZA

il proprio figlio/a _____ a frequentare il

1° CORSO DI ESCURSIONISMO AVANZATO – E2

luogo e data _____ Firma.....

Dichiaro di dare il mio consenso al trattamento dei dati personali per l'iscrizione al presente corso e per le attività amministrative ad esso correlate nonché per le finalità istituzionali definite specificamente all'art.1 del Regolamento Generale del Club Alpino Italiano (di seguito allegato), dichiaro inoltre di aver preso visione dell'informativa sul trattamento dei dati personali ai sensi dell'art.13 Reg. UE 679/2016 all'atto dell'iscrizione o del rinnovo dell'iscrizione al CAI.

Il consenso è necessario ai fini dell'iscrizione al corso Firma

Sezione a cura della segreteria

| | | | |
|----------------------|--------------------------|------------------|--------------------------|
| iscrizione a cura di | <input type="text"/> | sezione | <input type="text"/> |
| data iscrizione | <input type="text"/> | quota iscrizione | <input type="text"/> |
| certificato medico | <input type="checkbox"/> | bollino 2022 | <input type="checkbox"/> |
| foto-tessera | <input type="checkbox"/> | | |

Via dello Sport, 1 - 33078 Sn Vito al Tagliamento (PN)

Tel. e Fax: 0434 -876521

E-mail: info@scuolalorenzofrisone.it - Web: <http://www.scuolalorenzofrisone.it>

Orario apertura sede: Martedì-Venerdì dalle 20.00 alle 22.00





CLUB ALPINO ITALIANO
SCUOLA INTERSEZIONALE DI ESCURSIONISMO
“LORENZO FRISONE”



ANNO 2022

1° CORSO DI ESCURSIONISMO AVANZATO –

Regolamento generale del CAI - Art. 1 - Finalità

Il Club alpino italiano per conseguire - ai sensi della legge 24 dicembre 1985, n. 776 - le finalità istituzionali, a favore sia dei propri soci, sia di altri, utenti tutti di un comune patrimonio culturale e sociale, in collaborazione con organismi dello stato e degli enti autonomi, con enti pubblici e privati e con fondazioni che si occupano di problemi connessi con le aree montane, con istituti scientifici e universitari e con associazioni e organismi anche esteri aventi scopi analoghi o utili al conseguimento delle proprie finalità:

- a)** tutela gli interessi generali dell'alpinismo; promuove la pratica delle attività istituzionali nelle aree montane nazionali, europee ed extraeuropee;
- b)** promuove la formazione etico-culturale e l'educazione alla solidarietà, alla sicurezza, alla conoscenza e al rispetto dell'ambiente, specialmente dei giovani, mediante:
 - 1)** la realizzazione e la gestione di strutture operative, destinate alla ricerca e alla didattica;
 - 2)** lo svolgimento di corsi tecnici di introduzione, di formazione e di perfezionamento;
 - 3)** la presenza di propri operatori nelle scuole di ogni ordine e grado;
 - 4)** ogni altro tipo di iniziativa utile;
- c)** provvede a formare, perfezionare, aggiornare, organizzare e tutelare i propri operatori - accompagnatori, esperti, istruttori ed altri - necessari allo svolgimento delle iniziative di cui alla lettera b);
- d)** facilita la diffusione della frequentazione della montagna e delle escursioni, anche in forma collettiva, costruendo e mantenendo in efficienza strutture ricettive e sentieri;
- e)** assume iniziative tecniche per la prevenzione degli infortuni e per il soccorso dei pericolanti, nonché per la ricerca dei dispersi e per il recupero degli infortunati; a tale scopo organizza specifiche strutture operative per il soccorso alpino e speleologico e per il servizio valanghe;
- f)** promuove la redazione, la pubblicazione e la diffusione di opere, quali guide e monografie, relazioni, memorie, carte tematiche, su qualsiasi tipo di supporto; favorisce gli studi scientifici, storici, economici, artistici e letterari, per la diffusione della conoscenza dell'ambiente montano nei suoi molteplici aspetti e del patrimonio culturale delle sue genti; pubblica un bollettino, una rivista ed altri eventuali periodici;
- g)** cura l'ordinamento della propria biblioteca nazionale e la sua interconnessione in rete con le biblioteche sezionali; provvede a sostenere il centro italiano studio documentazione alpinismo extraeuropeo e il museo nazionale della montagna;
- h)** promuove la fotografia e la cinematografia di montagna e cura la organizzazione della cineteca con particolare riguardo alla sezione storica;
- i)** opera per la conservazione della cultura alpina e per la pratica di ogni attività connessa con la frequentazione e la conoscenza della montagna; assume e promuove iniziative atte a perseguire la difesa dell'ambiente montano e in genere delle terre alte, anche al fine di salvaguardare dalla antropizzazione le zone di particolare interesse alpinistico o naturalistico;
- l)** favorisce la nascita e il funzionamento di organismi deputati a perseguire le proprie finalità istituzionali;
- m)** assume ogni altro tipo di iniziativa atta al conseguimento delle finalità e al libero svolgimento delle attività istituzionali.

Via dello Sport, 1 - 33078 Sn Vito al Tagliamento (PN)

Tel. e Fax: 0434 -876521

E-mail: info@scuolalorenzofrisone.it - Web: <http://www.scuolalorenzofrisone.it>

Orario apertura sede: Martedì-Venerdì dalle 20.00 alle 22.00

