



CORSO BASE di RACCHETTE 2025

PROGRAMMA DEL CORSO

Serata introduttiva

Mercoledì, 27 Novembre 2024 ore 19.00

Serata di presentazione presso il Canvetto Luganese, inizio ore 19.00 dove verranno illustrati gli obiettivi e il programma del corso. Sarà inoltre presentato il materiale tecnico individuale necessario.

Capicorso e monitori saranno a disposizione per rispondere alle domande specifiche dei partecipanti.

1a giornata

Domenica; 12 Gennaio 2025

Luogo: Da definire, in funzione di quanta neve c'è (probabilmente zona Capanna Piansecco)

Istruzione di base sull'utilizzo di ARTVA/pala/sonda. Breve presentazione teorica ed esercizi pratici sul terreno.

Serata teoria sulla neve (formatore Pierre Crivelli)

Mercoledì; 15 gennaio 2025

In teleconferenza inizio ore 18:30. Serata teoria nivologia, dove viene introdotto il tema della neve. Presentazione dei principi di base delle condizioni invernali per attività all'aperto, il bollettino delle valanghe dell'istituto SLF.

1a uscita – Capanna Gorda (canton Ticino)

Sabato - Domenica; 25 – 26 gennaio 2025

Sabato dedicato all'istruzione sul come camminare con le racchette, ripasso sull'utilizzo di ARTVA/pala/sonda in fase di ricerca e sui principi base da applicare in caso di incidente in valanga. In serata approccio al metodo 3x3 per la pianificazione di una gita e istruzione per la lettura del bollettino meteo e delle valanghe. Domenica gita di applicazione alla ricerca dei segnali tipici del pericolo di valanghe. Pernottamento con cena e colazioni compresi.

2a uscita – Lidernenhütte (canton Svitto)

Sabato – Domenica; 8 – 9 febbraio 2025

Sabato istruzione sulla ricerca del percorso e sull'orientamento. Tramutare quello che viene visto dalla cartina al terreno, di conseguenza prendere le decisioni più adeguate a muoversi sul terreno. In serata istruzione alla pianificazione di una gita, lettura cartine e bollettino valanghe e meteo. Domenica gita di applicazione. Pernottamento con cena e colazioni compresi.

3a uscita – Alp Fursch (canton San Gallo)

Sabato - Domenica; 8 – 9 marzo 2025

Sabato consolidamento delle nozioni acquisite con l'introduzione del fattore umano e dinamiche di gruppo. Esercizi di applicazione. Domenica gita di applicazione alla scoperta della natura della regione. Pernottamento con cena e colazione

RESPONSABILI DEL CORSO

Jessica Poretti

jessica_bianchi88@hotmail.com

Cinzia Rezzonico

cinzia_rebuzzini@yahoo.it

RESPONSABILE FORMAZIONE

Pierre Crivelli, Guida di Media Montagna ASGM / UIMLA

Istruttore per Swiss Mountain Training, livello 2

Monitore G+S / CAS

COSTO

CHF 750.- per i soci e 700.- per i non soci. Riduzione per giovani OG (16-20 anni) CHF 375.-

Nel costo sono compresi: l'istruzione, il materiale messo a disposizione, la documentazione, pernottamenti con mezza pensione e le trasferte. Le uscite perse non danno diritto ad alcun rimborso.

MATERIALE

Idoneità e completezza del materiale sono responsabilità del partecipante (e saranno controllati alla prima giornata di corso). Possibilità di ottenere materiale in prestito. ARTVA, pala e sonda verranno messi a disposizione dall'organizzazione, per tutte le uscite del corso, per chi non ne dovesse disporre.

Lista del materiale personale: [equipaggiamento racchette](#)

L'eventuale perdita o danneggiamento di materiale personale o a noleggio durante il corso è a carico dei partecipanti.

ISCRIZIONI

Tramite il sito del CAS Ticino. L'iscrizione è definitiva al momento del pagamento della quota alla serata di presentazione del corso. Si accettano al massimo 20 partecipanti (età minima 16 anni). Si terrà conto dell'ordine di entrata delle iscrizioni. La partecipazione alla serata di presentazione e alle uscite è obbligatoria.

CONDIZIONI DI PARTECIPAZIONE

Età minima 16 anni. La partecipazione alle uscite è obbligatoria. Le uscite avranno luogo con qualsiasi tempo; è possibile un cambiamento di meta a dipendenza delle condizioni del fine settimana.

Al partecipante si richiede una discreta condizione fisica e allenamento. In funzione delle condizioni, è da prevedere che si è all'aperto per tutto il giorno. Indicativamente, le escursioni saranno di 4 - 5h e con dislivelli da 500 a 700 m.

ASSICURAZIONE

È necessario possedere una sufficiente copertura assicurativa infortuni e RC. **È vivamente consigliato essere sostenitore REGA ed avere un'assicurazione annullamento viaggi.**