



CLUB ALPINO ITALIANO

La SCUOLA “ALPI MARITTIME” di IMPERIA
e la SCUOLA “SICCARDI RAIMONDO” di SANREMO
ORGANIZZANO

11° CORSO BASE DI ARRAMPICATA LIBERA

Dal 18 Ottobre al 29 Novembre 2022



Le scuole CAI di Imperia e Sanremo organizzano nei mesi di Ottobre e Novembre
11° Corso base di arrampicata libera.

INFORMAZIONI PRESSO LE SEDI CAI DI IMPERIA e SANREMO

Oppure **MARCO ZAT** Cell. 347 358 2182 (dopo le 18,00)

PROGRAMMA

Data	Ore	Lezione Teorica	Località Escursione
Mar 18 Ottobre	21,00	Sede CAI IMPERIA	
Dom 23 Ottobre			Falesia Toirano (la Cava)
Mer 2 Novembre	21,00	Sede CAI IMPERIA	
Sab 5 Novembre			Falesia Albenga (Telematica)
Mar 8 Novembre	21,00	Sede CAI IMPERIA	
Sab 12 Novembre			Falesia Albenga/Toirano/Finale Lig
Dom 13 Novembre			Falesia Albenga/Toirano/Finale Lig
Mar 15 Novembre	21,00	Sede CAI IMPERIA	
Sab 19 Novembre			Falesia Albenga/Toirano/Finale Lig
Mar 22 Novembre	21,00	Sede CAI IMPERIA	
Dom 27 Novembre			Falesia Albenga/Toirano/Finale Lig
Mar 29 Novembre		Cena fine Corso	

Note:

- Il programma sopra indicato non è definitivo e gli organizzatori si riservano il diritto di apportare modifiche. In merito alle uscite in ambiente montano si precisa che i luoghi e gli orari di ritrovo saranno concordati il martedì precedente l'escursione, e sempre condizionati dalle previsioni meteo.
- Gli organizzatori si riservano di valutare l'idoneità fisica e psicoattitudinale dei partecipanti.
- Si richiede attrezzatura adeguata.

INFORMAZIONI PRESSO LE SEDI CAI DI IMPERIA E SANREMO

IMPERIA	Piazza Ulisse Calvi, 8	Giovedì 21.15 – 22.30	
SANREMO	Piazza Cassini, 13	Mercoledì 17.30–19.00	Venerdì 21.30 - 23.00
IMPERIA	0183 273509	www.caiimperia.com	info@caiimperia.com
SANREMO	0184 505983	www.caisanremo.it	info@caisanremo.it



CLUB ALPINO ITALIANO

SEZIONI DI IMPERIA e SANREMO

11° CORSO BASE DI ARRAMPICATA LIBERA

Dal 18 Ottobre al 29 Novembre 2022

Le scuole CAI di Imperia e Sanremo organizzano nei mesi di Ottobre e Novembre
11° Corso base di arrampicata libera.

Un Corso per principianti adatto ad imparare gli aspetti tecnici e della sicurezza. Gli allievi impareranno le tecniche di arrampicata tramite un percorso formativo esperienziale in grado di accelerare incredibilmente il processo di apprendimento.

Imparare divertendosi, sembra una frase fatta, ma è proprio quello che farete!

Il Corso è articolato in lezioni teoriche che si terranno nella Sede di Imperia con argomenti che affronteranno tematiche indispensabili per il corretto approccio all'arrampicata, quali nodi e legature, strumenti di assicurazioni e materiali, assicurazione con corda dall'alto e al primo di cordata, tipologia delle rocce, allenamento. La teoria verrà messa in pratica con le uscite in falesia.

Tutti gli interessati possono rivolgersi presso le Sedi di IMPERIA e SANREMO per informazioni e per l'iscrizione da effettuarsi entro il 13 Ottobre 2022.
Numero massimo di Allievi ammessi: 14 (quattordici).

Si rammenta che è obbligatorio essere Soci CAI e che sarà richiesto un certificato medico attestante l'idoneità ad attività non agonistica.

La quota di iscrizione al Corso è di € 300,00 a Socio e comprende l'utilizzo dei materiali in comune (corde e rinvii) imbrago e casco, e l'assicurazione R.C. e Infortuni. La quota non comprende le scarpette da arrampicata, spese per pasti, spostamenti ed eventuali pernotti.

Nella quota Corso non è compresa l'iscrizione al CAI.

Scuola "Alpi Marittime" di IMPERIA - Direttore RAMOINO DAVIDE

Scuola "R. Siccardi" di SANREMO - Direttore SALESI GIANNI (INSA)

ORGANICO DEL CORSO

Direttore del Corso	RAMOINO DAVIDE	Titolo INAL
Vice Direttore	RIZZO MIRKO	IAL

ACCOMPAGNATORI	Titolo		Titolo
Colombo Carlo	INAL	Meda Piero	SEZ
Ramoino Nico	INAL	Poidebard Franco	SEZ
Barale Sandro	IAL	Puglia Roberto	SEZ
Bonfio Enrico	IA	Ricci Emanuela	SEZ
Sambuco Massimo	IA	Rossi Gianni	SEZ
Bertora Marco	SEZ	Salesi Federico	SEZ
Calvi Gianni	SEZ	Servalli Marco	SEZ
Capparelli Andrea	SEZ	Viani Marco	SEZ
Chiappa Elena	SEZ	Zat Marco	SEZ
Fresia Franca	SEZ	Balestra Fulvio	ASP
Gambaro Matteo	SEZ	Bottino Roberto	ASP
Guidi Claudio	SEZ	Collet Alessandro	ASP
Innino Mario	SEZ	Costamagna Francesco	ASP
Manzini Moreno	SEZ	Pannuti Alessandro	ASP
Marsilio Luca	SEZ	Zunino Emanuele	ASP
Novaro Laura	SEZ		

COLLABORATORI

Presidente Sez. Imperia	TAM	Moretti Leonardo
Vice Pres. Sez. Imperia	Socio	Norzi Elena
Presidente Sez. Sanremo	Socio	Bellini Giacomo
Segretario coordinatore	Socio	Lugli Giorgio