



PROGRAMMA 65° CORSO A1 2024

1	giovedì 9 maggio	Apertura corso. Cenni organizzazione/storia CAI. Equipaggiamento e abbigliamento.
2	martedì 14 maggio	LEZIONE PRATICA. Nodi e Legatura. Regolazione imbracatura e sua vestizione.
3	giovedì 16 maggio	Materiali e loro caratteristiche. Catena di sicurezza.
we01	sabato 18 maggio	USCITA IN AMBIENTE. Falesia. Progressione della cordata e soste.
	domenica 19 maggio	USCITA IN AMBIENTE. Salite varie.
4	martedì 21 maggio	Preparazione fisica: allenamento e alimentazione.
5	giovedì 23 maggio	Preparazione di una salita: valutazione delle difficoltà, pericoli in montagna
---	sabato 25 maggio	eventuale recupero
	domenica 26 maggio	eventuale recupero
6	martedì 28 maggio	LEZIONE PRATICA. Tipi di conserve e legatura.
7	giovedì 30 maggio	Cartografia e orientamento.
we02	sabato 1 giugno	USCITA IN AMBIENTE. Progressione in conserva su roccia.
	domenica 2 giugno	USCITA IN AMBIENTE. Salite varie.
8	martedì 4 giugno	Meteorologia - Neve e valanghe.
9	giovedì 6 giugno	Glaciologia
---	sabato 8 giugno	eventuale recupero
	domenica 9 giugno	eventuale recupero
10	martedì 11 giugno	Medicina in montagna - Elementi di primo soccorso
-	giovedì 13 giugno	Eventuale recupero
we03	sabato 15 giugno	USCITA IN AMBIENTE. Progressione su ghiacciaio.
	domenica 16 giugno	USCITA IN AMBIENTE. Salite varie.
11	martedì 18 giugno	Storia dell'alpinismo.
-	giovedì 20 giugno	Eventuale recupero
we04	sabato 22 giugno	USCITA IN AMBIENTE. Manovre di recupero da crepaccio.
	domenica 23 giugno	USCITA IN AMBIENTE. Salite varie.
12	giovedì 27 giugno	Chiusura corso