



PROGRAMMA 67° CORSO ALPINISMO A1 2025

1	giovedì 8 maggio	Apertura corso. Cenni organizzazione/storia CAI. Equipaggiamento e abbigliamento.
2	martedì 13 maggio	LEZIONE PRATICA. Nodi e Legatura.
3	giovedì 15 maggio	Materiali e loro caratteristiche. Catena di sicurezza.
U1/2	sabato 17 maggio	USCITA IN AMBIENTE. Didattica ed esercitazioni.
	domenica 18 maggio	USCITA IN AMBIENTE. Salite varie.
4	martedì 20 maggio	Preparazione fisica: allenamento e alimentazione.
5	giovedì 22 maggio	LEZIONE PRATICA. Tipi di conserve e legatura.
U3	sabato 24 maggio	USCITA IN AMBIENTE. Didattica ed esercitazioni.
	domenica 25 maggio	eventuale recupero
6	martedì 27 maggio	Preparazione di una salita: valutazione delle difficoltà, pericoli in montagna.
7	giovedì 29 maggio	Cartografia e orientamento.
---	sabato 31 maggio	weekend libero
	domenica 1 giugno	weekend libero
8	martedì 3 giugno	Glaciologia.
9	giovedì 5 giugno	Neve e valanghe.
U4	sabato 7 giugno	USCITA IN AMBIENTE. Salite varie.
	domenica 8 giugno	eventuale recupero
-	martedì 10 giugno	Eventuale recupero
10	giovedì 12 giugno	Meteorologia.
U5/6	sabato 14 giugno	USCITA IN AMBIENTE. Didattica ed esercitazioni.
	domenica 15 giugno	USCITA IN AMBIENTE. Salite varie.
-	martedì 17 giugno	Eventuale recupero
11	giovedì 19 giugno	Medicina in montagna - Elementi di primo soccorso.
---	sabato 21 giugno	eventuale recupero
	domenica 22 giugno	eventuale recupero
-	martedì 24 giugno	Eventuale recupero
12	giovedì 26 giugno	Storia dell'alpinismo.
U7/8	sabato 28 giugno	USCITA IN AMBIENTE. Didattica ed esercitazioni.
	domenica 29 giugno	USCITA IN AMBIENTE. Salite varie.
-	martedì 1 luglio	Eventuale recupero
13	giovedì 3 luglio	Chiusura corso: e da domani?