

SCUOLA DI
SCI ALPINISMO MARIO RIGHINI
CORSI 2012
PER SCIATORI E SNOWBOARDER



SA1 corso di introduzione

■ Il **Corso di Introduzione, SA1**, si rivolge a chi affronta per la prima volta la montagna invernale sia con gli sci che con la tavola o a chi vuole migliorare le proprie conoscenze e capacità scialpinistiche. Durante il corso effettueremo gite su percorsi medio-facili e insegneremo le precauzioni da prendere per ridurre i rischi dell'ambiente alpino invernale. Per frequentare il corso con profitto e in sicurezza è necessario il possesso di una buona tecnica di discesa in pista. Per chi volesse chiarimenti sul corso, giovedì **1 dicembre 2011** vi sarà in sede una presentazione della Scuola e della sua attività. Il corso si articola in una prova in pista e fuoripista, in sei uscite durante il fine settimana (tre in giornata e tre con partenza il sabato e pernottamento in rifugi alpini) e in numerose lezioni teoriche che si terranno tutti i giovedì sera con inizio alle ore 21.15, oltre a un sabato pomeriggio.

SA2 corso avanzato

■ Il **Corso Avanzato, SA2**, si rivolge a tutti coloro che hanno già frequentato "con profitto" un corso di introduzione allo scialpinismo (SA1) e desiderano imparare a muoversi in un ambiente di alta montagna. Verrà verificato il possesso di buona preparazione fisica e allenamento fin dalla prima uscita, in quanto il corso prevede dei lunghi percorsi sia su ghiacciaio sia a carattere alpinistico. Il corso si articola in una serie di lezioni teoriche che si terranno il giovedì sera, più due mercoledì sera, e in cinque uscite pratiche con partenza il sabato mattina e pernottamento in rifugi alpini. A causa della spiccata variabilità meteorologica primaverile saranno possibili cambiamenti di data: è quindi opportuno che i frequentatori del corso siano disponibili anche per due fine settimana non programmati, dopo la fine del corso ufficiale.

2012 appuntamento

- **giovedì 1 dicembre 2011 ore 21.00** presentazione della **Scuola** e delle sue attività.
- **ogni giovedì sera** non festivo (dal 1 dicembre) ci trovi in sede per info.
- **giovedì 12 gennaio 2012 ore 21.00** inaugurazione corso **SA1**.
- **le iscrizioni** al **SA1** apriranno il giorno **28 novembre 2011**.
- **giovedì 1 marzo 2012 ore 21.00** inaugurazione corso **SA2**.
- **le iscrizioni** al **SA2** apriranno il giorno **19 gennaio 2012**.
- i **calendari** dei corsi e delle **lezioni** sono sul sito.

www.scuolarighini.it

info@scuolarighini.it

ci trovi in sede CAI-Milano in via S.Pellico, 6