

## Mercoledì 19 febbraio 2025 - ore 21

Lezione teorica - On line (SFE-SE2)

Programmazione di una escursione

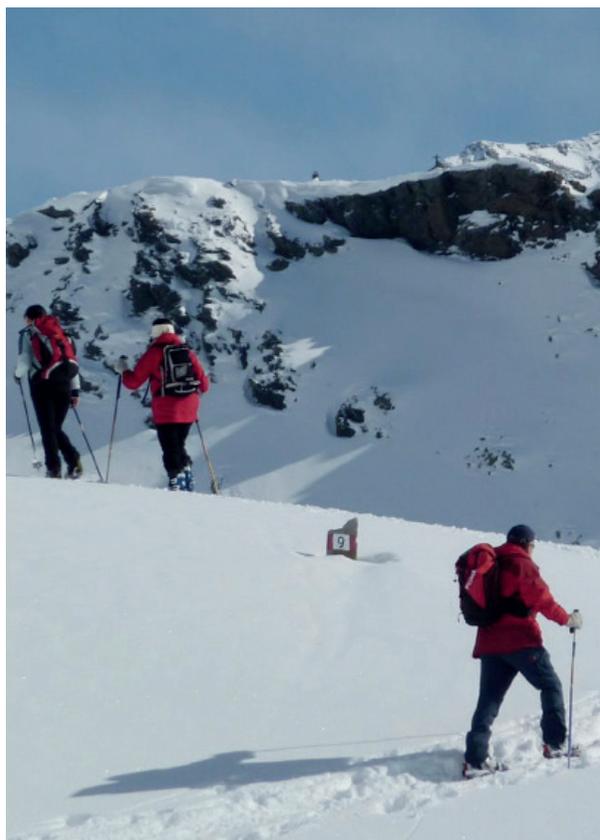
## Sabato 22 Domenica 23 febbraio 2025

Uscita pratica Corso di Fondo

Passo Coe - Folgaria (Auto)

Esercizi in pista ed escursioni

- \* Tutte le uscite pratiche potrebbero subire variazioni in caso di meteo particolarmente avverso. Nel caso sia necessario il recupero di una uscita, verrà comunicata la data e il luogo.
- \* I pernottamenti sono in albergo con trattamento di mezza pensione.



Club Alpino Italiano  
Sezione di Modena  
Fondata nel 1875



Scuola di Sci Escursionismo  
"Celino Dall'Asta"

# CORSO 2025

# SCI FONDO

# ESCURSIONISMO

# (SFE)



**20 NOVEMBRE ORE 21,00**  
**PRESENTAZIONE DEL CORSO**



Club Alpino Italiano  
Sezione di Modena  
Fondata nel 1875

Via IV Novembre 40 – 41123 Modena  
Tel 059 826914  
E-mail: [segreteriacaimodena@gmail.com](mailto:segreteriacaimodena@gmail.com)  
[www.cai.mo.it](http://www.cai.mo.it)  
Orari Segreteria:  
martedì 20.30/23  
mercoledì e venerdì 17/19.30

## CORSO DI SCI FONDO ESCURSIONISMO

Il Corso di **Sci di fondo SFE** è rivolto a principianti assoluti oppure a persone già in possesso delle tecniche sciistiche di base (sci alpino e/o sci nordico), che desiderano imparare a muoversi in ambiente innevato in ragionevole sicurezza con gli sci da fondo.

Durante il corso gli allievi apprenderanno le tecniche sciistiche di base di salita e discesa con gli sci da fondo o da sci escursionismo, prenderanno inoltre conoscenza dei principali aspetti che caratterizzano l'ambiente della montagna invernale con particolare riferimento alla prevenzione degli incidenti e alla sicurezza. Le uscite pratiche si svolgeranno lungo itinerari di bassa difficoltà su pista da fondo o su brevi percorsi privi di battitura.

Gli allievi potranno noleggiare l'attrezzatura necessaria (sci, bastoncini e scarpe) presso i negozi convenzionati.

### REGOLAMENTO

- Il Corso è riservato ai Soci in regola con la quota 2025
- Il numero minimo di partecipanti è fissato in **10** quello massimo in **15**.
- Le lezioni teoriche si terranno alle ore 21.00 in modalità telematica.
- Le lezioni pratiche avverranno con qualsiasi condizione di tempo, salvo avviso contrario della Direzione del corso.
- I viaggi da Modena, saranno effettuati con auto.
- Gli allievi sono tenuti a presentarsi al corso in buone condizioni di allenamento.
- Durante le lezioni pratiche non ci si deve allontanare senza permesso del Maestro o del Direttore del corso.
- Durante lo svolgimento delle lezioni pratiche i partecipanti sono tenuti a una condotta ordinata e al rispetto degli orari.

## QUOTA DEL CORSO

- La quota di iscrizione per il Corso di Sci Fondo Escursionismo è fissata in **€ 160,00 euro** (uscite con mezzi propri costi da dividere tra gli occupanti).

La quota comprende:

- l'organizzazione;
- l'uso del materiale collettivo;
- costi maestri FISl per 2 lezioni (Corso di Fondo)

Restano escluse le spese di albergo o rifugio, gli ingressi alle piste, il noleggio dell'attrezzatura e viaggi in auto.

Chi rinuncia a frequentare il corso prima del suo inizio, avrà diritto al rimborso della quota ridotta del 15% solo se il posto lasciato libero verrà occupato da altra persona. Chi rinuncia a corso già iniziato non avrà diritto ad alcun rimborso.

Pur assicurando di operare con prudenza, la Direzione del Corso declina ogni responsabilità per eventuali incidenti causati da quei pericoli oggettivi che la pratica della montagna comporta e che devono essere considerati accettati consapevolmente da chiunque si accinge ad iniziare questa attività per il resto magnifica e piena di soddisfazioni.

### MODALITÀ DI ISCRIZIONE

- Le iscrizioni si ricevono presso la Segreteria del CAI di Modena dal 20 Novembre - fino a mercoledì 18 Dicembre prima dell'inizio della prima lezione teorica.
- n° 1 fotografia (in caso d'iscrizione al Club).
- Un certificato medico attestante l'idoneità all'attività sportiva non agonistica da consegnare entro mercoledì **22 gennaio 2025**.  
Chi ne fosse sprovvisto non potrebbe partecipare all'uscita pratica.
- Pagare la quota di Iscrizione entro mercoledì **18 dicembre 2024**.

## PROGRAMMA

### Mercoledì 20 novembre 2024 - ore 21

Sede CAI Modena - via IV Novembre 40  
*Presentazione del Corso - In presenza*  
Il CAI - Obiettivi del corso

### Mercoledì 18 dicembre 2024 - ore 21

*Lezione teorica - On line* (SFE-SE2)  
Attrezzatura e abbigliamento

### Mercoledì 15 gennaio 2025 - ore 21

*Lezione teorica - On line* (SFE-SE2)  
Topografia, orientamento e cenni sull'uso del GPS

### Mercoledì 22 gennaio 2025 - ore 21

*Lezione teorica - On line*  
Tecniche dello sci di fondo (SFE)  
Tecniche di ricerca ARTVA, sondaggio e scavo (SE2)

### Sabato 25 Domenica 26 gennaio 2025

*Uscita pratica Corso di Fondo*  
Asiago (VI) (Auto)  
Lezioni con maestri FISl

### Mercoledì 29 gennaio 2025 - ore 21

*Lezione teorica - On line* (SFE-SE2)  
Nivologia e analisi del manto nevoso

### Mercoledì 5 febbraio 2025 - ore 21

*Lezione teorica - On line* (SFE-SE2)  
Meteorologia e bollettini nivo-meteorologici

### Sabato 8 e Domenica 9 febbraio 2025

*Uscita pratica Corso di Fondo*  
Passo Lavazè (TN) (Auto)  
Esercizi in pista e escursioni

### Mercoledì 12 febbraio 2025 - ore 21

*Lezione teorica - On line* (SFE-SE2)  
Pericoli dell'ambiente invernale montano  
Primo soccorso e chiamata del soccorso