

L'Alpinismo Giovanile nasce con lo scopo di avvicinare i giovani alla montagna, far conoscere e rispettare l'ambiente, garantire una formazione tecnica di base ed offrire l'opportunità di socializzare attraverso la partecipazione ad attività escursionistiche o alpinistiche e di carattere culturale.

L'attività è rivolta ai ragazzi dagli 8 ai 17 anni, Soci CAI, accompagnati da persone che operano all'interno della Sezione del CAI di Cremona, motivate e preparate tramite appositi corsi di formazione ed aggiornamento.

La montagna offre molte opportunità per divertirsi, giocare, dare sfogo alla fantasia e liberare la creatività nel regno della Natura.

Sarà anche l'occasione per vivere esperienze di gruppo, di collaborazione e solidarietà. Per accrescere il proprio bagaglio culturale di carattere naturalistico, storico, geografico. Verranno trasmesse le primarie conoscenze tecniche che consentiranno ai ragazzi, in futuro, di andare in montagna autonomamente e con la massima sicurezza.

REGOLE per un PICCOLO GRANDE ALPINISTA:

- conosci la montagna e affrontala con rispetto
- prepara il tuo fisico e impara a dosare le tue forze
- non allontanarti mai dal Gruppo, stai sempre vicino al tuo Accompagnatore e segui le sue indicazioni
- ascolta i consigli di chi ha più esperienza
- evita rumori inutili
- non correre: non ci sono avversari da battere!
- impara a rinunciare, quando il tempo peggiora o pensi che le tue forze non ti consentano di proseguire l'escursione. Le montagne non scappano!
- lo zaino deve contenere solo l'indispensabile ma non deve mancare niente di quello che serve
- aiuta chi è in difficoltà
- i tuoi rifiuti riportali a valle
- rispetta l'ambiente

Regolamento e Modalità d'iscrizione

- L'iscrizione avviene consegnando il tagliando d'iscrizione compilato in ogni sua parte.
- Le iscrizioni si ricevono presso la Sede CAI di Cremona - Via Palestro, 32 - il giovedì dalle ore 21⁰⁰ alle ore 22⁰⁰ e il martedì dalle ore 17³⁰ alle ore 18³⁰.
- Apertura iscrizioni: **Giovedì 31 Maggio 2012**
- Ultimo giorno di iscriz.: **Giovedì 7 Giugno 2012**
- La gita si effettua con qualsiasi condizione meteorologica.
- In caso di problemi sanitari (allergie, asma, ecc...), anche richiedenti l'uso di farmaci personali, si invitano i genitori a segnalarne la presenza agli accompagnatori.
- Si raccomanda la massima puntualità alla partenza.
- La quota, da versare all'atto dell'iscrizione, è fissata in:
15,00 € per i SOCI CAI
20,00 € per i NON SOCI
- In caso di rinuncia nei giorni antecedenti il termine di chiusura delle iscrizioni, si prega di avvisare la sede CAI: in tale ipotesi sarà restituita la quota versata. In caso di rinuncia oltre tale termine, si prega di avvisare chiamando uno dei numeri di cellulare indicati. La quota versata verrà restituita solo se il posto in pulman potrà essere rimpiazzato. Caso contrario non verrà resa.



Prossima Uscita
9 Settembre 2012
Dolomiti di Brenta (TN)



GRUPPO DI ALPINISMO GIOVANILE
Sezione CAI di Cremona

Arrampicata su roccia

Muro dell'Asino
Arco (TN)

Domenica
10 Giugno 2012

Sulle pareti di roccia della Valle
del Sarca, terreno di gioco di
grandi alpinisti

 Per ragazzi dagli 8 ai 17 anni
Preferibilmente Soci CAI!

ARCO (TN) Arrampicata su roccia

Ritrovo:

ore 7:00 via Dante, presso la stazione degli autobus.

Ritorno previsto:

ore 19:00 circa, sempre in via Dante.

Dislivello: 300 mt. circa

Difficoltà:

Escursione su sentiero e arrampicata su roccia.



Per informazioni

Sede CAI Cremona - tel. 0372 422400

e-mail: cremona@cai.it

visita la sezione dedicata all'Alpinismo Giovanile sul sito www.caicremona.it



e-mail: alpinismo.giovanile@caicremona.it



Piero Pensa 338 4512511
Gianni Toscani 338 5663661
Giulio Galli 347 2249197

Descrizione programma della giornata:



Arrivati ad Arco proseguiremo a piedi fino alla località Laghel da dove inizia un sentiero che sale fino allo spiazzo erboso di fronte al quale troveremo la parete denominata "Il muro dell'asino". Non conosco il motivo di questo appellativo curioso, il posto però è piacevole, c'è anche un'area pic-nic e poco più in là ci sono altre pareti di arrampicata un po' più difficili. Noi ci fermeremo sulla prima, sperando che non ci siano già altre persone, altrimenti si sta un po' stretti e soprattutto speriamo che il tempo non ci faccia brutti scherzi, nelle ultime gite non siamo stati molto fortunati.



Tutta la giornata sarà dedicata alla arrampicata e in più faremo un ripasso dei nodi e del loro utilizzo. Il pranzo al sacco ognuno lo consumerà quando crede meglio, è bene sapere però che in prossimità non ci sono bar o rifugi, quindi tutti devono avere acqua e cibo a sufficienza. Alle ore 15 si scende verso il pullman per il ritorno.

L'equipaggiamento



Indosso:

- Scarponcini con suola in gomma (obbligatori)
- Vestiario comodo e adatto alla media montagna.

Nello zaino:

- Borraccia o bottiglietta di plastica con acqua.
- Imbracatura, casco, moschettoni e scarpette (chi li possiede)
- Pranzo al sacco e borsina per i rifiuti.
- Giacca o felpa o pile, mantellina per la pioggia.
- Eventuali medicinali personali.
- Copricapo, bandana, tessera CAI. ,

Ricorda di mettere nello zaino solo il necessario: quando è pieno PESA !!!



In una borsina da lasciare sul pullman:

- Indumenti di ricambio: maglietta, pantaloni, calze e scarpe da ginnastica.
- Sacchetto di plastica per scarponi e indumenti bagnati.
- Merenda



meglio 1 giorno infangati sul sentiero che 100 davanti alla TV!