

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 20 Dicembre 2012**
Ultimo giorno di iscriz.: **Giovedì 17 Gennaio 2013**
- 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:
20,00 € per i SOCI CAI
27,00 € per i NON SOCI
Noleggio sci, scarpe 10,00 €, sotto 10 anni 5,00 €
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 pullman potrà essere rimpiazzato. Caso contrario non verrà resa.



Prossima Uscita
10 Febbraio 2013
Rifugio Campogrosso (VI)



GRUPPO DI ALPINISMO GIOVANILE
Sezione CAI di Cremona

Prealpi Gardesane

Monte Stino
Capovalle (BS)

Domenica
20 Gennaio 2013

Sci...volando
con gli sci di fondo

 Per ragazzi dagli 8 ai 17 anni
Preferibilmente Soci CAI!

Monte Stino—Capovalle (BS) Sci di fondo

Ritrovo:

ore 7.00 via Dante, presso la stazione degli autobus.

Ritorno previsto:

ore 19:00 circa, sempre in via Dante.

Dislivello: Percorso ondulato in falsopiano.

Lunghezza 5 Km. ad anello

Difficoltà: Pista considerata Tecnica-Turistica



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:



La gita è prevista per praticare lo sci di fondo. Essendo una disciplina che comporta l'utilizzo di attrezzatura specifica, abbiamo preso contatti con largo anticipo con una associazione locale per la fornitura a nolo di sci, bastoncini e scarpe. Quando arriveremo al Monte Stino ci sarà qualcuno di questa associazione ad

attenderci presso un locale attrezzato e predisposto per il cambio scarponcini. Una volta pronti, via, si scia. Per il giro completo della pista occorre ipotizzare un paio di ore. Ci sarà sicuramente chi farà più presto, ma non c'è da correre, dobbiamo solo imparare e divertirci. Cosa importante per tutti: non bisogna mai rimanere soli, stare sempre vicino agli Accompagnatori. Alle ore 12.30 ci dovremo trovare tutti alla baita rifugio dove ci hanno consegnato gli sci per il pranzo al sacco. Dopo si ritorna sulla pista, chi vuole può anche rimanere sul posto e inventare qualche gioco sulla neve. L'importante è che la neve ci sia però altrimenti sarà ben difficile attuare tutto questo bel programma. SPERIAMO!!



L'equipaggiamento



Indosso:

- Scarponcini idrorepellenti e calze pesanti
- Tuta o pantaloni adatti per la neve, pile, copricapo caldo e guanti da neve.
- Giacca a vento

Nello zaino:

- Borraccia o bottiglietta di acqua.
- Pranzo al sacco e borsina per i rifiuti.
- Occhiali da neve.
- Eventuali medicinali personali.
- 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!*