



Roma, 10.07.2025

Prot. n. 2546

Ai Comitati Regionali AICS  
Ai Comitati Provinciali AICS  
Alle Società di Arrampicata AICS

-----  
Loro Sedi

Oggetto: ***Corso di Formazione per Istruttori di Arrampicata Sportiva AICS – Belluno – 01-02-03-05-06-07 settembre 2025 – on line e in presenza.***

La Direzione Nazionale, in collaborazione con il Comitato Provinciale AICS di Belluno organizza il **Corso di Formazione per Istruttori di Arrampicata Sportiva AICS** che si terrà a San Tommaso Agordino (Belluno) presso la Vertik Area Dolomiti **nei giorni 01-02-03-05-06-07 settembre 2025.**

Il Corso è rivolto agli appassionati di arrampicata in possesso della tessera associativa valida alla data di svolgimento del corso, che, frequentando le lezioni, potranno acquisire le competenze necessarie ad un Istruttore di arrampicata sportiva, nello specifico: didattica (bambini e adulti) per la progressione in parete, modalità corrette per arrampicare per primi in cordata, regole di sicurezza nelle palestre di arrampicata. Il corso sarà tenuto dall'Istruttore di Arrampicata, guida alpina e dr. naturalista **Valerio Scarpa** e dal Presidente del Comitato Provinciale AICS di Belluno **Davide Capponi**. Al termine del corso sarà necessario sostenere l'esame finale che, in caso di esito positivo, permetterà di ottenere il Diploma Nazionale AICS e l'iscrizione all'albo nazionale con il quale è possibile insegnare nei Circoli AICS del territorio nazionale. Il corso avrà la durata di **32 ore di lezioni**, teoriche e pratiche

Il livello richiesto ai candidati è di arrampicare in strutture indoor su gradi 6b lavorato. I candidati dovranno essere in possesso di certificato medico di idoneità alla pratica sportiva in corso di validità.

## **Elementi informativi :**

### **1a LEZ. ONLINE 2 h**

#### **PRESENTAZIONE E OBIETTIVI**

Presentazione docenti e allievi.

Prima parte

Presentazione: L'ENTE AICS; Il Registro di Sport & Salute; la nuova normativa sui compensi e contratti sportivi; P.Iva per un istruttore.

Seconda parte

Elemento cardine nell'attività di un arrampicatore in primis e di un istruttore poi: la Sicurezza.

Due aspetti fondamentali da non dimenticare:

- sicurezza durante le nostre attività di istruttori
- sicurezza trasmessa agli allievi nelle loro future attività in autonomia.

La nostra scala di "valori" è:

1° sicurezza

2° divertimento

3° raggiungimento degli obiettivi prefissi.

MATERIALI DELL'ARRAMPICATA\_. Normativa specifica ... omologazioni dedicate;\_. Durata dei materiali\_. Conservazione delle documentazioni ai fini della garanzia;\_. Verifiche periodiche dei materiali e delle strutture\_. IMBRAGHI per attività indoor, quali e perché\_. CORDE quali e perché\_. MOSCHETTONI, quali e perché\_. NODI quali e perché\_. FRENI quali e perché\_. L'OHM\_. USO DEL MAGNESIO\_. SCARPETTE

### **2a LEZ. on line 3 h**

#### **LA GESTIONE DI UNA SALA D'ARRAMPICATA**

Tipologia di sala e scelte gestionali

Muro d'interesse locale - associazione (quale tra le tante?)\_Muro d'interesse "nazionale" - società + associazione\_Enti di promozione/FASI.

Progressione didattica ideale:\_4 lezioni corso base

4 lezioni corso intermedio\_4 lezioni corso avanzato\_4 lezioni corso su roccia \_Focus individuali/di coppia (gestione della sicura, il volo, l'allenamento ...)\_La collaborazione con professionisti terzi (guide alpine, fisioterapisti, ecc.)

LA GESTIONE BUROCRATICA DELLA SICUREZZA IN PALESTRA \_Titoli in possesso del personale\_Corsi/Aggiornamenti in materia di

. Normativa sul lavoro\_. Arrampicata\_. Primo e Pronto soccorso\_. BLSD\_. Antincendio

#### **IL CONTRATTO DI ASSICURAZIONE**

Scelta del tipo di contratto d'assicurazione

Valutazione del rischio e dei costi di gestione (ASD vs SRL)

Principali azioni a riduzione del rischio legale.

### 3a LEZ on line 3 h

LA SICUREZZA IN UNA SALA D'ARRAMPICATA (3h)

LA SICUREZZA IN ARRAMPICATA\_. Fondamentale L'ATTEGGIAMENTO ... nulla può sostituirsi alla distrazione\_. Il PARTNER CHECK ... come farlo nel dettaglio\_. GESTIONE ACCORTA DELLA SICURA\_- al primo di cordata\_- al secondo di cordata\_PREMIO AL MIGLIOR FRENO ... Qual'e'?\_Analizziamo i diversi prodotti in circolazione.\_OCCHIALINI PRISMATICI ... il loro vero valore riguarda la sicurezza!\_IL VALORE DEL NOSTRO COMPORTAMENTO IN STRUTTURA\_PRINCIPALI ERRORI NELLA GESTIONE DELLA SICUREZZA\_. Mancato partner check\_. Scalo in strapiombo senza rinvii passati\_. Scalo non sulla corda con i rinvii passati\_. Scalo da secondo con un solo moschettone in catena\_. Sto sotto a uno che scala\_. Sto tra la parete e chi fa sicura\_. Sto lontano dalla parete mentre faccio sicura\_. Non antico la gestione della corda.

Comunico con il compagno in modo inadatto\_. Distraggo chi sta facendo sicura\_. Inizio una via nel momento sbagliato ... arrampicatore/i già impegnati su vie contigue ... da primi, da secondi? GESTIONE SICUREZZA SUGLI AUTOBELAY\_GESTIONE DELLA CALATA ... prima volta - esatta posizione di chi scende, esatte manovre dell'assicuratore. \_IN CASO DI PANICO DA CALATA\_. faccio tutto a due metri da terra\_. comunicazione univoca (voi zitti!), tono della voce rilassato, non urlo;\_se ancora non bastasse ...\_. salgo la via accanto, prendo per mano e inseguo la posizione corretta.\_A tal proposito ...\_IL GESTORE INDOSSA SEMPRE\_. imbrago\_. freno pronto all'uso\_. scarpe efficaci per arrampicare velocemente sul facile\_. in più sarà sempre pronta una corda già filata.\_PRINCIPALI EMERGENZE DA GESTIRE\_. Uno sale non legato: farlo attaccare ad un rinvio e fargli arrivare la corda (per questo motivo rinvii corti sotto, lunghi sopra)\_. freno passato storto: due soluzioni - gestisco il freno con maggiore attenzione, un altro monta un secondo freno a valle del primo e solo DOPO, con una manovra veloce, tolgo quello sbagliato (io preferisco la prima soluzione)\_. freno agganciato con un solo anello (grigli su tutti) ... monto un secondo dispositivo a valle e tolgo il primo.\_. corda insufficiente a completare il tiro: lego una seconda corda, monto un secondo freno su questa, mi faccio aiutare per mettere in carico il secondo freno e per smontare il primo ... a questo punto ho alcuni metri a mia disposizione; non bastassero, qualcuno sale la via a fianco liberando la corda dai rinvii, permettendo così al nodo di giunzione di salire maggiormente.

COMUNICAZIONE E SICUREZZA IN PALESTRA

Moduli da firmare

Cartellonistica

Video

Momenti formativi/informativi

Presidio fisico

**1a GIORNATA IN PRESENZA 8 h.\_PRESENTAZIONE "DE VISU" e SELEZIONE - 4 ore.**

Selezione\_- due itinerari di "difficoltà" (6b/+)\_- di cui uno in placca, uno in strapiombo, da primi\_- due problemi boulder da affrontare in modo didattico

- una prova di sicura al primo di cordata\_- un colloquio conoscitivo/motivazionale.

Per quanto riguarda la prova di difficoltà, sarà fondamentale non tanto la salita in toto, quanto la

dimostrazione di possesso di quelle abilità motorie necessarie ad affrontare correttamente una progressione complessa come può essere quella richiesta da una via di 6b+.

#### PRESENTAZIONE DELLA PALESTRA E DELLE DIVERSE DISCIPLINE (2h)

Spazi

Discipline

Ruoli

Attività

#### DIDATTICA CON BAMBINI/RAGAZZI (2h)

Importanza del lavoro a terra

. a specifico – coordinazione di base

. specifico – in parete/a terra con strumenti specifici (tronchetti, scala piana, prese a terra, ecc.)

### 2a GIORNATA IN PRESENZA 8h.

#### FAR SICURA IN ARRAMPICATA (4h)

. La sicura al secondo di cordata

. La sicura al primo di cordata

. la giusta tecnica e come insegnarla (metodo della coda, del falso primo)

. prove di utilizzo dei vari dispositivi di assicurazione.

#### TECNICHE DI PROGRESSIONE (4 h)

. Posizione di base, o di riposo\_. Dinamica di progressione (qualunque essa sia, prevede una fase di disequilibrio e, come tale, l'utilizzo della forza)\_. Le tecniche di progressione si giustificano per il fatto che "migliore sarà la tecnica, minore sarà il dispendio di energie"\_. Progressione su parete appoggiata\_. Focus: passo in aderenza\_. Progressione a schema incrociato\_. Focus: cambio piede, lateralità, bilanciamento\_. Progressione in diedro\_. Focus: sostituzione e spostamento del bacino\_.

Gestione energetica di una salita ... atteggiamenti, posizione del baricentro, spinta di gambe, compito degli addominali\_. Il Lancio, il rilancio, la lolotte

### 1. Cronoprogramma delle lezioni

Data	Orario	Materie	Docenti
01/09/2025 On line	20,00 / 22,00	Presentazione ed obiettivi del Corso. L' AiCS. Materiali dell'Arrampicata.	Davide Capponi
02/09/2025 On line	20,00 / 23,00	Gestione di una sala d'arrampicata. Gestione Burocratica e sicurezza in Palestra. Il Contratto di Assicurazione.	Valerio Scarpa
03/09/2025 On line	20,00 / 23,00	Sicurezza in una sala di Arrampicata. Comunicazione e sicurezza in Palestra.	Valerio Scarpa
05/09/2025 In presenza	08,00 / 13,00 14,00 / 17,00	Presentazione "De Visu" e Selezione. Presentazione della Palestra e delle diverse	Valerio Scarpa

		discipline. Didattica con Bambini/Ragazzi.	
06/09/2025 In presenza	08,00 / 13,00 14,00 / 17,00	Far sicura in Arrampicata. Tecniche di Progressione.	Valerio Scarpa
07/09/2025 In presenza	08,00 / 13,00 14,00 / 17,00	Tecniche di Progressione. Esame finale.	Valerio Scarpa

### ISCRIZIONE AL CORSO

L'iscrizione al Corso dovrà essere effettuata, entro il **20 agosto**, compilando il modulo allegato, e dovrà essere inoltrata esclusivamente via e-mail al Comitato Provinciale AICS di Belluno [belluno@aics.it](mailto:belluno@aics.it) e per conoscenza alla Direzione Nazionale AICS – Dipartimento Sport all'indirizzo e-mail [dnsport@aics.info](mailto:dnsport@aics.info). **La quota di iscrizione è di € 250,00** (a persona) ed è comprensiva della documentazione didattica, del diploma nazionale AICS, del tesserino di Istruttore e dell'iscrizione all'Albo Nazionale AICS. Detta quota dovrà essere versata tramite bonifico bancario intestato a: AICS – Comitato Provinciale di Belluno – IBAN IT54 P053 8711 9000 0000 2328 109 – Causale: Nome, Cognome, Iscrizione Corso. Il Corso sarà attivato al raggiungimento di un minimo di 5 iscritti (chiusura iscrizioni al raggiungimento di 25 adesioni).

Cordiali saluti.

Il Responsabile Nazionale Dipartimento Sport  
Filippo Tiberia





## MODULO DI ISCRIZIONE

### CORSO DI FORMAZIONE PER ISTRUTTORI ARRAMPICATA SPORTIVA INDOOR

#### BELLUNO – 01-02-03-05-06-07 settembre 2025

**COMPILARE IN TUTTE LE SUE PARTI E INVIARE ENTRO IL 20/08/2025 A: [belluno@aics.it](mailto:belluno@aics.it) e p.c. a [dnsport@aics.it](mailto:dnsport@aics.it).**

Cognome \_\_\_\_\_ Nome \_\_\_\_\_

Luogo di nascita \_\_\_\_\_ Data di nascita \_\_\_\_\_

Residente a (città) \_\_\_\_\_ CAP \_\_\_\_\_ Provincia \_\_\_\_\_

Via \_\_\_\_\_ n. \_\_\_\_\_

Codice Fiscale \_\_\_\_\_ Tel. cellulare \_\_\_\_\_

Indirizzo e-mail \_\_\_\_\_ Tessera AICS n. \_\_\_\_\_

Nome Società AICS \_\_\_\_\_

Codice Società AICS n. \_\_\_\_\_ Comitato Provinciale di appartenenza \_\_\_\_\_

**Il/la sottoscritto/a:**

**DICHIARA** di aver preso visione dei prerequisiti richiesti, degli obiettivi e dei contenuti del corso e di essere a conoscenza delle normative riguardanti l'abilitazione oggetto del corso previste nei regolamenti AICS.

**DICHIARA** di essere a conoscenza che, ai sensi del capo VI, art. 76(L) del D.P.R. 445/2000, le dichiarazioni mendaci, la falsità negli atti e l'uso di atti falsi sono puniti ai sensi del Codice penale e delle leggi speciali.

ACCETTA tutti i termini e le condizioni stabilite nel presente modulo e tutte quelle relative allo svolgimento del Corso.

Data \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_ Firma \_\_\_\_\_

**Informativa privacy ai sensi dell'art.13 del Regolamento EU 2016/679**

Ai sensi dell'art.13 del GDPR 2016/679/UE e successive modifiche o integrazioni, il partecipante dichiara di essere stato informato che i suoi dati personali, acquisiti tramite il modulo di iscrizione o all'atto della partecipazione al corso, saranno trattati da AICS con l'ausilio di mezzi elettronici per finalità riguardanti l'esecuzione degli obblighi derivanti dalla partecipazione al corso.

Con riferimento all'eventuale pubblicazione del materiale video e/o fotografico realizzato durante i corsi il sottoscritto

- Presta il consenso**  
 **Nega il consenso**

Con riferimento alla registrazione delle lezioni che si tengono in videoconferenza il sottoscritto

- Presta il consenso**  
 **Nega il consenso**

Data \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_ Firma \_\_\_\_\_

**QUOTA DI PARTECIPAZIONE: € 250,00**

**MODALITÀ DI PAGAMENTO: BONIFICO BANCARIO**

INTESTATO A: AICS COMITATO PROVINCIALE DI BELLUNO - **IBAN: IT54 P053 8711 9000 0000 2328 109;**  
**CAUSALE: NOME, COGNOME, CORSO ARRAMPICATA INDOOR - BELLUNO**