



FORMAZIONE F.A.S.I.

# LINEE GUIDA

**Corso di Specializzazione:  
Falesia e Boulder**

**Tecnici  
Allenatori 2°, 3° e 4° Livello**

Approvate con Delibera del Presidente Federale n.5/2025

Febbraio 2025

## AMBITI OPERATIVI

### Premesse generali

#### Definizione di arrampicata sportiva

L'Arrampicata Sportiva con finalità olimpiche è definita come l'arrampicata praticata a scopo agonistico, amatoriale o per l'educazione motoria, svolta sia su pareti artificiali che su pareti rocciose. In entrambi i casi le pareti vengono appositamente attrezzate per essere scalate passando per itinerari specifici che possono avere diverse difficoltà. L'attività di arrampicata sportiva può essere svolta sia su pareti artificiali/naturali equipaggiate per la disciplina lead; che su pareti artificiali o massi rocciosi opportunamente messi in sicurezza per la disciplina boulder.

Pur essendo una disciplina sportiva relativamente giovane, l'Arrampicata Sportiva affonda le sue radici nell'alpinismo tradizionale. Il suo riconoscimento ufficiale a livello competitivo risale al 1985, quando in Italia, a Bardonecchia, si tenne la prima competizione internazionale "SportRoccia". Tuttavia, l'evoluzione di questo sport ha attraversato diverse fasi, dalle prime imprese alpinistiche alla scoperta delle falesie e del bouldering, fino alla più moderna concezione dell'arrampicata su strutture artificiali, che hanno reso questa pratica accessibile in contesti urbani.

L'obiettivo degli arrampicatori sportivi è il superamento di itinerari di difficoltà progressiva, facendo leva sulle proprie abilità fisiche e tecniche. La progressione è possibile grazie all'impiego di specifici dispositivi di protezione come ad esempio gli spit, la corda o i crashpad, il cui utilizzo è finalizzato alla tutela dell'atleta in caso di caduta, senza costituire un ausilio alla progressione.

L'arrampicata sportiva è una disciplina sportiva riconosciuta dal CONI ed è compresa nell'elenco delle discipline sportive ammissibili per l'iscrizione al Registro delle Associazioni e Società Sportive Dilettantistiche con il seguente identificativo:

id	Sport	disciplina
AD002	Arrampicata Sportiva	Su roccia (Boulder; Lead)
AD003	Arrampicata Sportiva	Su strutture artificiali (Boulder; Speed; Lead)

### Statuto FASI

L'art. 1 dello statuto prevede:

*"La Federazione Arrampicata Sportiva Italiana (di seguito denominata F.A.S.I.), è l'associazione apolitica e aconfessionale, che in Italia coordina e organizza l'attività didattica, formativa, agonistica ed amatoriale dell'Arrampicata Sportiva praticata sulla roccia e su apposite strutture artificiali nelle diverse discipline della Lead, del Boulder e della Speed, ed è costituita dalle Società Sportive o Associazioni Sportive – regolarmente affiliate – che nell'ambito delle regole del dilettantismo e senza scopi di lucro, ne propagano l'idea e ne realizzano gli scopi."*

Si sottolinea pertanto, che in base alle discipline sportive riconosciute dal CONI e in base allo statuto della FASI, l'ambito entro il quale possono operare i tecnici e affiliati FASI è esclusivamente quello della disciplina dell'Arrampicata Sportiva praticata su roccia e su apposite strutture artificiali nelle diverse discipline Lead, Boulder e Speed, nell'ambito delle regole del dilettantismo e senza scopi di lucro.

## Scopo del corso

Il corso ha l'obiettivo di formare figure tecniche secondo il profilo di competenze definito all'interno del Regolamento dei Tecnici Federale.

Questo corso è rivolto ai Tecnici Allenatori e prevede la formazione e la verifica delle competenze necessarie per operare con squadre e atleti agonisti impegnati in attività e allenamenti su terreno naturale, come falesie o aree boulder. Tuttavia, non è consentito l'accesso ad aree di arrampicata che richiedano l'attraversamento di terreni alpinistici o innevati, dove sia necessario l'uso di attrezzatura specifica come corde, imbraghi, ramponi o piccozza. Inoltre, l'attività deve svolgersi sempre ad una quota inferiore ai 3.000 metri.

Il Tecnico con specializzazione Falesia e Boulder si occupa della preparazione degli atleti agonisti su roccia, con l'obiettivo di sviluppare e affinare le loro capacità tecniche, condizionali e psichiche; migliorabili grazie all'unicità e alla complessità che offre l'ambiente naturale.

Può svolgere la propria attività federale esclusivamente nei confronti dei Tesserati AGONISTI, nell'ambito delle attività istituzionali, comprese quelle promozionali, riconosciute dallo Statuto Federale, dal Regolamento Organico e dal Regolamento dei Tecnici. In nessun caso può sostituirsi ad altre figure professionali.

## ORGANIZZAZIONE DEI CORSI

Il Corso Formativo finalizzato all'acquisizione della Specializzazione Falesia e Boulder viene gestito a livello Nazionale dall'Ufficio Formazione.

L'Ufficio Formazione provvederà a pubblicare il Bando sul sito federale almeno 30 giorni prima della data fissata per l'inizio del corso di Specializzazione.

## ITER FORMATIVO, COSTI E TEMPISTICHE

L'iter formativo prevede 40 ore di formazione in presenza.

Il costo della prova di selezione è pari a 100€, a prescindere dall'esito della prova.

Il costo del corso di formazione è di 550€.

La detrazione dall'economato societario avviene al termine del corso tramite il Gestionale Federale.

## LUOGHI DEI CORSI E POSTI DISPONIBILI

I corsi di formazione si terranno nella località e nelle date indicate nel Bando di ogni singolo corso di Formazione.

Il limite massimo di ammessi ad ogni singolo corso è di 25 unità. Nel caso in cui il numero di candidati idonei superi questa soglia, gli iscritti verranno selezionati in modo da garantire un equilibrio tra le diverse aree geografiche e Società Sportive di appartenenza

Il numero minimo di partecipanti ad ogni singolo corso è di 15 unità; in caso di numero inferiore l'inizio del corso sarà valutato dall'Ufficio Formazione.

## PRE-REQUISITI PER AMMISSIONE E TEST DI SELEZIONE

1. Il Tecnico che intende accedere al Corso formativo finalizzato all'acquisizione della Specializzazione Falesia e Boulder deve essere in possesso dei seguenti requisiti:

a) avere la cittadinanza italiana o di uno degli Stati Membri U.E. oppure, per i cittadini non comunitari, essere in regola con il permesso di soggiorno;

- b) essere in possesso di regolare certificato medico in corso di validità per la pratica dell'Arrampicata Sportiva non agonistica;
- c) essere un Tecnico Allenatore di 2°, 3° o 4° Livello regolarmente aggiornato, ed essere tesserato come tale;
- d) aver compiuto 20 anni di età;
- e) non aver riportato condanne penali divenute irrevocabili e non aver riportato condanne penali ancorché non definitive per uno dei reati di cui agli artt. 600-bis (Prostituzione minorile), 600-ter (Pornografia minorile), 600-quater (Detenzione di materiale pornografico), 600-quater.1 (Pornografia virtuale) 600-quinquies (Iniziative turistiche volte allo sfruttamento della prostituzione minorile), 600-octies (Impiego di minori nell'accattonaggio. Organizzazione dell'accattonaggio), 609-bis (Violenza sessuale), 609-quater (Atti sessuali con minorenne), 609-quinquies (Corruzione di minorenne), 609-octies (Violenza sessuale di gruppo) e 609-undecies (Adescamento di minorenni);
- f) non essere stati radiati da una FSN, né soggetti a un provvedimento disciplinare in atto da parte di organismi riconosciuti dal CONI;
- g) non aver riportato nell'ultimo quinquennio, salva riabilitazione, squalifiche o inibizioni sportive definitive, complessivamente superiori a 12 mesi, da parte di un Organismo Sportivo riconosciuto dal CONI;
- h) non aver subito sanzioni di sospensione dall'attività sportiva a seguito di utilizzo di sostanze o di metodi che alterano le naturali prestazioni fisiche nell'attività sportiva, in violazione delle norme sportive antidoping;
- i) avere vasta esperienza di arrampicata sportiva in ambiente naturale, con capacità individuali almeno pari al 7b lead e 7a boulder.
- l) essere in possesso di ottime e consolidate competenze nelle tecniche di sicurezza specifiche dell'arrampicata sportiva.

**2. Tutti i requisiti di cui al punto 1 devono sussistere al momento della presentazione della candidatura.**

## **MODALITA' DI INVIO DELLA CANDIDATURA**

Il Presidente dell'Associazione/Società Sportiva affiliata, qualora ritenga sussistere la potenziale idoneità del richiedente a svolgere il ruolo all'interno della stessa Associazione/Società Sportiva e una volta accertato il possesso dei requisiti, presenta la domanda di iscrizione in nome e per conto del candidato esclusivamente tramite il Gestionale FASI Societario. Tutte le candidature pervenute saranno vagliate, prima della prova preselettiva pratica di ingresso dall'Ufficio Formazione su indicazione della Commissione Formazione.

## **CRITERI DI AMMISSIONE: Requisiti tecnici minimi e prova di selezione**

Per l'accesso al corso di formazione, i candidati dovranno superare con esito positivo un test di selezione, che si svolgerà interamente in ambiente naturale.

Il test di ingresso prevede:

- **Verifica degli aspetti di sicurezza e dell'esperienza del candidato.**

Tale verifica non prevede una valutazione in punteggio, ma eventuali errori reputati gravi dai docenti selezionatori determineranno la non ammissione del candidato.

- **Verifica del livello tecnico.**

I candidati dovranno scalare su tre vie di difficoltà incrementale tra il 6b+ e il 7b+. La via più facile rappresenta uno sbarramento e la non riuscita (intesa in senso sportivo, come caduta o *resting*) può comportare la non ammissione al corso, salvo che il candidato riesca successivamente a liberare una delle vie di grado superiore.

Verranno valutati la tecnica di arrampicata, la padronanza dei movimenti e la sicurezza. In caso di caduta, il candidato potrà comunque tentare di portare la corda in catena.

- **Curriculum Sportivo.**

Il candidato dovrà presentare, entro il termine stabilito nel bando, un curriculum sportivo che dimostri una solida e consolidata esperienza di arrampicata sportiva in ambiente, con capacità individuali almeno pari al 7b Lead e 7a boulder.

Svolgimento del corso:

Anche in caso di esito positivo della prova di selezione, i docenti previo accordo con la Commissione Formazione, avranno la facoltà di non assegnare la Specializzazione a quei partecipanti che, durante la formazione, non dimostrino di aver acquisito le competenze richieste o mostrino un atteggiamento inadeguato allo svolgimento del ruolo, in termini di impegno, responsabilità e attitudine alla sicurezza.

## ASSENZE

Sono consentite 4 ore di assenza complessive. Qualora un partecipante superi tale limite dovrà presentare una giustificazione documentata, come un certificato medico o altra attestazione valida. La Commissione Formazione valuterà la validità della giustificazione e deciderà sull'eventuale esclusione dal corso, considerando le specifiche circostanze.

## ATTRIBUZIONE DEL TITOLO DI SPECIALIZZAZIONE

L'Ufficio Formazione, a seguito dell'esito positivo, provvede ad inserire nel Profilo Personale del Gestionale Federale l'attestato relativo all'acquisizione della specializzazione e a comunicarlo tramite e-mail al Tecnico candidato e alla ASD/SSD di appartenenza.

## OBIETTIVI DEL PROGRAMMA FORMATIVO

La formazione del Tecnico specializzato in Falesia e Boulder ha come fondamento il raggiungimento dei seguenti obiettivi:

1. **Sicurezza.** I discenti dovranno acquisire le competenze necessarie per operare in ambiente naturale, inclusa la conoscenza approfondita delle procedure di sicurezza e delle manovre tecniche. Oltre agli aspetti tecnici, dovranno dimostrare di possedere una spiccata vigilanza e una forte sensibilità verso la sicurezza.
2. **Tecnico sportivo.** I discenti dovranno essere in grado di adattare le tecniche avanzate di arrampicata, tipiche dell'ambito agonistico, all'ambiente naturale come contesto di insegnamento. Allo stesso tempo, dovranno saper utilizzare l'ambiente naturale per affinare e migliorare tali tecniche.



- 3. Storico-culturale-educativo.** I discendenti dovranno dimostrare di possedere e saper trasmettere rispetto ed educazione verso i siti naturali, sia in termini di etica, che di tutela del territorio.

## CONTENUTI DEL CORSO DI SPECIALIZZAZIONE FALESIA E BOULDER

**Giorno 0. Test di Selezione. 3 docenti + 1 (se sono più di 30 candidati)**

**1° Giornata. 8 ore**

**Aula**

- *Introduzione al corso, intervento autorità federali. 30 min*
- *Aspetti legali, deontologia e responsabilità dell'istruttore. 1h 30 min*
- *Aspetti mentali della sicurezza. 1h*
- *Cenni storici sull'evoluzione dei materiali e delle procedure. 1h*
- *Manovre e procedure, aspetti teorici. 2h*
- *Gestione di un gruppo in ambiente outdoor e differenze con la palestra. 2h*
  - *Classificazione dei siti di arrampicata sportiva.*
  - *Rischi legati all'ambiente e all'avvicinamento.*

**2° Giornata.**

**Falesia. 8 ore. 1 docente ogni 6 discendenti**

- *Manovre e procedure. Teorico-pratica 2h*
- *Ancoraggi e soste. Pratica 1h 30*
- *La catena di assicurazione e le procedure in arrampicata sportiva, aspetti pratici. Esercitazione pratica: ogni candidato eseguirà più volte i protocolli corretti di assicurazione 3h*
- *Gestione di un'emergenza e richiesta di soccorso. 1h 30*

**3° Giornata. 8 ore**

**Aula.**

- *Allenare in falesia: sinergie tra indoor e outdoor climbing.*
  - *Tecnica classica e fondamentali.*
  - *Uso dei piedi e scarpette: edging e smearing.*
  - *Insegnamento della tecnica: spiegare, ispirare, controllare.*
  - *Nuove tecniche avanzate di arrampicata e il loro insegnamento.*
  - *Ritmo e andature.*
  - *Allenamento specifico per la falesia, una revisione sintetica della letteratura scientifica*
  - *Errori tecnici più frequenti, come usare correttamente la analisi video.*
  - *Allenamento specifico per vie lavorate e "a vista".*
  - *Allenamento mentale per la falesia.*
  - *Paura del volo e allenamento ideomotorio.*



– *Il boulder su roccia come strumento per migliorare capacità motorie e condizionali. 2h*

#### **4° Giornata. 8 ore**

##### **Falesia. 1 docente ogni 8 discenti**

– *Esercitazione pratica: come strutturare un allenamento in falesia per migliorare capacità motorie, condizionali, cognitive e mentali, con supporto dell'analisi video.*

##### **Area Boulder. 2 docenti**

– *La sicurezza nei siti naturali di bouldering. Tecniche di spotting, prevenzione degli infortuni e uso corretto dei crashpad. Gestione del rischio specifico.*

– *Esercitazione pratica: il boulder su roccia come laboratorio del gesto e strumento per migliorare capacità motorie e condizionali.*

#### **5° Giornata. 8 ore**

##### **Aula**

– *Geologia e pericoli legati alla caduta di rocce nelle falesie sportive. 2h 30min*

– *Valutazione ed usura dei materiali e ancoraggi nelle diverse falesie. 1h 30 min*

– *Storia ed evoluzione della scalata moderna. 1h*

– *Regole ed etica della scalata in falesia. 1h*

– *Il futuro della scalata in falesia. 1h*

– *Conclusione del corso e riflessioni finali.*