

Contenuti e finalità del Corso base di escursionismo (E1)

Il Corso Base di Escursionismo (E1) intende avviare i partecipanti ad una frequentazione consapevole della montagna. Si rivolge a chi si avvicina per la prima volta alla pratica dell'escursionismo ma anche a chi, pur essendo in possesso di una personale esperienza in ambiente escursionistico, intende acquisire e consolidare le proprie conoscenze culturali, tecniche e pratiche necessarie per organizzare con autonomia e competenza escursioni in ambiente montano.

Durante il corso verranno trattati gli aspetti teorico-pratici riguardanti l'attività escursionistica nel suo complesso: abbigliamento e attrezzatura, sicurezza in montagna, alimentazione, geologia, fauna e flora, cartografia e orientamento, nozioni di meteorologia, sentieristica, nozioni di primo soccorso.

L'obiettivo del corso sarà quello di fornire le nozioni che consentano di affrontare le escursioni con ragionevole sicurezza e permettere di apprezzare le bellezze dell'ambiente montano.

Equipaggiamento individuale

Per la frequenza del corso si richiede un abbigliamento adeguato all'escursionismo di media montagna, in particolare scarponi da trekking, zaino, pile e/o piumino leggero, guscio, cuffia e guanti.

Si consiglia di attendere lo svolgimento della prima lezione teorica prima di procedere all'acquisto di eventuali nuovi materiali.

Modalità di iscrizione

Il Corso è rivolto ai soci CAI di età superiore ai 18 anni e in regola con il tesseramento per l'anno 2020.

Quota di partecipazione: euro 80,00

La quota d'iscrizione è destinata alla copertura dei costi relativi all'organizzazione del corso.

Sono escluse le spese per trasferimenti, soggiorni e altro.

Le iscrizioni si ricevono fino ad esaurimento dei posti disponibili e comunque non oltre **martedì 14 aprile 2020**, presso la **sede del CAI, Sezione di Salò**, in Via G. Pascoli, 4 negli orari di apertura della sede.

Le **domande d'iscrizione** devono essere presentate su **apposito modulo** contestualmente accompagnato dal versamento dell'intera quota d'iscrizione, **tessera CAI** in corso di validità e **certificato medico** attestante l'idoneità alla pratica sportiva non agonistica con validità per tutto il periodo di svolgimento del corso.

CLUB ALPINO ITALIANO Sezione di Salò

Via G. Pascoli, 4, Salò (BS)

Orari di apertura della sede:
il martedì e il venerdì dalle 20:30 alle 22:00

Tel. 0365 520101 - Cell. 338.3087081

E-mail: caisalo@libero.it

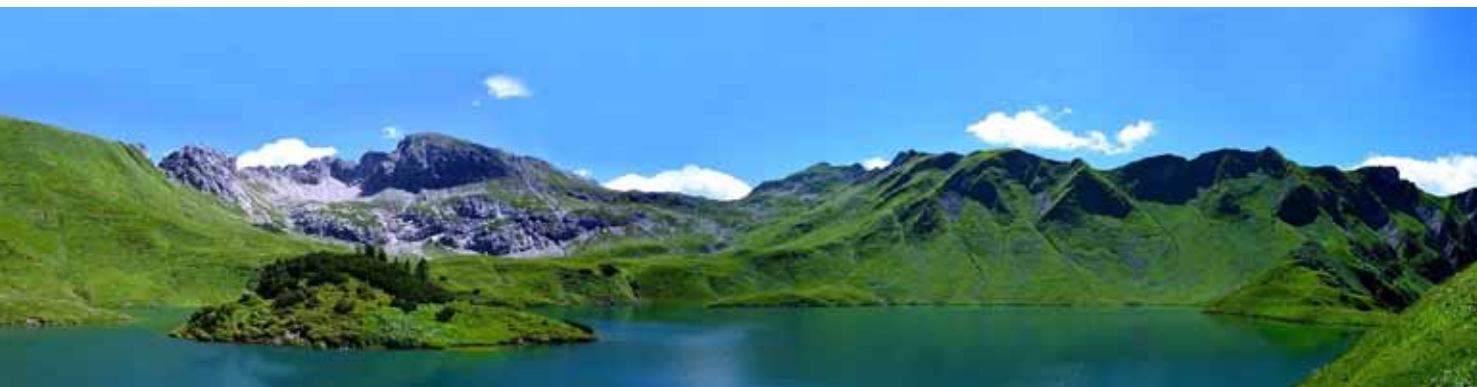
www.caisalo.it



CLUB ALPINO ITALIANO
Sezione di Salò
organizza

**2° CORSO BASE DI
ESCURSIONISMO (E1)
2020**

*Approvato dall'OTTO Escursionismo Lombardia
e valido per l'accesso ai corsi di escursionismo
avanzato del CAI*



Programma del Corso: Lezioni teoriche

Le lezioni teoriche si svolgeranno **presso la sede del CAI di Salò** in Via G. Pascoli, 4.

Inizieranno alle ore **20.30** e avranno una durata approssimativa di **due ore**.

Eventuali variazioni di data e di orario saranno tempestivamente comunicate agli iscritti al corso.

Le lezioni teoriche sono aperte a tutti i soci CAI

Data	Argomento della lezione
Martedì 07 Aprile	Presentazione del Corso
Giovedì 16 Aprile	Equipaggiamento e materiali
Lunedì 20 Aprile	Alimentazione, preparazione fisica e movimento
Giovedì 23 Aprile	Sentieristica. Organizzare un'escursione
Mercoledì 29 Aprile	Cartografia e orientamento
Giovedì 7 Maggio	Elementi di Primo Soccorso Soccorso Alpino
Giovedì 14 Maggio	Elementi di geologia Alpina Flora e Fauna
Giovedì 21 Maggio	Organizzazione e struttura del CAI. Gestione e riduzione del rischio. Cenni di meteorologia
Giovedì 28 Maggio	Ambiente montano e cultura dell'andare in montagna. Elementi di fotografia.
Venerdì 12 Giugno 0 Venerdì 19 Giugno	Consegna attestati e cena conviviale.

Programma del Corso: Uscite in ambiente

Le località e le date delle uscite in ambiente potranno subire variazioni in base alle valutazioni effettuate dagli accompagnatori, potranno occupare l'intera giornata e svolgersi anche in caso di condizioni meteorologiche ed ambientali sfavorevoli.

I luoghi di svolgimento, gli orari ed i punti di ritrovo saranno comunicati nel corso delle lezioni teoriche precedenti.

Data	Destinazione
Domenica 26 Aprile	Abbigliamento, utilizzo dei materiali e movimento. Destinazione: Corna Trentapassi Difficoltà: E
Domenica 3 Maggio	Orientamento. Destinazione: Altopiano di Cariadeghe Difficoltà: E
Domenica 10 Maggio	Giornata di recupero
Domenica 17 Maggio	Lettura del paesaggio: flora, fauna e tutela dell'ambiente montano. Destinazione: Monte Tombea Difficoltà: E
Domenica 24 Maggio	Organizzazione escursione Osservazione meteo Gestione emergenze Destinazione: Pizzo Formico Difficoltà: E
Domenica 31 Maggio	Giornata di recupero
Sabato 6 Domenica 7 Giugno	Uscita Finale (2 gg.) Riepilogo delle nozioni apprese durante il Corso. Destinazione: Rifugio Mortirolo Difficoltà: E
Sabato 13 Domenica 14 Giugno	Giornata di recupero



Direttore del Corso:

Arialdo Goffi (A.E. - e-mail: arialg56@gmail.com)

Vicedirettore del Corso:

Francesco Scalvini (A.E. - I.S.)

Accompagnatori:

Luca Bonfà (A.E. - E.A.I.)

Alfredo Chiodi (A.E. - E.A.I.)

Riccardo Ponzoni (ASE)

Giuseppe Seccamani (G.M.M.)

Corrado Corradini (Presidente CAI Salò)

Eros Pomarè (Segretario CAI Salò)

Clara Peri (Consigliere e Tesoreria CAI Salò)

Claudio Botticini (Consigliere CAI Salò)

Roberto Bianchi (collaboratore)

Cristian Andreis (collaboratore)

