



Club Alpino Italiano
Sezione di Cesena



Scuola Sezionale di Escursionismo
"Fogar-Bonatti"

10° Corso di Escursionismo Invernale con racchette da neve

Gennaio-Marzo 2014



Programma

| | |
|---|---|
| Giovedì 16 gennaio | Inizio corso - Ore 20,45 in sede CAI Cesena: Termine iscrizioni - Formazione gruppo Allievi - Presentazione 10° Corso invernale. Il CAI, organi e compiti. |
| Giovedì 23 gennaio | Lezione - Ore 20,45 in sede CAI Cesena: Abbigliamento e attrezzatura per l'escursionismo e il campo invernale. |
| Giovedì 30 gennaio | Lezione - Ore 20,45 in sede CAI Cesena: Cartografia, orientamento e sistemi di navigazione per l'escursionismo invernale. |
| Domenica 2 febbraio | Escursione didattica - In Appennino: Tecniche di progressione. Cartografia e orientamento. Osservazioni naturalistiche. Interpretazione dei bollettini nivo-meteorologici e meteorologia applicata. |
| Giovedì 6 febbraio | Lezione - Ore 20,45 in sede CAI Cesena: a) Fisiologia umana alle basse temperature. b) Primo soccorso. c) Pianificazione dell'uscita. |
| Sabato 8 febbraio | Escursione didattica - In Dolomiti: 1° giorno - Aspetti naturalistici e culturali locali. Analisi del manto nevoso. Simulazione costruzione ricovero di emergenza nella neve. |
| Domenica 9 febbraio | Escursione didattica - In Dolomiti: 2° giorno - Simulazione di primo soccorso. Osservazioni ambientali. Perfezionamento della tecnica di progressione su neve. |
| Giovedì 13 febbraio | Lezione - Ore 20,45 in sede CAI Cesena: a) La conquista dei "3 Poli". b) Ambiente invernale montano e strategie di adattamento della fauna e flora. |
| Giovedì 20 febbraio | Lezione - Ore 20,45 in sede CAI Cesena: a) Neve e valanghe. b) Pianificazione dell'uscita. |
| Sabato pomeriggio 22/domenica mattina 23 febbraio | Escursione didattica - In Appennino: Il campo invernale con tenda. Materiali, attrezzatura e tecniche per un accampamento sulla neve. |
| Giovedì 27 febbraio | Lezione - Ore 20,45 in sede CAI Cesena: Autosoccorso e uso dell'ARTVA, pala e sonda. |
| Venerdì 7 marzo | Escursione didattica - In Dolomiti/Valle d'Aosta: 1° giorno - Aspetti naturalistici e culturali locali. Analisi ambientali e scelta della traccia. |
| Sabato 8 marzo | Escursione didattica - In Dolomiti/Valle d'Aosta: 2° giorno - ARTVA, pala e sonda, e simulazione soccorso in valanga. Prove di orientamento con bussola. |
| Domenica 9 marzo | Escursione didattica - In Dolomiti/Valle d'Aosta: 3° giorno - Stratigrafia. I limiti delle racchette da neve: differenze di utilizzo tra racchette/bastoncini e ramponi/piccozza. |
| Martedì 11 marzo | Test di valutazione - Ore 20,45 in sede CAI Cesena: a) Prova scritta conclusiva di valutazione. b) Appendice: Idee per attività escursionistiche sulla neve. |
| Venerdì 14 marzo | Cerimonia finale: Conclusione corso con cena e consegna attestati. |

Direttore del Corso: FIORENZO ROSSETTI - Accompagnatore Nazionale di Escursionismo (ANE).

Quota d'iscrizione al Corso: Euro 130,00 (Rimborso spese organizzative, materiali d'uso e dispense didattiche. Pernottamenti, vitto, trasferimento in auto, ecc., sono a carico dei partecipanti).

Numero massimo allievi ammessi: 25.

Per iscriversi occorre: Iscriversi al CAI o aver rinnovato per il 2014, portare certificato medico d'idoneità alla pratica sportiva non agonistica valido, fornire una foto tessera, versare la quota d'iscrizione.

Info e pre-iscrizioni: ANE Fiorenzo Rossetti (con versamento di una caparra di Euro 50,00).

Tel: 338 2151442 - E.mail: fiorenzorossetti@libero.it - Web: www.scuolacaicesena.it

