



CAI
Sezione di Cesena

Scuola sezionale di
Escursionismo CAI Cesena
"Fogar - Bonatti"



Programma

21° Corso base di

ESCURSIONISMO

Aprile - Maggio 2019

Giovedì 4 Aprile	Presentazione del Corso base di Escursionismo e organizzazione della struttura CAI Lezione 1: Equipaggiamenti, abbigliamento e materiali
Domenica 7 Aprile	1ª Uscita : Escursione in Appennino Romagnolo Abbigliamento, utilizzo materiali, movimento, progressione salita e discesa, uso bastoncini
Giovedì 11 Aprile	Lezione 2 : Flora e fauna Cartografia e orientamento
Domenica 14 Aprile	2ª Uscita : Escursione in Appennino Romagnolo Lettura del paesaggio, flora e fauna, tutela ambiente montano, pratica di orientamento, manutenzione sentieri
Giovedì 18 Aprile	Lezione 3 : Organizzazione di una escursione Meteorologia
Giovedì 2 Maggio	Lezione 4 : Elementi di primo soccorso e CNSAS Gestione e riduzione del rischio
Sabato 4 Maggio	3ª Uscita : Escursione in Appennino Parmense Lettura e utilizzo carta topografica, orientamento con bussola e altimetro e carta
Domenica 5 Maggio	Organizzazione escursione, osservazione meteo e ambiente, pratica sulla gestione delle emergenze
Giovedì 9 Maggio	Lezione 5 : Alimentazione, preparazione fisica e movimento Ambiente montano a cultura dell'andare in montagna
Martedì 14 Maggio	Lezione 6 : Sentieristica Approfondimento di cartografia e orientamento
Sabato 18 Maggio	4ª Uscita : Escursione sulle Piccole Dolomiti Vicentine Riepilogo delle lezioni teoriche e pratiche, cartografia e orientamento
Domenica 19 Maggio	Organizzazione di escursione, tecnica di progressione in montagna
Venerdì 24 Maggio	Cena di fine Corso e consegna attestati

Per partecipare occorre: iscriversi al CAI o avere rinnovato per il 2019, una foto tessera e versare la quota di iscrizione al corso (*)

Finalità del corso: trasmettere nozioni culturali, tecniche e pratiche.

Rivolto a chi desidera acquisire o perfezionare le tecniche e le nozioni indispensabili per una corretta e consapevole frequentazione nella massima sicurezza, al rispetto e alla tutela della montagna.

Numero massimo di partecipanti **30**

Quota d'iscrizione al corso: € 90 (per spese organizzative, materiali d'uso, materiali e dispense didattiche).

Sono esclusi i pernotti, vitto, trasferimenti in auto e quant'altro non indicato nella quota d'iscrizione.

* Il versamento della quota di iscrizione deve essere effettuato, previo contatto con il Direttore del Corso.

L'iscrizione si intende effettiva dopo il versamento della quota; inviare la contabile del bonifico e la domanda d'iscrizione a : scuolacaicesena@gmail.com

Per info ed iscrizioni **Stefano Forti** (AE - Direttore del corso)

Tel. **339 3359281**



E-mail : scuolacaicesena@gmail.com - web : www.scuolacaicesena.it

Il modulo per la domanda d'iscrizione al corso base di escursionismo è scaricabile dal sito

Note: per necessità didattiche potrebbero verificarsi cambi nell'ordine (ma non nelle date) delle lezioni.

Tutte le lezioni si tengono al primo piano della Sede CAI Cesena, via Cesenatico n.5735 località Macerone, 47521 Cesena (FC) dalle 20:50 alle 23:00 circa

Scuola CAI Cesena - Scuola sezionale di Escursionismo "Fogar-Bonatti"

