



Club Alpino Italiano
Sez. di Senigallia



12°

Corso base di escursionismo

Dal 22 Marzo al 10 Giugno 2018

Direttore del corso
Londei Antonio (AE)

Programma

Giovedì 22 Marzo 2018

Ore 21:15 **Lezione teorica:**
Presentazione del corso - Struttura e ordinamento del CAI
Attrezzatura e abbigliamento
Domenica 25 Marzo uscita pratica

Giovedì 5 Aprile 2018

Ore 21:15 **Lezione teorica:**
Organizzare un'escursione - Topografia e orientamento
Domenica 15 Aprile uscita pratica

Giovedì 26 Aprile 2018

Ore 21:15 **Lezione teorica:**
Pericoli in montagna oggettivi e soggettivi - Reazione psicologica dell'escursionista
Domenica 29 Aprile uscita pratica

Giovedì 3 Maggio 2018

Ore 21:15 **Lezione teorica:**
meteorologia - C.N.S.A.S. (Soccorso Alpino)
Domenica 6 Maggio uscita pratica

Giovedì 07 Giugno 2018

Ore 21:15 **Lezione teorica:**
Alimentazione - preparazione fisica - primo soccorso
Sabato 9 e Domenica 10 Giugno uscita pratica. Nella serata sarà presentata la lezione su flora fauna e sentieristica

Le uscite pratiche si svolgeranno la **Domenica successiva** alla lezione teorica sulle montagne dell'Appennino Umbro-Marchigiano

Il costo del corso è di € 60,00.

Per informazioni
Londei Antonio (AE)

Cell. 3393712888 Tel. 071/6620148

Manna Massimo (AE)

Cell. 3397362429 Tel. 071/7976302

Termine ultimo per l'iscrizione
Giovedì 15 Marzo

Il corso si articola in 5 lezioni teoriche che si terranno nella sede del C.A.I. di Senigallia e 5 lezioni pratiche percorrendo i sentieri dell'Appennino Umbro-marchigiano

L'iscrizione al corso è aperta ai soci che vogliono sviluppare la necessaria competenza per muoversi nell'ambiente montano. Per l'iscrizione si richiede il certificato medico per attività non agonistica.

Per iscriversi al corso occorre scaricare il modulo di iscrizione nel sito della sezione CAI di Senigallia all'indirizzo:

www.caisenigallia.it

Per chi ancora non è socio occorre anche l'iscrizione al Club Alpino Italiano

Per chiarimenti e prenotazioni, contattare telefonicamente il direttore del corso, oppure informarsi presso la Sede Sociale in: Strada Comunale Vallone n° 17 al 1° piano del Centro Sociale "Vallone"
La sezione C.A.I. rimane aperta il Giovedì dalle ore 21:30