



E1 – Corso Base di Escursionismo 2020

Club Alpino Italiano – Sez. MACERTATA
5° CORSO BASE DI ESCURSIONISMO
E1 - 2020



Direttore: Carlo Pennesi - AE

PROGRAMMA:

LEZIONI TEORICHE			
N.	DATA - ORARIO	LUOGO	ARGOMENTO/I DELLA LEZIONE
1	Ven. 8/5/2020 21:15 – 23:15	Sezione CAI MC	Presentazione del corso Organizzazione della struttura del CAI Responsabilità e sicurezza in Montagna Equipaggiamento e materiali
2	Ven. 15/5/2020 21:15 – 23:15	Sezione CAI MC	Gestione e riduzione del rischio Cenni di Meteorologia
3	Ven. 22/5/2020 21:15 – 23:15	Sezione CAI MC	Cartografia e Orientamento
4	Ven. 5/6/2020 21:15 – 23:15	Sezione CAI MC	Sentieristica Organizzazione di una escursione
5	Ven. 12/6/2020 21:15 – 23:45	Sezione CAI MC	Flora e Fauna
6	Ven. 19/6/2020 21:15 – 23:15	Sezione CAI MC	Alimentazione, preparazione fisica e movimento Ambiente Montano e cultura dell'andare in Montagna
7	Ven. 3/7/2020 21:15 – 23:15	Sezione CAI MC	Elementi di primo soccorso Soccorso Alpino

USCITE IN AMBIENTE			
N.	DATA - ORARIO	LUOGO	ARGOMENTI DELLA LEZIONE
1	Dom. 17/5 7:00	Da Bolognola a Pizzo di Meta per i piani di Ragnolo	Didattica in materia di abbigliamento, equipaggiamento ed uso dei bastoncini, progressione e movimento in salita e discesa
2	Dom. 24/5 7:00	Val Fibbia da Cupi	Didattica ed Esercitazione su: lettura ed utilizzo della carta topografica, orientamento con carta bussola e altimetro
3	Dom. 7/6 7:00	Monte Girella da S.Giacomo	Uscita gestita e condotta dagli allievi: Gestione delle emergenze, osservazioni meteo
4	Dom. 21/6 7:00	Monte Sibilla dal Rifugio Sibilla	Lettura del Paesaggio: flora, fauna e tutela dell'ambiente montano
5	Dom. 5/7 6:30	Cima Redentore da Forca di Presta	Riepilogo delle lezioni sia teoriche che pratiche

Note:

- **Le lezioni teoriche serali**, si svolgeranno presso a sede del CAI sezione di Macerata, in Via Bartolini n. 37 dalle ore 21.15; è richiesta la massima puntualità;
- Le date riportate delle **lezioni pratiche** possono essere sono soggette a variazioni, in relazione alle condizioni meteorologiche ed all'innnevamento;

Il numero massimo di allievi partecipanti al corso è pari 20. Gli iscritti in eccesso saranno inseriti in una lista d'attesa in base alle eventuali defezioni o rinunce.

www.caimacerata.it - direttore: Carlo Pennesi - 347 360 2285 - carlopennesi58@gmail.com