



IL CORSO

L'escursionismo è la pratica base per andare in montagna. Conoscerlo nei suoi aspetti è quanto si offre a coloro che sono interessati ad acquisire o accrescere la necessaria padronanza per frequentare la montagna. Il Corso è rivolto a coloro che hanno poca o nessuna esperienza di escursionismo in montagna e vogliono imparare a conoscere questo mondo affascinante in tutti i suoi aspetti, ma anche a coloro che fanno già pratica escursionistica e che desiderano perfezionare le proprie conoscenze per frequentare in sicurezza ed autonomia l'ambiente montano. Il corso è organizzato secondo i piani didattici del Quaderno CAI n. 2, ed è stato approvato dall'Organo Tecnico Territoriale Operativo per l'Escursionismo dell'Umbria. A fine corso verrà rilasciato un attestato di partecipazione.

Direttore: AE Andrea Savino

Quota di iscrizione € 100,00 (€ 80,00 studenti e Soci che hanno frequentato altri corsi CAI)

Iscrizione aperte fino ad esaurimento dei posti (max 25 allievi)

Riservato ai Soci del Club Alpino Italiano

Per l'iscrizione è necessario inviare la propria **prenotazione** a scuolaescursionismo@caiperugia.it **entro e non oltre VENERDI' 24 SETTEMBRE** specificando nome e cognome.

La segreteria convocherà i primi 25 iscritti alla prima lezione e invierà il modulo di iscrizione per cui sarà necessario : compilare il modulo di iscrizione inviato, una fototessera, essere maggiorenni al 1 ottobre 2021, essere soci del Club Alpino Italiano ed in regola con il pagamento della quota associativa CAI 2021, avere una preparazione psico-fisica adeguata alla percorrenza di itinerari di difficoltà E, presentare un certificato medico attestante l'idoneità fisica alla pratica sportiva non agonistica con scadenza non oltre il 30 novembre 2021, impegnarsi a frequentare tutte le lezioni teoriche e le uscite pratiche in ambiente montano.

PROGRAMMA

LEZIONI TEORICHE Presso Sala Polivalente “La Piramide” di Madonna Alta in via Armando Diaz ore 21:00
Obbligatorio il possesso di Certificazione Verde COVID-19

- venerdì 1° ottobre Presentazione - Il CAI - Equipaggiamento e materiali - Gestione e riduzione del rischio
A. Savino - M. Sbaragli - A. Bellucci
- venerdì 8 ottobre Alimentazione preparazione fisica e movimento - Elementi di primo soccorso
G. Orologio - M. Geri
- venerdì 15 ottobre Cartografia e orientamento
R. Cangi – C. Falcinelli – R. Chiesa
- venerdì 22 ottobre Cenni di meteorologia – Organizzazione di una escursione
M. Fisauli – R. Chiesa
- venerdì 29 ottobre Sentieristica – Ambiente montano e cultura dell’andare in montagna
U. Manfredini – M. Grazzi
- venerdì 5 novembre Flora e fauna – Organizzazione del CAI
M. Sbaragli – A. Pecetti

USCITE IN AMBIENTE*

- domenica 10 ottobre Monte Tezio – Abbigliamento, utilizzo materiali, movimento
A. Savino – R. Chiesa
- domenica 24 ottobre Monte Subasio - Lettura del paesaggio, flora, fauna, tutela ambiente montano
M. Sbaragli – M. Grazzi
- domenica 7 novembre Monte Prefoglio – Orientamento
R. Cangi – C. Falcinelli – R. Chiesa
- domenica 13 novembre Monte Serano - Escursione Notturna – Organizzazione, osservazioni meteo, gestione emergenze, approfondimenti
M. Fisauli – G. Orologio
- domenica 28 novembre Monti Sibillini – Escursione finale
Organico SSE

***La scuola si riserva di modificare le date e gli itinerari in base alle condizioni metereologiche o della sentieristica**