

1° Corso intersezionale di escursionismo livello avanzato E2

Per coloro che sentono l'interesse per l'ambiente montano e vogliono conoscerlo da vicino, muovendosi sicuri e osservando ciò che li circonda.

Direttore: ANE Gabriele Zampieri 349 2125319
e.mail: gabzampieri@gmail.com

ViceDirettore: AE_EEA Adalberto Boran

Segretario: ASE Andrea Babetto, 3406833472
e.mail: andreababetto@hotmail.it

Inizio dei corsi: Martedì 05 maggio 2015

Ultima uscita: 18/19 Luglio 2015

Cena fine corso e consegna attestati:
venerdì 24 Luglio 2015

Costi

- Il costo di partecipazione è di € 80,00.
- Comprende l'assicurazione infortunistica per le uscite in ambiente e il materiale didattico.
- Non comprende le spese di trasporto e di vitto e alloggio durante le uscite.



Club Alpino Italiano
Sezione di Dolo
Via Guardiania n°9
DOLO (VE)
www.caidolo.it

Modalità di partecipazione

- Maggiore età e i minorenni dal 16° anno compiuto con autorizzazione di chi esercita la patria potestà.
- Iscrizione al CAI per l'anno 2015.
- Rispetto dello Statuto, dei regolamenti del CAI e delle norme di comportamento indicate dai direttori del corso e dagli accompagnatori sezionali.
- Certificato medico di idoneità all'attività fisica non agonistica (*da presentare prima della prima uscita in ambiente*)
- Abbigliamento ed attrezzatura personale adeguati (scarponi o robuste pedule, zaino, set da ferrata omologato, casco , ecc...).
- Numero massimo di partecipanti: 15.

Iscrizioni ed informazioni

Le iscrizioni si ricevono:

- in sede *CAI Dolo in via Guardiania 9*, aperta il mercoledì dalle 21:15 alle 22:30. Fino esaurimento posti.

Al momento dell'iscrizione, da compilarsi su apposito modulo, si dovrà presentare:

- una foto formato tessera digitale;
- la tessera CAI in regola per il 2015.

CLUB ALPINO ITALIANO



**Sezioni di
DOLO
MIRANO**



Scuole Sezionali di Escursionismo di Dolo e Mirano

Organizzano nel 2015



1° Corso Intersezionale di Escursionismo livello avanzato E2

Programma del corso

Il **corso di escursionismo livello avanzato** è destinato a coloro che, avendo già qualche esperienza con l'escursionismo estivo, vogliono approfondire tecniche e metodi **per affrontare in sicurezza percorsi di difficoltà EE e sentieri attrezzati EEA (vie ferrate)**.

Tale corso tratterà approfonditamente gli aspetti teorici e pratici dell'attività escursionistica su sentieri in ambienti più impervi e con maggiore esposizione o che richiedono l'uso di dispositivi di protezione individuale (sentieri attrezzati e vie ferrate).

Per questo motivo il corso darà particolare rilevanza, sia nelle lezioni teoriche che pratiche, alle tecniche di orientamento e alla lettura cartografia escursionistica; alla conoscenza dell'ambiente montano, alle tecniche di progressione in vie attrezzate/ferrate e in ambienti insidiosi; alla capacità di individuare le escursioni più adatte alla propria preparazione e attitudine.

Osserveremo perciò questo mutevole teatro della montagna per entrarvi in sintonia.

Perché, come dice un verso di Goethe,

"Sono al mondo per stupirmi".

Lezioni teoriche

Data	Argomento
05/05/2015	Presentazione del CAI, preparazione fisica, equipaggiamento
12/05/2015	Uso della cartografia escursionistica
19/05/2015	Tecniche di orientamento
26/05/2015	Materiali e attrezzature - Nodi
09/06/2015	Catena di sicurezza
16/06/2015	Geologia – Cenni di meteorologia e uso bollettino meteo
23/06/2015	Ambiente montano – Flora -Fauna
30/06/2015	Organizzazione escursione e gestione del rischio
07/07/2015	Alimentazione - Pronto Soccorso
14/07/2015	Sentieristica – Attivazione del Soccorso Alpino
24/07/2015	Cena fine corso e consegna attestati

Uscite in Ambiente

Data	Argomento
10/05/2015	Escursione difficoltà E (uso bastoncini, tecnica di marcia)
24/05/2015	Prove di orientamento in ambiente
14/06/2015	Palestra di roccia (nodi, tecniche di ferrata)
4-5/07/2015	Escursione EE e sentiero attrezzato (EEA)
18-19/07/15	Sentiero attrezzato/via ferrata

AVVERTENZE

Le uscite in ambiente potrebbero variare di data per cause meteorologiche e/o di condizioni ambientali. **Si chiede inoltre** una attenta valutazione del programma del corso e quanto comunicato dagli organizzatori in riferimento alla preparazione richiesta, in quanto, come ogni attività in ambiente alpino, non è esente da rischi e quindi va ponderata rispetto alle proprie condizioni fisiche e di allenamento. In questo caso è richiesta una discreta resistenza fisica ad escursione di parecchie ore e dislivelli medio alti.