



SEZIONE CAI SAN BENEDETTO DEL TRONTO



# 6° CORSO DI ESCURSIONISMO BASE **E1**

SETTEMBRE 2024

FINALITÀ CORSO

PROGRAMMA

ISCRIZIONI

CONTATTI

[caisanbenedettodeltronto.it](http://caisanbenedettodeltronto.it)



SEZIONE CAI SAN BENEDETTO DEL TRONTO

# 6° CORSO DI ESCURSIONISMO BASE **E1**

SETTEMBRE 2024



## FINALITÀ CORSO

Il corso di escursionismo base ha la finalità di educare alla conoscenza, al rispetto, alla tutela e alla frequentazione consapevole e in sicurezza della montagna. Trasmettere le nozioni culturali, tecniche e pratiche per saper organizzare, in autonomia e con competenza, escursioni in ambiente su percorsi con difficoltà (T) ed (E). I destinatari saranno i soci che si avvicinano per la prima volta alla pratica dell'escursionismo e/o che già frequentano autonomamente l'ambiente montano.

## SICUREZZA E RISCHI

L'attività escursionistica è un'attività che presenta dei rischi e chi la pratica se ne assume la piena responsabilità. Le Scuole e le Commissioni del CAI adottano **tutte le misure precauzionali** affinché nei vari ambienti si operi con il maggior grado di sicurezza possibile, ma comunque **il rischio è sempre presente e mai azzerabile**.

## PROGRAMMA

### LEZIONI TEORICHE

- **Mercoledì 04/09/2024:** presentazione del corso, problematiche della montagna, breve storia del CAI, ruolo della sezione.
- **Venerdì 06/09/2024:** equipaggiamento e materiale di base, movimento e preparazione fisica, alimentazione base.
- **Mercoledì 11/09/2024:** la presenza umana in montagna, lettura del paesaggio, flora e fauna.
- **Venerdì 13/09/2024:** cartografia e orientamento base, concetto di azimut, sentieristica.
- **Venerdì 20/09/2024:** gestione del rischio, gestione del primo soccorso, Geoesq, soccorso alpino.
- **Mercoledì 25/09/2024:** organizzazione di un'escursione, meteorologia di base, bilancio di un'uscita, comportamento in rifugio.
- **Tutte le lezioni si terranno presso la sede CAI o il Centro Giovani secondo disponibilità dalle 21:00 alle 23:00**

### USCITE IN AMBIENTE

- **Domenica 08/09/2024:** Gran Sasso
- **Domenica 15/09/2024:** Monti della Laga
- **Domenica 22/09/2024:** Sibillini
- **Sabato 28/09/2024:** Rifugio Garulla Sibillini
- **Domenica 29/09/2024:** Garulla Sibillini

## ISCRIZIONI

La partecipazione è riservata ai soci CAI con età minima 18 anni e in regola con il tesseramento 2024.

Massimo **25 partecipanti**.  
Iscrizioni in sede tutti i **venerdì 21:30-23:00 entro il 30/08/2024**

E' necessario fornire:

- **quota di partecipazione** al corso € **100,00** (la quota è comprensiva di materiale didattico, attestato di partecipazione e spese organizzative)
- **certificato medico** per attività Non agonistica valido per l'intera durata del corso
- **1 fototessera**

NON comprende eventuale tesseramento CAI, trasferimenti e pernottamento in rifugio.

## CONTATTI

DIRETTORE DEL CORSO  
ROBERTO FICCADENTI  
(AE-EAI.EEA)  
3336214000  
[batrob79@gmail.com](mailto:batrob79@gmail.com)

VICEDIRETTORE  
BRUNO MERLONGHI (AE)  
3396848475  
[alfreda22@libero.it](mailto:alfreda22@libero.it)

SEGRETARIO  
ANDREA FELICETTI (ORTAM)  
3494351781  
[andreafelicetti89@hotmail.it](mailto:andreafelicetti89@hotmail.it)