



CLUB ALPINO ITALIANO

SEZIONI DI

MONZA - BRUGHERIO - BELLUSCO
ARCORE - VIMERCATE - CUSANO M.NO

PROGRAMMA CORSO (E2)

16° CORSO ESCURSIONISMO AVANZATO

lezioni teoriche

- 31/03 *Le problematiche della montagna
Equipaggiamento e materiali*
- 02/04 *Cartografia e orientamento 1*
- 07/04 *Preparazione fisica
Alimentazione per l'escursionismo*
- 14/04 *Meteo 1 e 2*
- 05/05 *CAI: principi, missione,
Escursionismo e tutela ambiente
Sentieristica*
- 12/05 *Camminata, postura e movimenti
Geologia*
- 19/05 *Fauna e flora di montagna
Lettura del paesaggio*
- 26/05 *Pericoli e riduzione del rischio
Responsabilità legale*
- 04/06 *Pianificazione dell'escursione
Rifugi e bivacchi*
- 09/06 *Orientamento avanzato
Trekking, cammini e Sentiero Italia*
- 16/06 *Autosoccorso e soccorso
Patologie tipiche della montagna*
- 23/06 *Utilizzo del GPS
Analisi uscita proposta dai corsisti*

uscite pratiche

- sabato 12/04 *prima uscita*
- sabato 17/05 *seconda uscita*
- sabato 07/06 *terza uscita*
- sab.e dom. 28-29/06 *quarta uscita*
- sabato 05/07 *quinta uscita*

SERATA PRESENTAZIONE CORSO

MERCOLEDI' 26 febbraio ore 21.00 - C.E.A. Arcore

P.zza Martiri della Libertà, 1 - Arcore

Per ulteriori informazioni:

tel. 340 422 0747 (ore serali) - cea.arcore@gmail.com

NELLE SERATE DI PRESENTAZIONE VERRANNO INDICATE LE MODALITA' PER LA PREISCRIZIONE AL CORSO