



CLUB ALPINO ITALIANO Sezione di Frosinone



5° CORSO BASE DI ESCURSIONISMO 2021

GIUGNO - LUGLIO 2021

La Sezione CAI di Frosinone organizza nel periodo 8 giugno-11 luglio 2021, un Corso base di Escursionismo.

Il Corso si prefigge lo scopo di formare i partecipanti alla conoscenza e alla pratica dell'escursionismo, alla tutela e alla frequentazione consapevole della montagna e a trasmettere nel contempo le nozioni culturali, tecniche e pratiche per saper organizzare in autonomia e con competenza escursioni in ambiente, su vari tipi di terreno e diversi gradi di difficoltà (T/E), nel rispetto dei piani didattici della CCE/SCE e osservanza delle misure Anticovid.

Le lezioni del corso saranno tenute da Accompagnatori di Escursionismo Titolati e Qualificati del CAI.

A fine corso a coloro che avranno frequentato il 70% delle lezioni teoriche e pratiche verrà rilasciato un **ATTESTATO DI PARTECIPAZIONE**.

Numero massimo partecipanti 15

Accesso: La partecipazione al corso è consentita ai soci CAI in regola con il tesseramento 2021 e ai non soci previa iscrizione al CAI. La quota di partecipazione al corso è fissata in 50 euro (più il costo della tessera CAI) ed include la copertura assicurativa, il materiale didattico, le spese vive per i docenti, gadget del CAI.

La quota di iscrizione non comprende in alcun caso le spese di viaggio per gli spostamenti, né quanto non espressamente citato nella quota di iscrizione. I partecipanti dovranno aver compiuto 16 anni alla data di inizio del corso. La partecipazione dei minorenni è subordinata all'autorizzazione dei genitori.

N.B. La partecipazione al corso implica l'accettazione e il rispetto delle norme Anticovid19 emanate dagli Organi Istituzionali nonché dal Cai Centrale.

Modalità di Iscrizione: Le iscrizioni potranno essere effettuate presso la sede del Cai di Frosinone, previo appuntamento, telefonando alla Segreteria del Cai: 0775-852103, oppure contattando direttamente il direttore del Corso Luciano Roma 3332770487 – Il vicedirettore De Nardis Memmina 3398890642 entro martedì 8-6-2021.

Indirizzo e-mail cui inviare le iscrizioni è il seguente: luciano.roma@outlook.it

Le iscrizioni saranno valide solo se corredate dal modulo di domanda opportunamente compilata e dal saldo della quota. E' facoltà degli organizzatori respingere eventuali domande di iscrizioni a loro insindacabile giudizio. Ad iscrizione perfezionata non sono previsti rimborsi di alcun tipo per sessioni teoriche o uscite in ambiente a cui non si sia partecipato.

Per disposizioni governative (o altri Organi Istituzionali) e/o del CAI in tema di contrasto alla pandemia da Covid19, nonché per motivi di forza maggiore e/o di condizioni meteorologiche avverse, e comunque ad insindacabile giudizio degli organizzatori, le lezioni e le uscite potrebbero essere riprogrammate nel tempo senza che questo dia alcun diritto di rimborso.

Per maggiori informazioni contattare:

AE Roma Luciano cell.3332770487 (Direttore del corso)

AE Memmina De Nardis cell. 3398890642 (Vice Direttore)

Gli allievi sono tenuti ad attenersi alle disposizioni degli organizzatori; nelle uscite in ambiente non sono ammesse attività individuali da parte degli allievi. Gli istruttori del corso hanno la facoltà di escludere coloro non ritenuti idonei, che operino in contrasto con gli obiettivi o la sicurezza del corso, che non rispettino le disposizioni del corpo docente o di cui non si giudicasse opportuna la frequentazione del corso, anche durante lo svolgimento dello stesso. L'adozione di tali provvedimenti non determina alcun diritto al rimborso della quota di iscrizione.

PROGRAMMA DEL CORSO

La parte teorica del corso si svolgerà in modalità web, pertanto i partecipanti dovranno disporre di una connessione internet.

Le uscite in ambiente programmate, si svolgeranno sulle montagne nel territorio laziale e limitrofo ed eventuali variazioni verranno comunicate durante il corso.

INIZIO CORSO MARTEDI' 8 GIUGNO 2021 – ISCRIZIONI ENTRO MARTEDI' 8 GIUGNO 2021

Programma delle lezioni teoriche

LEZIONI TEORICHE

dalle ore 20:00 alle ore 22:00 – (Lezioni on line)

MARTEDI' 08 giugno: Presentazione del Corso - Equipaggiamento e materiali

VENEDI' 11 giugno: Cartografia e Orientamento

MARTEDI' 15 giugno: Orientamento

VENEDI' 18 giugno: Elementi di Meteorologia - Flora e fauna

MARTEDI' 22 giugno: Sentieristica

VENEDI' 25 giugno: Soccorso Alpino – Primo soccorso

MARTEDI' 29 giugno: Alimentazione - Allenamento

VENEDI' 02 luglio: Organizzazione di un'escursione - Struttura del Cai

MARTEDI' 06 luglio: Lettura del paesaggio – Ambiente montano

VENEDI' 09 luglio: Gestione e riduzione del rischio – Cultura dell'andare in montagna

Programma delle uscite (lezioni pratiche)

USCITE IN AMBIENTE

dalle ore 8:00

DOMENICA 13 giugno: M. delle Fate (M. Ausoni) Equipaggiamento e materiali – Orientamento

DOMENICA 20 giugno: M. Malaina (M. Lepini) Cartografia e orientamento – Osservazioni meteo

DOMENICA 27 giugno: M. Rotonaria (M. Ernici) Gestione emergenze – Sentieristica

DOMENICA 04 luglio: Pizzo Deta (M. Ernici) Organizzazione di un'escursione

DOMENICA 11 luglio: M. Semprevisa (M. Lepini) Uscita di fine corso – Riepilogo lezioni.