



# Corso base di informazione e formazione per il trekking in montagna

La Sottosezione del C.A.I. SEZZE intende promuovere un valido e stimolante corso base di riflessione e di proposte attive, con esempi di buone pratiche per affrontare il trekking in montagna. Conoscere gli obiettivi per contrastare fenomeni irreversibili di desertificazione umana e culturale. Il Gruppo di Lavoro, intende educare per una buona conoscenza alla tutela dell'ambiente. Le montagne sono sedi di elaborazione e stimoli mentali ma si devono affrontare con consapevolezza e buona conoscenza di quello che si vuole fare. **Bisogna saper conoscere i propri limiti, per la tutela e la qualità della vita che si intende affrontare scalando le più dolci ed aspre vette**

Inoltre Il Gruppo di Lavoro, formato da docenti di alta professionalità, intende educare per una buona conoscenza alla tutela ed al rispetto dell'ambiente.

**Vorremmo interessare i giovani e non solo, per cui il CAI Sezze ha preso questa iniziativa a partire da sabato 13 maggio 2017 alle ore 8,30 presso la Sede della Sottosezione C.A.I. SEZZE, in Via Foresta s.n.c. ex Scuola elementare**

Il costo per la partecipazione al corso è di € 50 e comprende tutto il materiale didattico. Eventuali esigenze di pranzo € 15 presso il ristorante "LA VECCHIA OSTERIA" in Via Foresta, 3 a Sezze a circa 100mt dalla Sede della Sottosezione

A fine corso verra' rilasciato un attestato che potrebbe essere utile come curriculum per concorsi ove richiesta documentazione specifica ma utile per far parte alle scuole di escursionismo per AE.

**AL CORSO POSSONO PARTECIPARE ANCHE I NON SOCI MA PRIMA DEVONO ISCRIVERSI AL C.A.I..**

**POSSIBILMENTE COMUNICARE LE ADESIONI ENTRO IL 30 APRILE:**

## Programma Lezioni teoriche:

13/5-8,30-	Sezze	Organizzazione e struttura del CAI (30 minuti) doc. AEI M.Giusti  Alimentazione, preparazione fisica e movimento (h2) doc. Dr. Mauro Simonetti Socio C.A.I.
13/5-8,30-	Sezze	Ambiente montano tutela e cultura dell'andare in montagna (1h) doc Dr. Claudio Angelini Socio C.A.I.  Equipaggiamento e materiali (1h) doc. AEI M. Giusti

20/5-8,30-	Sezze	Flora e fauna (1h) doc. Angelo Marchetti Organizzazione di una escursione (1h) Gestione e riduzione del rischio (1h), Sentieristica (h1,30min)
27/5-8,30-	Sezze	Cartografia e orientamento nozioni di GPS (2,30h), doc. Dr. G. Fiori
27/5-8,30-	Sezze	Nozioni di medicina di montagna, Elementi di primo soccorso (2h) doc. Dr. Simone De Angelis socio C.A.I.
03/6-8,30-	Sezze	cenni di meteorologia (1,30h)doc. Col. Mele Soccorso alpino (1h) Dr. S. De Angelis Filosofia della sicurezza e pericoli in montagna (1h)doc. Giacarlo Loffarelli Loffarelli Aspetti legali di una escursione: responsabilità dell'accompagnato e dell'accompagnatore: Avv. Giovanni Fontana psicologia di gruppo (1) - fine corso

**Programa lezioni pratiche:**

1	14/5- ore 8	Sezze	Abbigliamento e utilizzo materiali, movimento
2	21/5- ore 8	Sezze	flora, fauna, tutela ambiente montano
3	28/5- ore 8	Sezze	Lettura del paesaggio,Orientamento
4	04/6-ore 8	Sezze	Organizzaz. escursione. Osserv. Meteo. Gestione Emerg.
5	17/6-ore 8	Sezze	Leaderismo in montagna Uscita di fine corso
			Nota: tutte le escursioni avranno difficoltà massima E

**IL DIRETTORE DEL CORSO**  
**AEI Maurizio Giusti**

