



Club Alpino Italiano

**Sezione di Latina**  
**Commissione Escursionismo**



**Maggio | Giugno 2026**

# 3° CORSO BASE DI ESCURSIONISMO **E1**

 **8 LEZIONI  
TEORICHE**

 **4 USCITE IN  
AMBIENTE**

## **Mercoledì 6 Maggio**

- Presentazione del corso
- L'escursionismo secondo il CAI, storia, struttura e organizzazione centrale e sezioni

## **Mercoledì 13 Maggio**

- Equipaggiamento e materiale base
- Movimento e preparazione fisica, alimentazione durante l'escursione

## **Mercoledì 20 maggio**

- Lettura del paesaggio e antropizzazione
- Flora e fauna sulle varie fasce vegetazionali

## **Mercoledì 27 maggio**

- Cartografia

## **Venerdì 29 maggio**

- Orientamento

## **Mercoledì 10 giugno**

- Gestione del rischio e pericoli in montagna
- Primo soccorso e Soccorso Alpino

## **Mercoledì 17 Giugno**

- Organizzare un'escursione
- Meteorologia Base

## **Mercoledì 22 Giugno**

- Cenni di uso strumenti elettronici a supporto

## **Sabato 16 Maggio**

### **Monte Autore** (Simbruini)

- Verifica e utilizzo equipaggiamento.
- Tecniche di camminata, nozioni base sui percorsi

## **Sabato 23 Maggio**

### **Campo Soriano** (Ausoni)

- Nozioni base sulla morfologia del terreno, ambiente montano, boschi.

## **Domenica 7 giugno**

### **Monte Revole** (Aurunci)

- Osservazioni sul percorso, sulla segnaletica, su come è rappresentato il percorso e il territorio sulla carta. Uso della bussola e altimetro, calcolo dell'azimut.

## **Week end 27-28 giugno**

### **Val di Canneto** (PNALM)

- Preparazione dell'escursione e sugli elementi di pericolo ravvisati sul percorso, le variazioni ambientali, osservazioni meteo. Breve esercitazione di chiamata del soccorso.
- Escursione in cui gli allievi dovranno mediante uso di cartina seguire un percorso in maniera indipendente.





Club Alpino Italiano

**Sezione di Latina**  
Commissione Escursionismo



## ORARIO LEZIONI



**18.30 • 20.30**

Sede AVIS

Corso G. Matteotti, 238 Latina



**21.00 • 23.00**

Video conference on line

Sarà possibile seguire le lezioni online nel caso non si possa partecipare di persona

## COSTI

**Corso 60 €** comprende:  
materiale didattico, costi di  
organizzazione, buffet di fine corso.

**Soggiorno 27-28 giugno: 30 €**  
pernottamento, colazione e cena.  
Corso riservato ai soci CAI, per chi non lo  
fosse la **quota associativa è di 45 €**.

Quanto non espressamente  
dichiarato è da considerarsi a parte.

## INFO

✓ **VINCENZO CIMINO AE-EEA-EAI**  
[direttore del corso]  
**340 87 44 322**

✓ **STEFANO GIANCOLA AE-EEA-EAI**  
[vicedirettore del corso]  
**391 39 67 856**

✓ **MIRELLA MAGGIORI AE**  
[segreteria del corso]  
**328 45 90 579**

## ISCRIZIONI

- ✓ Scarica il modulo di iscrizione da  
[www.cailatina.com](http://www.cailatina.com)  
e invialo a [info@cailatina.it](mailto:info@cailatina.it)
- ✓ In sede, **Via Triboniano 17** a Latina  
il giovedì e il venerdì H 18 - 20

## SCOPO

Trasmettere la conoscenza, il rispetto, la tutela,  
la frequentazione consapevole e in sicurezza  
della montagna; fornire le competenze di base per  
organizzare in autonomia escursioni in ambiente  
su percorsi con difficoltà T ed E.



{ **Testi consigliati:** "Montagna da vivere montagna da conoscere"  
acquistalo su CAI Store o richiedilo in sezione, a costo ridotto. }