

## Corso di Escursionismo in ambiente innevato EAI1

Il corso EAI1 base si prefigge di fornire una adeguata formazione teorica e pratica ai soci che si avvicinano all'ambiente innevato con l'utilizzo delle racchette da neve

<b>Destinatari</b>	<p>Soci che non hanno mai praticato l'escursionismo invernale o in maniera occasionale.</p> <p>Scopo renderli in grado di frequentare la montagna in inverno accompagnati o autonomi su semplici percorsi.</p>
<b>Requisiti di Entrata</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Capacità fisiche di base adeguate ad una moderata ma prolungata attività motoria all'aperto</li><li>• Attrezzatura e abbigliamento adatti (che sarà indicata)</li><li>• volontà di seguire il corso sia nelle parti teoriche che pratiche</li></ul>
<b>Obiettivo</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Educare alla frequentazione dell'ambiente innevato</li><li>• Trasmettere le nozioni culturali, tecniche e pratiche per saper organizzare in autonomia escursioni in ambiente su facili percorsi (EAI-F)</li></ul>
<b>Durata e struttura</b>	<p>Sono previste</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• 6 lezioni teoriche per un totale di 12 ore</li><li>• 4 giornate in ambiente (di circa 8 ore) con un week-end finale</li></ul>
<b>Materie delle Lezioni teoriche</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• L'escursionismo in ambiente innevato</li><li>• Come muoverci e dove</li><li>• Problematiche dell'escursionismo in ambiente innevato</li><li>• La neve</li><li>• Sicurezza e riduzione del rischio</li><li>• L'escursione sul terreno innevato</li></ul>
<b>Argomenti delle Uscite Pratiche</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Abbigliamento, posizione, passo e ritmo e tecnica di marcia</li><li>• Lettura del paesaggio e identificare il percorso sulla carta</li><li>• Ricerca con ARTVA e scavo</li><li>• Organizzazione e conduzione da parte degli allievi</li></ul>