

Corso di Escursionismo Base E1

Il corso E1 è il primo approccio per chi in montagna non ci è mai stato o ritiene di avere poca esperienza e di aver bisogno di acquisire o riorganizzare delle conoscenze per la frequentazione consapevole della montagna.

Il corso quindi “parte da zero” senza puntare ad una formazione tecnica o specialistica, ma con l’intento di dare una formazione veramente per neofiti, lasciando alla pratica personale, alla frequentazione sociale e ai corsi avanzati lo sviluppo e la rifinitura del profilo del socio

Destinatari	Tutti coloro che vogliono avvicinarsi alla montagna condividendo i valori e le pratiche del CAI.
Requisiti di Entrata	Capacità adeguate ad una attività fisica moderata ma prolungata <ul style="list-style-type: none">• Attrezzatura e abbigliamento adatti (che saranno indicati)• Volontà di seguire il corso sia nelle parti teoriche che pratiche
Obiettivo	Formare degli escursionisti in grado di <ul style="list-style-type: none">• seguire con profitto l’attività sezionale• praticare l’escursionismo in autonomia su percorsi fino a E
Durata e struttura	Sono previste <ul style="list-style-type: none">• 6 lezioni teoriche per un totale di 12 ore• 5 giornate in ambiente (di circa 8 ore) con un week-end finale
Materie delle Lezioni teoriche	<ul style="list-style-type: none">• L’escursionismo del CAI• Cosa serve in montagna• Il mondo della montagna• Come arriviamo alla meta• Progettiamo l’escursione• Come gestire le emergenze
Argomenti delle Uscite Pratiche	<ul style="list-style-type: none">• Nozioni di base dell’andare in montagna• Osservazioni mirate alla lettura del paesaggio• Osservazioni sul percorso, la segnaletica e la cartografia• Preparazione dell’escursione e gestione delle emergenze• Uscita finale autogestita (assistita) dagli allievi