

Il **Club Alpino Italiano** mette a disposizione di tutti il suo patrimonio di conoscenze, attraverso le scuole e i corsi organizzati dalle sezioni di tutta Italia: dall'escursionismo alle discipline più impegnative, come la speleologia o l'arrampicata. In ogni caso non occorre essere superdotati per partecipare ai corsi, basta l'entusiasmo e il rispetto per l'ambiente naturale. Gli istruttori insegnano le tecniche di base delle varie discipline, è importante infatti accostarsi alla montagna con un essenziale bagaglio di conoscenze. Conoscere quale abbigliamento usare, quale attrezzatura impiegare (scarponi, piccozza, corde...), come leggere una carta topografica, come muoversi sulla neve o su di un ghiaione...sono nozioni che è meglio apprendere dall'esperienza di un istruttore.



Il Club Alpino Italiano, a stretto contatto con i parchi, impegna uomini e risorse nella manutenzione dei sentieri, nel progetto ed rilievo delle reti scursionistiche, nell'organizzazione di corsi e seminari, nella riscoperta e valorizzazione di percorsi escursionistici di grande respiro. Un esempio per tutti: la realizzazione del "Sentiero Italia": un itinerario lungo 6.000 chilometri che da Reggio Calabria arriva fino a Trieste.

Il corso è rivolto a coloro che intendono approfondire le conoscenze tecniche e pratiche necessarie per procedere con sicurezza su sentieri escursionistici e su percorsi attrezzati. Attraverso lezioni teoriche e pratiche si impartiranno quelle nozioni necessarie per un approccio consapevole e sicuro a itinerari fuori sentiero e percorsi attrezzati, attraverso la conoscenza e coscienza della propria posizione nei confronti dello spazio circostante. Il corso prevede lezioni teoriche in Sede e lezioni pratiche sul territorio.

**LE ISCRIZIONI SI RICEVONO IN SEDE, IL MARTEDÌ SERA DALLE ORE 21,00**

Sono ammessi a frequentare il corso i soci CAI aventi almeno 18 anni compiuti. E' obbligatoria l'iscrizione al C.A.I. Ogni allievo per partecipare al corso dovrà produrre un certificato medico di idoneità alla pratica sportiva non agonistica.

**PER INFORMAZIONI:  
GIORGIO ASSIRELLI (AE - EAI)  
Tel. 389 7807323**

**La sede del C.A.I. è aperta il martedì dalle ore 21,00 nei locali di viale dell'Appennino 375  
tel. 338 7601333**

[www.caiforli.it](http://www.caiforli.it)



[info@caiforli.it](mailto:info@caiforli.it)

**Sede legale: viale Roma n. 18 - 47121 Forlì**



**CORSO  
ESCURSIONISMO**

**8 maggio - 10 luglio 2018**

**SICUREZZA IN MONTAGNA**

**CAMMINARE PER CONOSCERE**

**CLUB ALPINO ITALIANO  
Sezione di Forlì**

## LEZIONI TEORICHE

### 08/5 - Presentazione del corso

Organizzazione e struttura del CAI  
Caratteristiche delle attività in montagna  
Materiali ed equipaggiamento

### 15/5 - Lettura delle carte topografiche

Cartografia, Uso della bussola e dell'altimetro  
Orientamento e uso della carta topografica  
Carte digitali - GPS e Smartphone

### 22/5 - I percorsi escursionistici

Il sentiero, natura e storia  
Valutazione dei percorsi, delle condizioni  
del terreno e dei dislivelli

### 29/5 - Organizzazione di una escursione

Scelta della meta  
Individuazione cartografica dell'itinerario  
I rifugi ed i punti di appoggio - le guide

### 05/6 - Tecniche di autoassicurazione

I percorsi attrezzati - le ferrate  
Tecnica di progressione in ferrata  
Prove pratiche dei materiali in sede

### 12/6 - Dinamica delle cause di pericolo

Rischi e pericoli in montagna  
La prevenzione e l'autosoccorso  
Il Soccorso Alpino

### 19/6 - Conoscenza dell'ambiente montano

Elementi di geografia e geologia  
Impatto ambientale nel territorio  
Il tempo e la meteorologia

### 26/6 - Dinamica delle cause di pericolo

L'ambiente invernale  
La neve e le valanghe  
La prevenzione e l'autosoccorso

### 10/7 - Chiusura del corso

Alimentazione e preparazione fisica  
Organizzazione e struttura del CAI  
Verifica finale teorico-pratica

Le lezioni si terranno  
presso la sede del C.A.I.  
di viale dell'Appennino 375 - Forlì  
con inizio alle ore 21,00

Tutti i partecipanti dovranno  
essere dotati dell'abbigliamento  
e delle attrezzature  
previste e indicate dal direttore del corso.

## USCITE PRATICHE

### 13/5 - Uscita in Appennino

Lettura del paesaggio

### 20/5 - Orientamento

Uso delle carte - Prova di orientamento  
GPS e Smartphone uso pratico

### 09-10/6 - Uscita in Appennino

Pernottamento in bivacco  
Escursione gestita dagli allievi  
Manutenzione dei sentieri

### 16-17/6 - Sentiero Attrezzato - Val d'Adige

Didattica - ferrata e sentieri attrezzati  
Percorso in ferrata  
Didattica di riepilogo

### 24/6 - Uscita in Appennino

Percorsi escursionistici e ambiente  
Geologia e geografia

### 07-08/7 - Uscita finale - Dolomiti

Percorsi escursionistici ed attrezzati  
Pernottamento in rifugio  
Didattica di riepilogo

Le attrezzature per le ferrate  
saranno messe a disposizione  
dalla sezione

# CORSO DI ESCURSIONISMO E SENTIERI ATTREZZATI 2018

