



Sezione di Crema



CORSO BASE DI ESCURSIONISMO MAGGIO 2025



Sezione di Crema



mercoledì 7 – 14 – 21 maggio - lezioni teoriche in sede – ore 21:00
domenica 18 e weekend 24-25 maggio - lezioni pratiche in ambiente montano

TERMINE ISCRIZIONI 31/03/2025 o ad esaurimento posti

Nr. partecipanti minimo 7 – massimo 12 persone, per ulteriori info e costi è possibile contattare la sede del CAI di Crema in Via F. Donati nr.12 il martedì e venerdì dalle 21 alle 22,30 al nr. 0373.203463 - Mail: segreteria@caicrema.it

OBIETTIVI DEL CORSO:

- AVVICINARE E FREQUENTARE IN SICUREZZA I PERCORSI ESCURSIONISTICI
- ORGANIZZARE CORRETTAMENTE ED IN AUTONOMIA LE PROPRIE ESCURSIONI IN MONTAGNA
- CONOSCERE GLI ASPETTI BASE DELL'AMBIENTE MONTANO CHE CARATTERIZZANO L'ESCURSIONE

A CHI È RIVOLTO:

- PRINCIPIANTI CHE VOGLIONO AVVICINARSI AL MONDO DELL'ESCURSIONISMO (richiesto comunque un minimo di allenamento alla camminata in montagna)
- ESCURSIONISTI CON ESPERIENZA CHE DESIDERANO PERFEZIONARE LE PROPRIE ABILITA'

ARGOMENTI CHE VERRANNO TRATTATI :

- ATTREZZATURA E ABBIGLIAMENTO
- TECNICHE DI CAMMINATA BASE E AVANZATO
- TECNICHE E UTILIZZO BASTONCINI
- TERRENO SENZA SENTIERO: STRATEGIE, COME MUOVERSI, RISCHI E PERICOLI
- LETTURA ED INTERPRETAZIONE SCALA DIFFICOLTA' ESCURSIONISTICA
- MUOVERSI IN GRUPPO SU TERRENO IMPERVIO
- NOZIONI DI METEO
- ELEMENTI DI PRIMO SOCCORSO E CHIAMATA SOCCORSO ALPINO
- PIANIFICAZIONE ESCURSIONE
- EDUCAZIONE E BUON COMPORTAMENTO IN MONTAGNA
- IL RIFUGIO
- ALIMENTAZIONE
- ELEMENTI DI TOPOGRAFIA E ORIENTAMENTO (USO BUSSOLA E GPS)

Il corso sarà tenuto dalla guida alpina Roberto Pavesi





Sezione di Crema



Andare in montagna è diventata un'attività molto diffusa e all'apparenza adatta a tutti, ma per affrontare l'ambiente montano servono consapevolezza e preparazione.

Il Club Alpino Italiano tra i suoi obiettivi ha anche la formazione dei partecipanti, alla conoscenza, alla tutela e alla frequentazione consapevole della montagna e di trasmettere, nel contempo, le nozioni culturali, tecniche e pratiche per saper organizzare in autonomia e con competenza escursioni in ambiente su vari tipi di terreno e di diversi gradi di difficoltà.

Il CORSO BASE DI ESCURSIONISMO che proponiamo va visto come primo approccio per chi in montagna non ci è mai stato oppure ritiene di avere poca esperienza e ha bisogno di acquisire o riorganizzare delle conoscenze per la frequentazione consapevole della montagna conoscendo le “regole” base volte a rendere ogni escursionista indipendente nell'ideazione e nello svolgimento di un'escursione sia giornaliera che di un trekking di più giorni. Per tutto ciò abbiamo voluto affidare l'incarico a condurre il corso ad un titolato Guida Alpina Roberto Pavesi, che collabora da diverso tempo con la sezione di Crema del Club Alpino Italiano.