

Contenuti e finalità del Coro base di escursionismo E1.

Il Corso Base di Escursionismo (E1) intende avviare i partecipanti ad una frequentazione consapevole della montagna. Si rivolge a chi si avvicina per la prima volta alla pratica dell'escursionismo ma anche a chi, pur essendo in possesso di una personale esperienza in ambito escursionistico, intende acquisire e consolidare le proprie conoscenze culturali, tecniche e pratiche necessarie per organizzare con autonomia e competenza escursioni in ambiente montano. Durante il corso verranno trattati gli aspetti teorico-pratici riguardanti l'attività escursionistica nel suo complesso: abbigliamento e attrezzatura, preparazione fisica, alimentazione, geologia, fauna e flora, cartografia e orientamento, nozioni di meteorologia, sentieristica, nozioni di primo soccorso. L'obiettivo del corso sarà quello di fornire le nozioni che consentano di affrontare le escursioni in condizioni di ragionevole sicurezza e permettere di apprezzare le bellezze dell'ambiente montano. Per la frequenza del corso si richiede un abbigliamento adeguato all'escursionismo di media montagna, in particolare scarponi da trekking, zaino, pile e/o piumino leggero, guscio, cuffia e guanti. **Si consiglia di attendere lo svolgimento della prima lezione teorica prima di procedere all'acquisto di eventuali nuovi materiali.**

Modalità d'iscrizione

Il Corso è rivolto ai soci CAI di età superiore ai 18 anni e in regola con il tesseramento 2025.

Numero Allievi previsto : max. 25 (fino ad esaurimento posti).

Le preiscrizioni vengono effettuate compilando il *form on line* disponibile sul sito della sezione **a partire dal 24/04/2025.**


La quota di partecipazione è fissata in euro 170,00 da versare al momento della conferma dell'iscrizione ed è comprensiva di: spese di funzionamento e utilizzo materiali comuni durante le uscite, pernottamento con mezza pensione presso il Rifugio Locatelli durante l'uscita finale, rilascio attestato di fine corso.

Segreteria della Sezione del CAI di Brescia:

Via Villa Glori,13 Tel. 030-0988984

Orari apertura della sede:

Martedì 9:00 -13:00 - Sabato 9:00 – 12:00



CLUB ALPINO ITALIANO
Sezione di Brescia
Commissione
Escursionismo

Corso Base di Escursionismo E1
19 maggio – 29 giugno 2025

Lezioni Teoriche

Data	Luogo	Orari	Argomenti
19 maggio	Sede CAI	20:30-22:30	Presentazione del corso. Le problematiche della montagna. L'escursionismo secondo il CAI. Breve storia del CAI. La Sezione. Equipaggiamento e materiali base.
26 maggio	Sede CAI	20:30-22:30	Movimento e preparazione fisica. Alimentazione base.
9 giugno	Sede CAI	20:30-22:30	Gestione del rischio (base). Gestione del primo soccorso. GeoResQ. Soccorso alpino.
11 giugno	Sede CAI	20:30-22:30	Cartografia e orientamento base. Sentieristica.
18 giugno	Sede CAI	20:30-22:30	La presenza umana in montagna. La lettura del paesaggio. Flora e fauna come componenti delle varie fasce vegetazionali.
25 giugno	Sede CAI	20:30-22:30	Meteorologia base. Organizzazione di un'escursione. Dopo l'escursione. Il rifugio.
			Organizzazione del Corso
Ernesto (Cico) Ventura (AE)			Accompagnatore di Escursionismo - Direttore del Corso
Matteo Gilberti (ANE-EAI-EEA)			Accompagnatore di Escursionismo - Vice direttore del corso
Luca Bonfà (ANE-EAI-EEA-ONC)			Accompagnatore di Escursionismo
Luigi Bazzana (AE-EAI)			Accompagnatore di Escursionismo
Francesco Scalvini (AE)			Accompagnatore di Escursionismo
Sara Tavoldini (ASE)			Accompagnatore Sezionale – Segreteria del Corso
Nicola Farella (ASE-ONC)			Accompagnatore Sezionale
Alessandro Marras (ASE)			Accompagnatore Sezionale
Pierangelo Bolpagni			Collaboratore

Uscite in Ambiente *

Data	Luogo	Argomenti
25 maggio	Cima Comer	Nozioni di Base dell'escursionismo
8 giugno	Punta Telegrafo	Nozioni di base dell'escursionismo e osservazioni mirate alla lettura del paesaggio
15 giugno	Altopiano di Cariadeghe e Monte Ucia	Nozioni di base e osservazioni sul percorso, sulla segnaletica e su come è rappresentato il territorio sulla carta. Prova di orientamento con cartina e bussola
28 giugno	Rifugio Locatelli dalla Val Fiscalina, con pernottamento, (Gruppo delle Tre Cime di Lavaredo)	Nozioni di base e preparazione dell'escursione. Elementi di pericolo ravvisabili sul percorso, le variazioni ambientali, osservazioni meteo. Breve esercitazione di chiamata del soccorso e gestione
29 giugno	Dal Rifugio Locatelli, Forcella Lavaredo, Rifugio Pian di Cengia, Rifugio Comici e Val Fiscalina	Uscita in autogestione assistita: conduzione, osservazioni ed evidenziazione di problematiche di gruppo

** tutte le uscite in ambiente sono di difficoltà : E*