



# Club Alpino Italiano

## Sezione di Potenza



### Corso base di Escursionismo E1\_02 Settembre – Novembre 2023

Il Corso è rivolto ai soci del Club Alpino Italiano che intendono avvicinarsi alla montagna, oppure a coloro che già la frequentano ma desiderano approfondirne la conoscenza e affrontarla in sicurezza. Gli Accompagnatori del Club Alpino Italiano di Potenza promuovono e trasmettono i valori etici e le conoscenze di base per effettuare escursioni con un equipaggiamento ed una preparazione consoni all'ambiente di montagna: cosa portare nello zaino, come vestirsi e come alimentarsi, come preparare un'escursione a tavolino, analizzando carte topografiche, relazioni e bollettini meteo, per poi apprendere durante le uscite come determinare costantemente la propria posizione facendo orientamento con mappa, bussola ed altimetro. Ma andare in "montagna" significa anche mettersi in gioco in un ambiente lontano dalla nostra quotidianità, camminare imparando ad osservare ed ascoltare il territorio circostante, esplorare sentieri che profumano di naturale bellezza e del vissuto di chi li ha percorsi molto prima di noi.

#### Modalità di partecipazione

Il Corso è rivolto ai Soci del Club Alpino Italiano in regola con il tesseramento per l'anno 2023, l'età minima per la partecipazione al corso è di anni 16. La partecipazione dei minorenni è subordinata all'autorizzazione sottoscritta da almeno uno dei soggetti che esercitano la potestà genitoriale.

**Quota di partecipazione: euro 25,00**, destinata alla copertura dei costi relativi all'organizzazione del corso. Andrà versata tramite bonifico bancario a:

Club Alpino Italiano Sezione di Potenza  
c/c Intesa San Paolo SpA filiale di Potenza  
IBAN: IT48Y0306909606100000189967

specificando nella causale: *Corso base di escursionismo E1\_02, cognome e nome del/la Socio/a*. **ATTENZIONE:** non bisogna effettuare il bonifico prima di aver ricevuto comunicazione di conferma di avvenuta ammissione al corso.

#### Modalità di iscrizione:

è necessario inviare la domanda d'iscrizione compilando l'apposito modulo, tramite mail all'indirizzo:

[franco.tanzi@hotmail.com](mailto:franco.tanzi@hotmail.com)

dalla data di pubblicazione del presente bando fino al **31 agosto 2023**.

Il corso si terrà con un massimo di 25 partecipanti.

È previsto il rilascio di un Attestato di partecipazione ai Soci che avranno frequentato almeno il 70% del totale delle lezioni (teoriche e pratiche).

Per ulteriori informazioni contattare: Simona De Rosa (*Direttore del corso*) 324.9234069.



# Club Alpino Italiano

## Sezione di Potenza



### Programma del Corso:

#### Lezioni teoriche

Le lezioni teoriche si svolgeranno presso la sede del Club Alpino Italiano o, in alternativa, presso il **CSV** in Via Sicilia 10, Potenza. Avranno una durata approssimativa di **quattro ore** (come meglio specificato nella sottostante tabella).

Eventuali variazioni di data e di orario saranno tempestivamente comunicate agli iscritti al corso.

LEZIONI TEORICHE			
N.	DATA – ORARIO:	LUOGO	ARGOMENTO/I DELLA LEZIONE
1	09.09.2023 15:00 - 19:00	Sezione CAI  O  CSV	Presentazione del corso Le problematiche delle montagne L'escursionismo secondo il CAI Breve storia del CAI, il CAI e il ruolo della sezione Cartografia e orientamento base Orientamento digitale Sentieristica
2	23.09.2023 09:00 - 13:00	Sezione CAI  O  CSV	La presenza umana in montagna La lettura del paesaggio Flora e fauna come componenti dei vari piani vegetazionali Equipaggiamento e materiali base Movimento e preparazione fisica Alimentazione base
3	14.10.2023 09:00 - 13:00	Sezione CAI  O  CSV	Organizzazione di un'escursione Dopo l'escursione Gestione del rischio Il rifugio Meteorologia base Soccorso alpino Gestione del primo soccorso



# Club Alpino Italiano

## Sezione di Potenza



### Uscite in ambiente

Le località e le date delle uscite in ambiente potranno subire variazioni in base alle valutazioni effettuate dagli Accompagnatori, potranno occupare l'intera giornata e svolgersi anche in caso di condizioni meteorologiche ed ambientali sfavorevoli.

USCITE IN AMBIENTE			
N.	DATA - ORARIO	LUOGO	ARGOMENTI DELLA LEZIONE
1	10.09 09:00 – 16:00	Parco Nazionale Appennino Lucano, Val D'Agri e Lagonegrese	Nozioni base (abbigliamento e cartografia, preparazione dello zaino, alimentazione, tecnica di camminata, aspetti naturalistici, rapporti con gli altri)
2	24.09 09:00 – 16:00	Parco Nazionale Appennino Lucano, Val D'Agri e Lagonegrese	Nozioni base e lettura del paesaggio
3	15.10 09:00 – 16:00	Parco Regionale Gallipoli Cognato - Piccole Dolomiti Lucane	Nozioni base e osservazioni sul percorso, sulla segnaletica, rappresentazione del territorio sulla carta
4	29.10 09:00 – 16:00	Parco Regionale Gallipoli Cognato - Piccole Dolomiti Lucane	Nozioni base, preparazione dell'escursione, elementi di pericolo, osservazioni meteo e gestione delle emergenze
5	12.11 09:00 – 16:00	Parco Nazionale Appennino Lucano, Val D'Agri e Lagonegrese	Uscita di fine corso

**Direttore del Corso: Simona De Rosa - Segretario: Franco Tanzi**  
**Relatori e Accompagnatori:**

**AE**  
**AE\_EAI**  
**AE\_EAI**  
**AE**  
**ASE**  
**ORTAM**  
**Medico CNSAS**  
**DdE**  
**Geologa**  
**DdE**  
**Professore**

**Aldo Brindisi**  
**Simona De Rosa**  
**Franco Tanzi**  
**Amedeo Tucci**  
**Franca Di Trana**  
**Vincenzo De Palma**  
**Stefano Trinchi**  
**Enzo Guardascione**  
**Merilisa Guerriero**  
**Mario Riccardi**  
**Vincenzo Telesca**