



Club Alpino Italiano
Sezione Ligure Genova
Sottosezione di Arenzano



Scuola di Escursionismo **Monte Antola**

TINGHI GIAN LUCA	ANE	Direttore della Scuola
MARENGO SERGIO	AE-EEA-EAI	Coordinatore Tecnico
NIEDDU PIETRO LUIGI	AE-EEA-EAI	Segretario

Aldinucci Walter AE-EEA	Mion Elisa AE
Bernardi Luigi AE	Montobbio Silvio AE-EEA
Bordo Daniela AE-EEA-EAI	Quolantoni Alessandro AE
Braggio Mariano AE-EEA	Rolleri Edoardo AE-EEA
Prunotto Paolo AE-EEA-EAI	Rubino Antonio AE-EEA
Camicia Roberto AE	Solari Lorenzo AE
Casu Gianni AE-EEA	Taccola Luciano AE-EEA
Caviglia Benedetto ASE	Todde Marco AE
Cimiero Daniele AE-EEA-EAI	Tondelli Bruno AE-EEA-EAI
Clavarino Paola AE-EEA-EAI	Zunino Gianpiero AE-EEA-EAI

Per ulteriori informazioni www.scuolamonteantola.org
email: scuola_e@cailiguregenova.it



Club Alpino Italiano
Sezione Ligure Genova
Sottosezione di Arenzano



Scuola di Escursionismo **Monte Antola**



CORSO DI ESCURSIONISMO di
BASE E1

Settembre – Novembre 2022

Per informazioni ed iscrizioni rivolgersi a:

Segreteria della Sezione Ligure Genova, Galleria Mazzini 7/3,
 tel. 010 592122

Apertura : dal martedì al venerdì dalle ore 17 alle ore 19.00, il giovedì
 anche dalle 21.00 alle ore 22.30.



Club Alpino Italiano Sezione Ligure Genova Sottosezione di Arenzano

ISCRIZIONI:

Sono ammessi a frequentare il corso i Soci del Club Alpino Italiano di età superiore ai 18 anni. All'atto dell'iscrizione l'allievo, oltre al versamento della quota d'iscrizione, dovrà fornire il certificato medico d'idoneità alla pratica sportiva non agonistica (chi ha superato i 55 anni di età dovrà presentare un certificato medico rilasciato da un Centro di Medicina dello Sport), n. 2 fotografie formato tessera, la domanda correttamente compilata, fotocopia della tessera CAI in corso di validità. Le pre-iscrizioni si effettuano in sede.

Non saranno accettate domande incomplete. Nei 15 giorni precedenti l'inizio dei corsi, durante l'orario di segreteria, è possibile consegnare i documenti necessari per le iscrizioni.

Le iscrizioni sono aperte a tutti i Soci; è prevista un'uscita di prova per verificare l'idoneità a partecipare a questo corso.

QUOTA D'ISCRIZIONE:

Quota d'iscrizione 150 euro

La quota comprende: assicurazione infortuni, uso dei materiali collettivi, un contributo delle spese organizzative. La quota di iscrizione deve essere saldata, prima dell'inizio del corso, mediante versamento ad un incaricato della scuola presso la sede sociale del CAI di Galleria Mazzini 7/3 nell'orario di segreteria (martedì – venerdì dalle ore 17:00 alle ore 19:00, il giovedì anche dalle ore 21:00 alle ore 22:00). La ricevuta del pagamento della quota va allegata alla domanda d'iscrizione che si può anche scaricare dal sito internet (www.scuolamonteanbola.org alla pagina Iscrizione).

REGOLAMENTO:

Il corso viene organizzato dalla Scuola di Escursionismo "Monte Antola" della Sezione Ligure Genova del Club Alpino Italiano secondo quanto indicato dagli Organi Tecnici Centrali. Con l'iscrizione l'allievo si impegna ad osservare tutte le disposizioni a lui impartite dall'organico didattico. La frequenza è obbligatoria. Ai fini della regolarità dello svolgimento del corso, due assenze anche non consecutive alle lezioni pratiche possono portare alla mancata consegna dell'Attestato di frequenza. La Direzione del Corso si riserva di modificare o di rinviare quelle esercitazioni che risultassero fortemente ostacolate da causa di forza maggiore.

CORSO DI ESCURSIONISMO BASE – E1

Il Corso Base è il primo modulo che viene proposto a quanti si avvicinano alla montagna e necessitano di acquisire le nozioni fondamentali nel campo dell'abbigliamento, della lettura del territorio, della cartografia elementare, dell'alimentazione, della meteorologia e del pronto soccorso. La preparazione teorica è completata da esercitazioni pratiche sul terreno dove si applicheranno le nozioni apprese in aula.

Lezioni teoriche

20/09	Presentazione Corso
20/09	Storia del CAI e ruolo della sezione
27/09	Equipaggiamento e materiali
27/09	Preparazione fisica e Alimentazione base
04/10	Flora e Fauna e piani vegetazionali
11/10	Sentieristica e Cartografia
18/10	Organizzazione di un'escursione
18/10	Meteorologia
25/10	Gestione del rischio
25/10	Gestione dell'emergenza e Soccorso alpino
13/11	Rifugio: la casa dell'escursionista

Uscite sul terreno

02/10	Crevari-Arenzano: progressione su terreno e abbigliamento
16/10	Monte Tobbio: Lettura del paesaggio e geomorfologia
23/10	Monte Caravaggio: Uscita di Orientamento
30/10	Monte di Portofino: meteo e chiamata al soccorso alpino
12-13/11	Rifugio Antola

Organico del Corso

Direttore: Camicia Roberto **Vice-direttore:** Taccola Luciano

Accompagnatori di Escursionismo:

Camicia Roberto, Casoni Claudia, Cimiero Daniele, Clavarino Paola, Prunotto Paolo, Taccola Luciano, Tondelli Bruno, Zunino Giampiero, Caviglia Benedetto