



CAI - Sez. MACERATA FERMO

Corso base di Ciclo escursionismo

CE1-2022

Direttore: Mitillo Mauro (AE-C; ISA)

Vicedirettore: Monelli Lorenzo (AE-C)



Programma delle Lezioni

	<p>Teoria</p>	<p>Sede CAI:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Macerata (Via Bartolini, 37 Macerata) • Fermo (Largo Mora,5 Fermo) <p>Orario: 21.15 – 23.00</p>
<p>Date</p>		<p>Argomenti</p>
<ul style="list-style-type: none"> * 05 aprile - Sez. Macerata * 07 aprile - Sez. Macerata * 28 aprile - Sez. Fermo * 05 maggio - Sez. Fermo * 12 maggio - Sez. Macerata 		<p>Presentazione del corso; Le problematiche della montagna; L'escursionismo secondo il CAI; Il CAI e il ruolo delle sezioni. Il rifugio; Alimentazione, preparazione fisica e di coordinamento; Equipaggiamento e materiali specifici per il cicloescursionismo Meteorologia; Meccanica base; Ambiente, paesaggio, cultura dell'andare in montagna; Sentieristica; Organizzazione di un'escursione; Scala delle difficoltà tra escursionismo e cicloescursionismo; Gestione e riduzione del rischio; Soccorso alpino; Cartografia e orientamento</p>
	<p>Pratica</p>	<p>Le date riportate delle lezioni pratiche possono essere soggette a variazioni, in relazione alle condizioni meteorologiche.</p>
<p>Date</p>		<p>Argomenti</p>
<ul style="list-style-type: none"> * 9 aprile 		<p>Esercitazione campo scuola livello TC (esercizi di base propedeutici per le uscite in ambiente)</p>
<ul style="list-style-type: none"> * 30 aprile 		<p>Meccanica base (esercitazione per manutenzione e riparazione di base)</p>
<ul style="list-style-type: none"> * 08 maggio 		<p>Esercitazione campo scuola livello MC (esercizi evoluti propedeutici per le uscite in ambiente)</p>
<ul style="list-style-type: none"> * 21-22 maggio 		<p>Uscita in ambiente di livello MC (uscita rivolta all'applicazione pratica delle tecniche di guida apprese)</p>
<p>Note:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Il numero massimo di allievi partecipanti al corso è pari 16. Gli iscritti in eccesso saranno inseriti in una lista d'attesa in base alle eventuali defezioni o rinunce. 		