



Club Alpino Italiano - Sezione di Sassuolo Corso di Escursionismo Avanzato E2 del 2023



Per informazioni e iscrizioni:

Club Alpino Italiano Sez. di Sassuolo
Piazza Risorgimento N°52 41049 Sassuolo (Mo)
Tel. 0535-870273

sassuolo@cai.it www.caisassuolo.it
orari: martedì e venerdì 21.00-22.30

Scopo e regolamento

Il 1° Corso di Escursionismo E2 è rivolto a tutti coloro che intendono frequentare la montagna in sicurezza, affrontando anche tratti che vanno oltre alla semplice camminata su facili sentieri.

Nelle nostre escursioni, specialmente su Alpi e Dolomiti, possiamo incontrare brevi tratti esposti, spesso attrezzati con cavetto di corrimano, o qualche residua lingua di neve, che senza la dovuta conoscenza di come affrontarli, possono crearci situazioni di pericolo.

Il corso ha lo scopo di fornire agli allievi una preparazione tecnica e culturale più approfondita, rispetto ai normali corsi base, tale da permettere loro di conoscere gli aspetti dell'ambiente di montagna che maggiormente interessano l'attività escursionistica avanzata e di affrontarli in sicurezza, ad esempio: Le Alte Vie, I percorsi della Grande Guerra, trekking e attraversate che richiedono pernotti in rifugi o bivacchi.

Per lo svolgimento del Corso è richiesto ai partecipanti un certificato medico attestante l'idoneità dei singoli alla pratica sportiva non agonistica in corso di validità per tutto il periodo del corso stesso.

Il Corso è riservato a soci maggiorenni CAI in regola con il tesseramento 2023. Numero massimo dei partecipanti 14.

La quota di partecipazione di 120 € comprende:

- Assistenza di Accompagnatori qualificati CAI (AE e ASE)
- Assicurazione derivante dall'iscrizione al corso come vigenti disposizioni in materia CAI
- Noleggio Materiale didattico per esercitazioni.

La quota di partecipazione non comprende:

- Le spese di viaggio, vitto e alloggio durante le uscite in ambiente.

Non è previsto il rimborso della quota di iscrizione in caso di abbandono del Corso.

Per ulteriori chiarimenti, informazioni e iscrizioni

Fregni Claudio	338-1170366 (AE-EEA Direttore del corso)
Barbolini Amedeo	333-2682821 (AE-EAI Vice direttore del corso)
Aldini Mirka	339-8292914 (ASE Segretaria del corso)
Bononcini Claudio	333-3349622 (ASE)
Ronchej Marco	340-1685648 (ASE)

Parte teorica: le lezioni si terranno in sede CAI

Merc. 29/3 ore 21	Presentazione dei corsi di escursionismo 2023 1) MdR-E Modulo di raccordo escursionistico e 2) Corso avanzato di Escursionismo E2 Di seguito il calendario del corso E2
Merc. 24/5	Le problematiche della montagna: non è un corso a rischi zero L'escursionismo avanzato. Equipaggiamento e materiali. Movimento: tecnica di camminata su terreni impervi, presenza di neve residua. Preparazione fisica: allenamento, equilibrio.
Merc. 31/5	Lettura del paesaggio: Cenni di geologia e geomorfologia. Corretta frequentazione e tutela ambiente. Il rapporto con flora e fauna.
Merc. 07/6	Tipologie di itinerari: Escursioni giornaliere e Trekking. Punti di appoggio.
Merc. 14/6	Cartografia e orientamento avanzato: Come progettare un itinerario. Orientamento in situazioni critiche. Uso del GPS o apparati equivalenti
Merc. 21/6	Meteorologia avanzata e ambientale: La circolazione dell'aria. Auto previsioni. Gestione delle emergenze: Chiamata del soccorso alpino GeoResQ
Merc. 28/6	Organizzazione del trekking del gruppo del Sella insieme ai corsisti
Merc. 05/7	Differenze tra pericolo e rischio e loro gestioni. Problematiche dell'escursionismo in solitaria.

N.B. Le lezioni si terranno nelle serate del mercoledì dalle ore 21 alle ore 23 in presenza presso la sede della sez. di Sassuolo, se possibile; oppure, in base ad eventuali impedimenti dettati da disposizioni governative e/o del CAI, legate all'eventuale emergenza sanitaria, tramite collegamento remoto in webinar.

Parte pratica: uscite in ambiente EE

Dom. 28/5		<p><i>Parco delle cascate di Molina VR Orrido della Val Sorda A/R</i></p> <p><i>Escursione in una forra in parte attrezzata con particolare attenzione a movimento e preparazione fisica</i></p>
Dom. 11/6		<p><i>Appennino Modenese Attraversata M. Rodinaio, M. Giovo</i></p> <p><i>Lettura delle carte guardando il territorio, lettura del territorio camminando sulle "carte" finché le carte e il territorio non diventano un tutt'uno, superando piccole difficoltà di esposizione.</i></p>
Dom. 25/6		<p><i>Piccole Dolomiti VI Sentiero dell'Omo e della Dona</i></p> <p><i>Escursione con particolare attenzione ad eventuali situazioni di emergenza</i></p>
Ven. 07/7 Sab. 08/7 Dom. 09/7		<p><i>Attraversata del Gruppo del Sella BZ</i></p> <p><i>Esperienza in rifugio su uno dei tratti più belli dell'Alta via delle Dolomiti N°2 Val Setus, Rifugio e cima Pisciadù, Piz Miara, Rifugio e cima e Boè, Val de Mezdi, Colfosco.</i></p> <p><i>Da ? A ? Per ? Trekking organizzato assieme ai corsisti</i></p>