**XII Corso di Base di Escursionismo - 1° livello**

**Parco Nazionale d’Abruzzo, Lazio e Molise**

con il patrocinio **AIGAE – Ass. Italiana Guide Ambientali Escursionistiche**

*Docenti del Corso:*

*Cristiano Pignataro Istruttore Corso Base Escursionismo*

*Valeria De Meo Istruttore Corso Base Escursionismo*

Boschi incantati, prati fioriti, freschi ruscelli e animali selvatici…

La natura da sempre ci regala fantastiche emozioni permettendoci di ricaricarci dopo una settimana lavorativa non sempre facile ma come tutto richiede conoscenza, umiltà e preparazione.

Se ti piace passare del tempo libero a contatto con la natura questo è il corso che fa per te!

Come tutto anche la natura ha i suoi ritmi quindi non impareremo a costruire un giaciglio su cui dormire o a procurarci il cibo, ne diventeremo dei piccoli Indiana Jones ma potrai avvicinarti al mondo dell’escursionismo, imparando a programmare e realizzare escursioni in primavera, estate ed autunno, godendo appieno le meraviglie di queste stagioni in ambienti temperati su percorsi facili ben segnati senza correre rischi inutili e sapendo sempre come affrontare gli imprevisti più frequenti.

**8 LEZIONI TEORICHE**

1. Abbigliamento e attrezzatura
2. Alimentazione, preparazione
3. Cartografia, topografia, orientamento
4. Prevenzione dei pericoli, allerta soccorsi

**3 LEZIONI PRATICHE**

**ESAME FINALE CON ESAMINATORE AIGAE**

**RILASCIO DI DIPLOMA CBE AIGAE**

(solo al superamento dell’esame finale)

Classi ridotte (max. 15 allievi) = lezioni più proficue e che rispettano le norme ANTI Covid.

NOTA: se si dovesse rendere necessario e a seconda dei decreti governativi, le lezioni potrebbero essere spostate su piattaforma zoom (quindi in remoto).

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **05 febbraio****sabato** | **10:00 - 13:00** |   Lezione teorica Introduzione al corso; abbigliamento, attrezzatura e calzature |
| **14:00 – 17:00****17:00 – 19:00** |  Lezione teorica Allenamento, alimentazione, organizzare la cassetta primo soccorsoLezione teorica Lettura e interpretazione carta topografica – principi generali |
| **06 febbraio****domenica** | intera giornata |  Lezione pratica all’aperto Esercitazione di topografia e lettura carta |
| **19 febbraio****sabato**  | **10:00 – 13:00****14:00 – 17:00** |  Lezione teorica Lettura e interpretazione carta topografica - uso di carta e bussola Lezione teorica Progettazione di un'escursione con carta topografica |
| **20 febbraio****domenica** |  intera giornata | Lezione pratica all’aperto su sentiero Escursione di orientamento strumentale |
| **05 marzo****sabato**  | **10:00 - 13:00** |  Lezione teorica Prevenzione dei pericoli |
| **14:00 – 17:00****17:00 – 19:00** |  Lezione teorica Prevenzione dei pericoli Lezione teorica Allerta soccorsi e chiamate di emergenza |
| **06 marzo****domenica** |  intera giornata |  Lezione pratica all’aperto su sentiero Escursione cartografia, orientamento, prevenzione pericoliEsame finale Escursione su sentiero, con esame (parte teorica e pratica) |

Pur facendo il possibile per mantenere invariato il suindicato calendario, si avverte che l’ordine di svolgimento delle lezioni, le località delle uscite pratiche e le date potrebbero comunque variare qualora il docente lo ritenesse opportuno, a suo insindacabile giudizio, per motivi relativi ad avverse condizioni meteo, livello di apprendimento medio del gruppo, cause di forza maggiore ecc. ecc.

**Quota di partecipazione: 130,00€**

**La quota comprende:**

 1. Lezioni e uscite come da programma; uso del materiale didattico dimostrativo;

**La quota non comprende:**

2. Spese di segreteria AIGAE 15,00€

3. Spese di trasporto, pasti e attrezzatura personale per lo svolgimento delle lezioni pratiche e dell’esame.