

VI° Corso di base di ESCURSIONISMO - 1° livello

con il patrocinio della Commissione Nazionale Formazione e Aggiornamento di
AIGAE – Ass. Italiana Guide Ambientali Escursionistiche

Docente del Corso:

Cristiano Pignataro Istruttore Corso Base Escursionismo

**Corso aperto a tutti, per muovere i primi passi nella natura...
partendo con il piede giusto!**

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

- *Abbigliamento e attrezzatura*
- *Alimentazione, preparazione*
- *Cartografia, topografia, orientamento*
- *Prevenzione dei pericoli, allerta soccorsi*



3 LEZIONI PRATICHE



ESAME FINALE CON ESAMINATORE ESTERNO AIGAE



RILASCIO DI DIPLOMA CBE AIGAE

(solo al superamento dell'esame finale)



**Classi ridotte (max. 15 allievi) =
lezioni più proficue**

Four Seasons Natura e Cultura by Gaia900

SEDE DI MILANO: c/o Cascina Cuccagna, Via Cuccagna 2/4 – 20135 Milano

tel.: 324 8486608 – 02 70634800 – e-mail: segreteria.milano@fsnc.it

SEDE LEGALE: Via Guglielmo degli Ubertini 44, 00176 Roma - tel. 06 27800984 - fax 06 98376019 - infoviaggi@fsnc.it

www.viagginaturaecultura.it

Calendario del corso

Inizio 2 Dicembre 2018

02 Dicembre domenica	10:00 - 12:30	Lezione teorica in sede FSNC a Cascina Cuccagna Milano Introduzione al corso; abbigliamento, attrezzatura e calzature
	14:30 – 16:30	Lezione teorica in sede FSNC a Cascina Cuccagna Milano Allenamento, alimentazione, organizzare la cassetta primo soccorso
	17:00 – 19:00	Lezione teorica in sede FSNC a Cascina Cuccagna Milano Lettura e interpretazione carta topografica – principi generali
08 Dicembre sabato	intera giornata	Lezione pratica all'aperto Esercitazione di topografia e lettura carta
09 Dicembre domenica	14:00 – 16:00	Lezione teorica in sede FSNC a Cascina Cuccagna Milano Lettura e interpretazione carta topografica - uso di carta e bussola
	16:30 – 18:30	Lezione teorica in sede FSNC a Cascina Cuccagna Milano Progettazione di un'escursione con carta topografica
15 Dicembre sabato	intera giornata	Lezione pratica all'aperto su sentiero Escursione di orientamento strumentale
16 Dicembre domenica	10:00 - 12:30	Lezione teorica in sede FSNC a Cascina Cuccagna Milano Prevenzione dei pericoli
	14:30 – 16:30	Lezione teorica in sede FSNC a Cascina Cuccagna Milano Prevenzione dei pericoli
	17:00 – 19:00	Lezione teorica in sede FSNC a Cascina Cuccagna Milano Allerta soccorsi e chiamate di emergenza
12 gennaio sabato	intera giornata	Lezione pratica all'aperto su sentiero Escursione cartografia, orientamento, prevenzione pericoli
13 gennaio domenica	mattina	Esame finale Escursione su sentiero, con esame (parte teorica e parte pratica)

Four Seasons Natura e Cultura by Gaia900

SEDE DI MILANO: c/o Cascina Cuccagna, Via Cuccagna 2/4 – 20135 Milano

tel.: 324 8486608 – 02 70634800 – e-mail: segreteria.milano@fsnc.it

SEDE LEGALE: Via Guglielmo degli Ubertini 44, 00176 Roma - tel. 06 27800984 - fax 06 98376019 - infoviaggi@fsnc.it

www.viagginaturaecultura.it

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: 120,00€

La quota comprende:

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

La quota non comprende:

- Libro di testo "Corso di Base di escursionismo" (costo 20,00€ facoltativo)
- Esame corso CBE 15,00€ (facoltativo)
- Spese di trasporto, pasti e attrezzatura personale per lo svolgimento delle lezioni pratiche e dell'esame.

Il corso si rivolge ai soci dell'associazione Four Seasons Natura e Cultura. In occasione del corso si rilascia la tessera associativa 2018 a titolo gratuito.

Per info contattare:

FSNC di Milano segreteria.milano@fsnc.it tel: (+39) 0270634800

Four Seasons Natura e Cultura by Gaia900

SEDE DI MILANO: c/o Cascina Cuccagna, Via Cuccagna 2/4 – 20135 Milano

tel.: 324 8486608 – 02 70634800 – e-mail: segreteria.milano@fsnc.it

SEDE LEGALE: Via Guglielmo degli Ubertini 44, 00176 Roma - tel. 06 27800984 - fax 06 98376019 - infoviaggi@fsnc.it

www.viagginaturaecultura.it