

Giorni e orari	Argomenti
Mercoledì 30 ottobre ore 19.00– 21.00	Introduzione al corso, definizione di obiettivi e aspettative; abbigliamento, attrezzature e calzature.
Sabato 2 novembre ore 9.30– 15.30	Lettura e interpretazione carta topografica 1° USCITA: escursione di topografia
Mercoledì 6 novembre ore 19.00 - 21.00	Allenamento, alimentazione, respirazione, organizzare la cassetta di primo soccorso e farmacia.
Sabato 9 novembre ore 9.30– 15.30	Lettura e interpretazione carta topografica - uso di carta e bussola. 2° USCITA: escursione di orientamento strumentale.
Mercoledì 13 novembre ore 19.00– 21.00	Progettazione di un'escursione con carta topografica
Sabato 16 novembre ore 9.30 - 15.30	Prevenzione pericoli_1 (pericoli legati alle condizioni meteo e alla quota). 3° USCITA: escursione cartografica, orientamento.
Mercoledì 20 novembre ore 19.00– 21.00	Prevenzione pericoli_2 (animali domestici e selvatici, vipera, zecche, pericoli legati all'acqua) Allerta soccorsi; comportamenti ecocompatibili; <i>Conclusione corso:</i> <i>Informazioni sull'esame,</i> <i>somministrazione</i> <i>questionario di gradimento del</i> <i>corso.</i>