

**CORSO BASE DI ESCURSIONISMO (Codice AIGAE CBE 0036-LA-19 )****7 Novembre - 15 Dicembre 2019**CON IL PATROCINIO DELLA COMMISSIONE FORMAZIONE E AGGIORNAMENTO  
DELL'ASSOCIAZIONE ITALIANA GUIDE AMBIENTALI ESCURSIONISTICHE

*Il piacere di trascorrere una giornata nella Natura: sempre più persone decidono di trascorrere il loro tempo libero camminando lungo i tanti sentieri che percorrono i nostri territori, all'ombra di un bosco, lungo uno scintillante torrente o per raggiungere una cima panoramica. Ma la Natura è di per sé piena di sorprese e per non dover incorrere in spiacevoli situazioni è necessario avere alcune competenze di base e conoscere semplici, ma importantissime tecniche. Imparare come si prepara lo zaino, qual è l'abbigliamento più adatto, come pianificare l'itinerario, come non perdere il sentiero, saranno soltanto alcuni degli argomenti che verranno trattati per poter vivere con serenità e consapevolezza un giorno in escursione.*

**Il progetto formativo**

Il progetto didattico dei Corsi di Escursionismo è un percorso formativo, articolato in due livelli, improntato sulla metodica elaborata dalla Commissione Formazione e Aggiornamento dell'AIGAE (Associazione Italiana Guide Ambientali Escursionistiche - [www.aigae.org](http://www.aigae.org)), l'associazione di categoria che raggruppa in Italia i professionisti che si occupano di accompagnamento in ambienti naturali. I corsi sono pensati per la cittadinanza, con l'obiettivo di diffondere la pratica dell'escursionismo nella natura, di fornire agli utenti le nozioni base per affrontare in sicurezza e con il giusto livello di preparazione la pratica escursionistica e migliorarne la consapevolezza e l'autonomia.

I corsi si tengono in tutta Italia e sono tenuti da Guide Ambientali Escursionistiche, regolarmente iscritte all'AIGAE, che hanno conseguito la qualifica di Istruttori per il relativo livello di corso.

**Il Corso Base di Escursionismo**

Il corso, che non riveste alcun carattere professionale, intende trasmettere ai partecipanti gli elementi fondamentali e le tecniche di base dell'escursionismo; si rivolge a tutti coloro che desiderano acquisire più conoscenze e quindi una maggiore sicurezza nella preparazione e nello svolgimento delle loro escursioni.

E' organizzato su una base teorica, una fase di sperimentazione e applicazione pratica e da una prova d'esame. L'esame finale consisterà in una prova scritta e in una prova pratica. Alla fine del corso e previo superamento dell'esame verrà rilasciato un diploma AIGAE.

Il conseguimento del diploma è propedeutico alla partecipazione al corso di 2° livello.

### **Da chi è organizzato**

Sistema Natura è composta da Guide Ambientali Escursionistiche che si occupano professionalmente da oltre quindici anni di escursionismo, di accompagnamento di gruppi in ambienti naturali, di didattica, divulgazione, interpretazione ed educazione ambientale.

Il corso è tenuto da Luca D'Alessandris, già Istruttore Nazionale di Escursionismo - UISP Lega Montagna (1997), Guida Ambientale Escursionistica con qualifica professionale di Tecnico Qualificato Guida Ambientale Escursionistica della Regione Toscana, iscritto nel Registro Italiano delle Guide Ambientali Escursionistiche - AIGAE n.° LA159, nonché docente nei primi tre corsi professionalizzanti per Guide Ambientali Escursionistiche tenutisi nella Regione Lazio.

### **Dove si svolge**

La parte teorica si svolgerà a **Supino (FR)**, presso la sede di Sistema Natura in **Viale Regina Margherita, 146**, in orari e secondo il calendario sotto indicato; le uscite pratiche verranno effettuate in località di grande valore naturalistico e di particolare interesse didattico nel Lazio o Abruzzo.

### **Quanto dura**

Il corso avrà una durata di circa un mese e mezzo, iniziando Giovedì 7 Novembre 2019 e concludendosi Domenica 15 Dicembre 2019.

Sono previsti, quindi, otto incontri teorici (alcuni abbinati ad attività sul campo) di due ore, tre escursioni e la prova d'esame. Verrà organizzata, infine, una serata per festeggiare insieme la consegna dei diplomi.

### **Calendario, orari e argomenti**

*Gio. 7 Novembre* (19:15 - 21:15) - Lez. 1: introduzione al corso, definizione di obiettivi e aspettative; abbigliamento, attrezzatura e calzature.

*Gio. 14 Novembre* (19:15 - 21:15) - Lez. 2: allenamento, alimentazione, respirazione, organizzazione dello zaino e della borsa di primo soccorso.

*Dom. 17 Novembre* (intera giornata) - Prima uscita pratica.

*Gio. 21 Novembre* (19:15 - 21:15) - Lez. 3: lettura e interpretazione della carta topografica.

*Gio. 28 Novembre* (19:15 - 21:15) - Lez. 4: progettazione di un'escursione con carta topografica (con project work di gruppo).

*Dom. 1 Dicembre* (intera giornata) - Seconda uscita pratica.

*Gio. 5 Dicembre* - Lez. 5: lettura e interpretazione carta topografica - uso della carta e della bussola;

*Sab. 7 - Dom. 8 Dicembre* - (fine settimana intensivo)

Lez. 6: prevenzione pericoli e buone norme di comportamento in escursione - 1a parte

Lez. 7: prevenzione pericoli e buone norme di comportamento in escursione - 2a parte

Lez. 8: allerta soccorsi; comportamenti ecocompatibili, informazioni sull'esame, questionari gradimento e valutazione del corso.

Terza uscita pratica.

*Dom. 15 Dicembre* (intera giornata) - Esame finale, prova scritta e pratica.

### **Quota individuale di partecipazione**

€ 100,00. La quota comprende: lezioni teoriche e pratiche; utilizzo di materiale didattico; assicurazione RCT della Guida per le attività teoriche e pratiche; oneri.

La quota non comprende: dispense € 10,00; spese per esame AIGAE € 15,00; spese di trasporto; attrezzatura personale; il soggiorno e il vitto durante il fine settimana 7-8 Dicembre.

Il corso verrà attivato al raggiungimento di un minimo di sei iscrizioni e con un massimo di quindici partecipanti (come da regolamento AIGAE).

### **Iscrizione**

Per iscriversi è necessario compilare il modulo in allegato ed inviarlo unitamente alla copia del bonifico bancario preferibilmente via e-mail a [sistemanatura@gmail.com](mailto:sistemanatura@gmail.com) o via fax al numero **0775.227545**.

### **Coordinate bancarie**

BANCO POSTA

INTESTATARIO: D'ALESSANDRIS LUCA

IBAN: IT31N0760103200000057850034

CAUSALE: ISCRIZIONE CORSO BASE ESCURSIONISMO SISTEMA NATURA 02/2019 - 07/11/2019

NOME COGNOME

L'iscrizione dovrà pervenire entro e non oltre **il 3 Novembre 2019**.