

# CORSO BASE DI ESCURSIONISMO

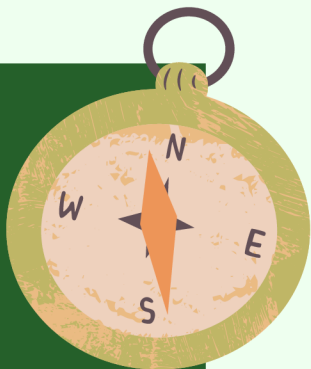
## SUI SENTIERI DELL'UMBRIA, TERRA DI NATURA E DI CULTURA... LINEE GUIDA E DIDATTICA AIGAE

FARNETTA (TR) DAL 3 MARZO AL 2 MAGGIO 2026

ISTRUTTORE CBE: ALESSIO SUGONI - GUIDA AMBIENTALE ESCURSIONISTICA  
IN COLLABORAZIONE CON PRO LOCO FARNETTA

### CARTOGRAFIA E ORIENTAMENTO

Lettura e interpretazione  
carta topografica - Uso di  
carta e bussola -  
Progettazione di  
un'escursione in  
project-work



### PREPARAZIONE

Allenamento, alimentazione,  
respirazione.  
Comportamenti  
ecocompatibili.  
Uscite in ambiente con  
esercitazioni



### PREVENZIONE DEL RISCHIO

Definizione del rischio.  
Prevenzione e protezione del  
rischio. Allerta soccorsi.



### EQUIPAGGIAMENTO

Abbigliamento, attrezzatura  
e calzature, organizzazione  
cassetta primo soccorso e  
farmacia.



# CORSO BASE DI ESCURSIONISMO



**DAL 3 MARZO AL 2 MAGGIO 2026**

Linee Guida e Didattica Aigae

Iscrizioni aperte per una nuova edizione del Corso Base di Escursionismo, strumento formativo elaborato e proposto per acquisire le conoscenze e le competenze indispensabili alla sicura frequentazione dei sentieri e del paesaggio naturale.

Nella splendida cornice della verde Umbria, terra di natura e di cultura...

**SEDE DI SVOLGIMENTO:** FARNETTA - MONTECASTRILLI (TR)

**8 LEZIONI IN AULA - 3 USCITE PRATICHE IN APPENNINO**

**FORMULA SERALE:** 1 LEZIONE IN AULA ALLA SETTIMANA - USCITE NEL WEEKEND

**ESAME FINALE – DIPLOMA CON CERTIFICAZIONE DELLE COMPETENZE**

**ISTRUTTORI/DOCENTI:** ALESSIO SUGONI – GUIDA AMBIENTALE ESCURSIONISTICA

**COSTO DEL CORSO:** 175,00 € di cui 160,00 € quota corso + 15 € spese segreteria Aigae

Costo del manuale: € 20,00 (facoltativo)

**POSTI DISPONIBILI:** 15

ADESIONI ENTRO IL **20 FEBBRAIO** – SALVO ESAURIMENTO POSTI

## CALENDARIO LEZIONI

- *Martedì 3 Marzo ore 21.00 – Introduzione al corso; definizione di obiettivi e aspettative; abbigliamento, attrezzatura e calzature*
- *Martedì 10 Marzo ore 21.00 – Allenamento, alimentazione, respirazione, organizzazione cassetta primo soccorso e farmacia*
- *Martedì 17 Marzo ore 21.00 – Lettura e interpretazione carta topografica*
- *Martedì 24 Marzo ore 21.00 – Lettura e interpretazione carta topografica - uso di carta e bussola*
- *Sabato 28 Marzo ore 9.30 – Uscita in ambiente - Cartografia*
- *Martedì 31 Marzo ore 21.00 – Progettazione di un'escursione con carta topografica (con project-work individuale o di gruppo)*
- *Martedì 7 Aprile ore 21.00 - Prevenzione e protezione del rischio*
- *Sabato 11 Aprile ore 9.30 – Uscita in ambiente - Cartografia e orientamento strumentale*
- *Martedì 14 Aprile ore 21.00 – Prevenzione e protezione del rischio*
- *Martedì 21 Aprile ore 21.00 – Allerta soccorsi; comportamenti ecocompatibili - Informazioni sull'esame*
- *Domenica 26 Aprile ore 9.30 – Uscita in ambiente - Orientamento strumentale e prevenzione del rischio*
- *Martedì 28 Aprile ore 21.00 – Riepilogo principali argomenti (opzionale) – Somministrazione questionari di gradimento*
- *Sabato 2 Maggio - Esame: Prova Teorica e Prova Pratica*

**INFORMAZIONI E ADESIONI:** cell. 3886979791 – mail: [info@trekkinginumbria.it](mailto:info@trekkinginumbria.it)

**[www.trekkinginumbria.it](http://www.trekkinginumbria.it)**