

## POSSONO ISCRIVERSI

I Soci CAI in regola con il tesseramento che abbiano compiuto il 18° anno di età.

Verrà richiesto a tutti i partecipanti un certificato medico di pratica sportiva non agonistica, che dovrà essere valido per l'intera durata del corso.

## PRESENTAZIONE E ISCRIZIONI

Il corso verrà presentato **martedì 26 marzo alle 20:30** presso la **sede del CAI di Rovigo**. A seguire inizieranno le iscrizioni che chiuderanno al raggiungimento del numero di 20 allievi.

## PER INFORMAZIONI

Contattare: Eugenio Pavan  
e-mail: [corsi.cairovigo@gmail.com](mailto:corsi.cairovigo@gmail.com)



## CONTATTACI

### SEZIONE CAI DI ROVIGO

VIA GIORDANO BRUNO 15  
45100 ROVIGO

 [WWW.CAIROVIGO.IT](http://WWW.CAIROVIGO.IT)

 [INFO@CAIROVIGO.IT](mailto:INFO@CAIROVIGO.IT)

 SEZIONECAIROVIGO

 CAIROVIGO

MERCOLEDÌ ORE 18.00-19.30

GIOVEDÌ ORE 21.15 - 22.30

---

### SEZIONE CAI DI LENDINARA

VIA MONTE GRAPPA, 31

45026 LENDINARA

 [WWW.CAILENDINARA.IT](http://WWW.CAILENDINARA.IT)

 [INFO@CAILENDINARA.IT](mailto:INFO@CAILENDINARA.IT)

 CAILENDINARA

GIOVEDÌ 21.00 - 23.00



# 1° CORSO DI ESCURSIONISMO AVANZATO E2

CLUB ALPINO ITALIANO  
SEZIONI DI ROVIGO E LENDINARA

## OBIETTIVI

Il **Corso di escursionismo avanzato (E2)** ha lo scopo di formare i partecipanti alla conoscenza, alla **tutela** ed alla **frequentazione consapevole** della montagna e di trasmettere, nel contempo, le nozioni **culturali, tecniche e pratiche** per saper organizzare in autonomia e competenza escursioni in ambiente su vari tipi di terreno e di diversi gradi di difficoltà.

Il Corso è rivolto ad escursionisti con un buon bagaglio culturale e tecnico, predisposti alla frequentazione di **itinerari impegnativi**. È richiesta esperienza personale in attività escursionistiche, preparazione adeguata ad attività fisica impegnativa e prolungata, attrezzature ed abbigliamento adeguati, volontà e disponibilità a seguire il corso sia nelle parti teoriche che pratiche.

Il Corso interesserà **percorsi di impegno medio/alto** per escursionisti esperti (EE), con itinerari su sentieri o tracce di sentiero, terreni aperti privi di sentieri ma con segnalazioni, compresi tratti con presenza di neve residua, pendii ripidi con tratti esposti assicurati da brevi cavi, anche con brevi passaggi su roccia.

## LEZIONI TEORICHE

**mart 26 marzo:** presentazione corso, finalità e struttura. Iscrizioni.

**mart 9 aprile:** l'escursionismo secondo il CAI; lettura della carta; il meteo nell'attività escursionistica.

**mart 7 maggio:** le problematiche della montagna; equipaggiamento e materiali; movimento e preparazione fisica

**mart 14 maggio:** lettura del paesaggio, corretta frequentazione dell'ambiente montano.

**mart 21 maggio:** come strutturare un itinerario; orientamento; GPS.

**mart 28 maggio:** meteorologia.

**mart 4 giugno:** gestione dell'emergenza; primo soccorso; soccorso alpino.

**mart 11 giugno:** pericolo e gestione del rischio.

**mart 25 giugno:** consegna attestati.

Le lezioni si terranno dalle **20:30** alle **22:30**, presso la **Sede del CAI di Rovigo**, Via Giordano Bruno 15 - Rovigo.

## USCITE IN AMBIENTE

**dom 14 aprile:** *Lessinia* - uscita conoscitiva.

**dom 12 maggio:** *Appennino* - equipaggiamento e materiali, movimento e preparazione fisica; lettura del paesaggio.

**dom 19 maggio:** *Alpago* - gestione del percorso e del gruppo.

**dom 26 maggio:** *Moiazza* - orientamento e osservazioni meteo.

**dom 2 giugno:** eventuale recupero.

**dom 9 giugno:** *Colli Euganei* - manovre elementari di emergenza.

**sab 15 e dom 16 giugno:** *Alpi Feltrine* - autogestione di una escursione.

Data la natura del corso, il programma potrà subire variazioni di date e luoghi, anche in base alle condizioni meteo.

## QUOTA DI PARTECIPAZIONE

Il costo del corso è fissato a € 200,00.

La quota di partecipazione è comprensiva di: assicurazione kasko per trasferimenti su mezzi propri, dispense digitali, attestato.

Direttore: **Eugenio Pavan**  
(Accompagnatore di Escursionismo)



ALPMANIA snc

