



CORSO ESCURSIONISMO BASE – E1

PRESENTAZIONE DEL CORSO - Mercoledì 17 Settembre e Mercoledì 1° Ottobre h21
Presso la sede di Edelweiss, Viale Umbria, 126 - Milano.

I destinatari del corso E1 sono escursionisti ad un primo approccio con la montagna per chi non ci è mai stato oppure ritiene di avere poca esperienza e ha bisogno di acquisire o riorganizzare delle conoscenze per la frequentazione consapevole della montagna. Si "parte da zero" senza puntare a una formazione tecnica o specialistica, dando una formazione per neofiti lasciando spazio alla pratica

INFORMAZIONI PRATICHE

Il corso è strutturato in 8 lezioni teoriche, e in 5 escursioni in ambiente, nelle quali verranno trattate le diverse tematiche utili ad affrontare percorsi escursionistici

I posti disponibili per il corso sono 30. Quota di partecipazione è di : 180 euro soci CAI – Edelweiss e di 200€ Soci CAI.

La quota comprende: dispense didattiche, manuali e pubblicazioni varie, l'uso del materiale della scuola, l'assistenza dei nostri accompagnatori, le lezioni teoriche. La quota NON comprende: i costi di viaggio, l'iscrizione al CAI, l'attrezzatura personale, quanto altro non indicato come compreso. Per partecipare al corso occorre una preparazione fisica adeguata. I candidati al corso dovranno essere dotati di attrezzatura e abbigliamento adatti (che saranno indicati) e volontà di seguire il corso sia nelle parti teoriche che in quelle tecniche. La partecipazione è riservata ai soli iscritti CAI in regola con il bollino 2025. È obbligatoria la presentazione del certificato di idoneità sportiva alla pratica non agonistica. Il direttore del Corso si riserva la valutazione dei candidati al fine dell'ammissione al corso attraverso colloqui individuali al momento dell'iscrizione e si riserva di modificare il programma a seguito delle condizioni meteo al momento delle uscite

CALENDARIO LEZIONI TEORICHE

Mercoledì 08/10/25

Cosa serve in montagna, Equipaggiamento, Movimento, Alimentazione;

Lunedì 13/10/25

Come arriviamo alla meta
Percorso, Cartografia,
Sentieristica base;

Mercoledì 15/10/25 –

Come arriviamo alla meta
Orientamento Base;

Lunedì 20/10/25 –

Organizzazione di una Escursione;

Mercoledì 22/10/25

Progettiamo l'escursione
Organizzazione, Meteorologia, il
rifugio, il Dopo Escursione;

Lunedì 27/10/25

Il mondo della montagna Lettura
Paesaggi, Presenza Umana,
Geologia, Flora e fauna;

Mercoledì 29/10/25

Come gestire le emergenze Primo
Soccorso

Mercoledì 05/11/25

Il Rischio, GeoResQ Soccorso
Alpino

ISCRIZIONI

Telefonando al numero **02.36589745**

Scrivendo a info@edelweisscrai.it

In sede il:

LUNEDÌ dalle 17:30 alle 20:00

MERCOLEDÌ dalle 17:30 alle 22:30.

CALENDARIO LEZIONI PRATICHE

Sabato 11/10/25 Conoscitiva Cosa
serve in montagna Nozioni Base

Domenica 26/10/25 Come
arriviamo alla meta Percorso,
Cartografia...

Domenica 09/11/25 Il mondo
della montagna Lettura Paesaggi,
Geologia...

Domenica 16/11/25 Preparazione
dell'escursione, elementi di
pericolo...

Domenica 30/11/25 Escursione
Gestita dai Corsisti

Le uscite verranno effettuate con
auto private e i costi di viaggio
saranno suddivisi fra tutti gli
iscritti al Corso