



## CLUB ALPINO ITALIANO Sezione di Bari

Via Volpe, 6 - 70100 BARI Tel. 080/5559602 - [www.caibari.it](http://www.caibari.it)



*La Commissione Escursionismo presenta:*

# “ANDAR PER SENTIERI” XVI CORSO BASE DI ESCURSIONISMO 21 aprile - 31 maggio 2015

**Direttore del Corso:** Federico Caizzi (AE)

**Istruttori:** Maurizio Armenise (ASE/ONC); Marco Bonardo (ASE)

**Aiuto Istruttori/docenti:** Dino Punzi; Nunzia Cavone; William Formicola (CNSAS); Francesco Lampugnani; Vito Partipilo (IAL); Mario De Pasquale (ONTAM)

AE: accompagnatore di escursionismo - ASE: accompagnatore regionale di escursionismo - ONC: Operatore Naturalistico Culturale - IAL: Istruttore di arrampicata libera - ONTAM Operatore Nazionale Tutela Ambiente Montano

### FINALITA'

Scopo del Corso è quello di fornire agli allievi una preparazione tecnica e culturale tale da permettere loro di:

- conoscere gli aspetti dell'ambiente di montagna che maggiormente interessano l'attività escursionistica
- frequentare in sicurezza ed autonomia i sentieri montani
- organizzare correttamente le proprie escursioni.

La Direzione ha preparato il programma conformemente alle indicazioni della Commissione Centrale per l'Escursionismo del Club Alpino Italiano.

### METODO DI INSEGNAMENTO

Il Corso si articola in 6 lezioni teoriche ed in 5 escursioni didattiche mirate alla sperimentazione delle nozioni acquisite. Le lezioni sono improntate alla massima interattività docente/discente, con costanti verifiche del livello di comprensione ed apprendimento, onde massimizzare il risultato cognitivo ed omogeneizzare il profilo del gruppo.

### STRUMENTI DIDATTICI

E' previsto l'utilizzo di ausili didattici audiovisivi e di dispense.

### EQUIPAGGIAMENTO

Scarponcini ed idoneo abbigliamento da montagna di base.

N.B.: Prima di provvedere all'acquisto di equipaggiamento, si suggerisce di aspettare la prima lezione del Corso, durante la quale verranno dati indicazioni e consigli utili per gli acquisti.

## REQUISITI PER LA PARTECIPAZIONE

- Maggiore età;
- Tesseramento al CAI in corso di validità (occorre fornire n. 2 foto formato tessera al momento dell'iscrizione);
- Idoneità all'attività fisica non agonistica (con certificato medico);
- Abbigliamento ed attrezzatura personale adeguati.

## CONTRIBUTO DI PARTECIPAZIONE

Il contributo è di **€ 120,00** e include: il tesseramento al CAI, l'assicurazione infortuni e il materiale didattico.

Per gli studenti fino a 26 anni di età il contributo è ridotto a **€ 90,00**; per i Soci il costo è di **€ 55,00**.

*Non sono incluse le spese di trasporto e di vitto e alloggio durante le uscite.*

## CONDIZIONI GENERALI DI PARTECIPAZIONE

Gli allievi sono tenuti al massimo rispetto dello Statuto, dei regolamenti del CAI, delle norme di comportamento e delle indicazioni del Direttore del corso, degli istruttori e loro aiuti, pena l'allontanamento dal corso.

Gli spostamenti per e dal luogo di partenza delle escursioni avvengono con mezzi propri dei partecipanti e sotto la propria responsabilità.

Gli organizzatori, a fronte di problemi ostativi al corretto svolgimento delle attività didattiche, potranno, a loro insindacabile giudizio, modificare il programma del corso, garantendo comunque il numero di lezioni ed escursioni previste.

Numero minimo dei partecipanti: 5 allievi.

Numero massimo dei partecipanti: 25 allievi.

Scadenza del termine d'iscrizione: **17 Aprile 2015**












## INFORMAZIONI ED ISCRIZIONI

Per ulteriori chiarimenti ed iscrizioni, rivolgersi alla sede della Sezione di Bari ubicata in Via Volpe n. 6 il venerdì a partire dalle ore 21,00, o tutti i giorni presso "L'Uomo" via De Rossi 25 a Bari, oppure telefonare ai seguenti numeri:

080/5559602 (venerdì dalle h. 21,00 alle h. 23.00) - 3488722711 (Federico Caizzi) - [federico\\_caizzi@virgilio.it](mailto:federico_caizzi@virgilio.it) - 3488989789 (Maurizio Armenise) - 3899625673 (Dino Punzi)



## CALENDARIO DEL CORSO

Martedì 21 aprile	<p><b>PRESENTAZIONE DEL XVI CORSO</b></p> <p>Cosa è il Club Alpino Italiano, la Sezione di Bari, finalità e compiti dell'escursionismo <i>(a cura del Presidente Rosanna Laragione)</i></p> <p><b>EQUIPAGGIAMENTO, PREPARAZIONE FISICA E ALIMENTAZIONE</b></p> <p>Abbigliamento e attrezzature, preparazione fisica e alimentazione dell'escursionista. <i>(a cura di Federico Caizzi e Maurizio Armenise)</i></p>	
Martedì 28 Aprile	<p><b>ESCURSIONE: ORGANIZZAZIONE E GESTIONE (1)</b></p> <p>Scelta della meta, stima dei tempi di percorrenza e delle difficoltà, sentieristica e segnaletica comportamento in escursione, filosofia dell'escursionista, pericoli in montagna, aspetti legali.</p> <p><i>(a cura di Marco Bonardo e Federico Caizzi)</i></p>	
<b>W/E 2/3 Maggio</b>	<b>Monte Sellaro – Parco del Pollino</b>	
Martedì 5 Maggio	<p><b>ELEMENTI DI TOPOGRAFIA, CARTOGRAFIA E ORIENTAMENTO</b></p> <p>Le carte geografiche, orientamento con bussola e altimetro, orientamento con GPS.</p> <p><i>(a cura di Dino Punzi)</i></p>	
<b>Domenica 10 Maggio</b>	<b>Eremiti di Pulsano – Parco Nazionale del Gargano</b>	
Martedì 12 Maggio	<p><b>ESCURSIONE: ORGANIZZAZIONE E GESTIONE (2)</b></p> <p>Organizzazione di un trekking</p> <p><i>(a cura di Vito Partipilo e Federico Caizzi)</i></p>	
<b>Domenica 17 Maggio</b>	<b>Monte Sirino</b>	
Martedì 19 Maggio	<p><b>TUTELA AMBIENTE MONTANO</b></p> <p>L'ambiente montano, corretta frequentazione del territorio e protezione ambientale.</p> <p><i>(a cura di Mario De Pasquale)</i></p>	
<b>Domenica 24 Maggio</b>	<b>Monte Alpi</b>	
Martedì 26 maggio	<p><b>SOCCORSO IN MONTAGNA</b></p> <p>Elementi di primo soccorso ed emergenza in montagna. Corpo Nazionale Soccorso Alpino e Speleologico.</p> <p><i>(a cura di Francesco Lampugnani e William Formicola)</i></p>	
<b>Domenica 31 maggio</b>	<b>Piani di Pollino – Parco Nazionale del Pollino</b>	
Venerdì 5 Giugno	<p>Conclusione del corso: verifica finale, dibattito di fine corso e consegna attestati.</p>	