



L'OTTO Escursionismo Puglia unitamente alle Sezioni CAI di Gioia del Colle e di Bari

ORGANIZZANO:

1° CORSO INTERSEZIONALE DI ESCURSIONISMO BASE

E1

A CHI SI RIVOLGE IL CORSO

Il presente Corso E1 vuole essere un primo approccio per chi in montagna non ci è mai stato o un buon ripasso per chi ha bisogno di rivedere le proprie conoscenze sui fondamentali necessari per la frequentazione consapevole dell'ambiente esterno, secondo i valori del Club Alpino Italiano. Obiettivo del corso è quella di fornire le cognizioni per un'autonomia di base su percorsi sino alla difficoltà escursionistica E.

La didattica tratterà gli aspetti teorici e pratici connessi all'organizzazione dell'attività escursionistica come previsto dalle nuove linee guida e I nuovi piani didattici per i corsi sezionali di escursionismo approvati dalla Commissione Centrale di Escursionismo il 01/10/2021, con particolare riferimento alle cognizioni basilari necessarie per la frequentazione dell'ambiente montano, e sarà altresì volta a motivare i soci partecipanti a partecipare alla vita associativa nell'ambito del Sodalizio.

Il corso di formazione E1 è riservato a n.20 soci per singola Sezione ed costituito da:

- Sei (6) sessioni teoriche che si svolgeranno alternativamente tra le sedi delle Sezioni CAI di Gioia del Colle e di Bari (in modalità a distanza per i soci impossibilitati allo spostamento infrasettimanale);
- Cinque (5) sessioni in ambiente, imperniate sulle varie discipline trattate durante le lezioni teoriche.

Il corso si aprirà presso la sede della Sezione CAI di Bari in data 20 maggio 2022 e si chiuderà presso la sede della Sezione CAI di Gioia del Colle in data 24 giugno 2022

I soci che avranno frequentato il Corso E1, potranno successivamente iscriversi ai moduli successivi quando verranno indetti nuovi corsi da parte dell'OTTO organizzatore.

REQUISITI

I soci che intendono frequentare i corsi devono essere in possesso dei seguenti requisiti di base:

- Partecipazione riservata ai soci CAI in regola con il tesseramento, in possesso dei requisiti in entrata indicate nel presente documento e dell'equipaggiamento minimo stabilito dal Direttore del corso;
- Età minima di anni 16; per I minori la partecipazione è subordinate all'autorizzazione sottoscritta da almeno uno dei soggetti che esercitano la potestà genitoriale;
- Certificato medico valido di idoneità alla pratica sportiva non agonistica;
- E' facoltà del direttore del corso escludere gli aspiranti corsisti che a suo insindacabile giudizio non siano idonei a partecipare al corso. Tale facoltà può essere esercitata anche nei confronti dei corsisti che non siano ritenuti idonei a proseguire il corso iniziato;
- All'allievo che ha partecipato almeno al 70% delle lezioni teoriche e al 70% delle sessioni in ambiente verrà rilasciato un attestato di partecipazione;
- La copertura assicurativa del corso è disciplinata dalle vigenti disposizioni CAI in materia.



Il corso è riservato ad un numero massimo totale di **40 allievi** e si terrà solo in caso di raggiungimento del numero minimo di **20 candidati**, in caso di numero maggiore di aspiranti corsisti si lascerà alla discrezionalità dell'OTTO organizzatore l'eventuale accettazione di ulteriori istanze.

AMMISSIONE ED ISCRIZIONE AL CORSO

L'**aspirante corsista** dopo aver contattato una delle due Sezioni organizzatrici (vedere i contatti dei siti web della Sezione CAI di Gioia del Colle - www.caigioidelcolle.it - e della Sezione CAI di Bari - www.caibari.it -), per le incombenze necessarie **alla preventiva iscrizione** al Club Alpino Italiano **deve presentare** all'OTTO organizzatore la domanda di partecipazione compilando in tutte le sue parti l'apposito modulo allegato al presente regolamento entro e non oltre il **15 Maggio 2022**, inviandolo direttamente all'indirizzo e-mail: cai.ottoescursionismo.puglia@gmail.com (farà fede la data di invio del messaggio mail).

Le successive comunicazioni ufficiali sul corso verranno inviate esclusivamente per e-mail e a mezzo whatsapp su gruppo che verrà all'uopo costituito e pertanto si prega di indicare nel modulo di ammissione, oltre al numero di cellulare un indirizzo di posta elettronica valido, corretto e frequentemente utilizzato.

Alla conferma dell'ammissione al corso, i candidati dovranno **versare la quota di iscrizione** e inviare all'indirizzo di posta elettronica dell'OTTO organizzatore (cai.ottoescursionismo.puglia@gmail.com), la seguente documentazione:

- Certificato medico valido di idoneità alla pratica sportiva non agonistica;

N.B.: le domande in originale cartaceo dovranno essere consegnate nel corso della sessione preliminare unitamente al certificato medico, alle quietanze di avvenuta iscrizione al CAI e alle quietanze di avvenuto pagamento del corso stesso (le somme non verranno in nessun caso restituite).

QUOTA DI ISCRIZIONE

La quota di iscrizione è fissata in **€ 50,00** (cinquanta,00) e comprende il contributo per le spese organizzative.

Per la necessaria e preventiva iscrizione al Club Alpino Italiano come sopra meglio indicato, si invita l'aspirante corsista a prendere contatti con le singole Sezioni organizzatrici

La quota dovrà essere versata **entro il 17 Maggio 2022**,

STRUTTURA DEL CORSO

1^a sessione:

Teoria	20 Maggio	Sede CAI Bari
Uscita in ambiente	22 Maggio	Uscita in ambiente

2^a sessione:

Teoria	27 Maggio	Sede CAI Gioia del Colle
Uscita in ambiente	29 Maggio	Uscita in ambiente

3^a sessione:

Teoria	03 Giugno	Sede CAI Bari
Uscita in ambiente	05 Giugno	Uscita in ambiente



4^a sessione:

Teoria	10	Giugno	Sede CAI Gioia del Colle
Uscita in ambiente	12	Giugno	Uscita in ambiente

5^a sessione:

Teoria	17	Giugno	Sede CAI Bari
Uscita in ambiente	19	Giugno	Uscita in ambiente

6^a sessione:

Teoria	24	Giugno	Sede CAI Gioia del Colle
--------	-----------	---------------	--------------------------

N.B. Le sedi delle sessioni e lo schema della didattica delle singole giornate potranno subire variazioni in rapporto alle esigenze logistiche, meteorologiche od organizzative. Tali variazioni saranno comunque comunicate nelle convocazioni e in loco.

DIREZIONE DEL CORSO

Direttore: Marco Siano (AE-EAI)

Vice Direttori: Federico Caizzi (AE-EEA-EAI) Diego Eramo (AE)

Segretario: Maurizio Armenise (AE- EAI)

MATERIALE NECESSARIO PER PARTECIPARE ALLE USCITE IN AMBIENTE

Zaino 20/30L, una borraccia almeno 1L, scarponcini da trekking, una giacca impermeabile con cappuccio, un pile, una maglia in tessuto traspirante (più una, di ricambio), pantaloni lunghi tecnici, un berretto e un paio di guanti, un paio di occhiali da sole, un cappellino, crema solare, un **kit di primo soccorso** (cerotto nastrato, qualche garza, disinfettante), eventuali farmaci abituali.

È consigliato l'uso dei **bastoncini da trekking**.

Ad ogni modo durante il corso verrà valutato il materiale in dotazione personale e verranno formulati suggerimenti in merito.

Per eventuali richieste di chiarimenti si prega prendere contatti con:

Direttore del Corso: **Marco Siano** tel. 392 8960635

Vice Direttore del corso: **Federico Caizzi** tel. 353 4338178

Segretario del corso: **Maurizio Armenise** tel. 348 8989789

email: cai.ottoescursionismo.puglia@gmail.com

Bari 16 aprile 2022

Federico Caizzi
Presidente Otto Escursionismo
Puglia



Allegato 1: programma del Corso E1

1ª SESSIONE – L'ESCURSIONISMO DEL CAI	
1° GIORNO (2 ore)	2° GIORNO
PARTE TEORICA: Presentazione del corso da parte dei componenti OTTO e interventi dei Presidenti delle Sezioni su: <ul style="list-style-type: none">• Breve storia del CAI• Il CAI e il ruolo della Sezione, come è composta, come funziona e l'attività che svolge• Equipaggiamento e materiali di base	Escursione su itinerario di tipo E
2ª SESSIONE – IL MONDO DELLA MONTAGNA	
1° GIORNO (2 ore)	2° GIORNO
PARTE TEORICA: <ul style="list-style-type: none">• La presenza umana in montagna• La lettura del paesaggio• Flora e fauna come componenti dei vari piani vegetazionali	Escursione su itinerario di tipo E
3ª SESSIONE – COSA SERVE IN MONTAGNA	
1° GIORNO (2 ore)	2° GIORNO
PARTE TEORICA: <ul style="list-style-type: none">• Movimento e preparazione fisica• Alimentazione base• Le problematiche della montagna• L'escursionismo secondo il CAI	Escursione su itinerario di tipo E
4ª SESSIONE – COME ARRIVIAMO ALLA META	
1° GIORNO (2 ore)	2° GIORNO
PARTE TEORICA: <ul style="list-style-type: none">• Cartografia e orientamento di base• Orientamento digitale• Sentieristica	Escursione su itinerario di tipo E



5ª SESSIONE – PROGETTIAMO L'ESCURSIONE

1° GIORNO (2 ore)	2° GIORNO
PARTE TEORICA: <ul style="list-style-type: none">• Organizzazione di una escursione• Dopo l'escursione• Gestione del rischio• Rifugio	Escursione su itinerario di tipo E

6ª SESSIONE – COME GESTIRE LE EMERGENZE

1° GIORNO (2 ore)	
PARTE TEORICA: <ul style="list-style-type: none">• Meteorologia di base• Gestione del primo soccorso• Soccorso alpino <p>Saluti di commiato</p>	



DOMANDA DI ISCRIZIONE CORSO DI ESCURSIONISMO E1

Anno di effettuazione del corso 2022

Il/La sottoscritto/a

Cognome:		Nome:	
Luogo nascita:		Data nascita	
Residente a:		CAP	
Via		n.	
Cellulare	Telefono casa/ufficio	E-mail	
Appartenente alla Sezione CAI di	Sottosezione di	Iscritto al CAI dal	Codice Fiscale

Chiede di essere ammesso/a alla frequenza del suindicato corso.

A tal fine dichiara sotto la propria responsabilità di godere dei diritti civili, essere regolarmente iscritto/a al CAI per l'anno di effettuazione del corso, di non avere in atto provvedimenti di sospensione. Autorizza l'uso dei propri dati personali per le comunicazioni del CAI.

Luogo e data

FIRMA