

VII CORSO ESCURSIONISMO MEDIA MONTAGNA

Finalità del corso: L' obiettivo del corso è quello di preparare i partecipanti alla pratica dell'Escursionismo di Media Montagna con sufficienti conoscenze e competenze tecniche. Prerequisito necessario per la partecipazione al corso è la possibilità di praticare attività sportive non agonistiche.

A chi è rivolto: Il corso è rivolto sia a chi si avvicina per la prima volta all'escursionismo sia a chi già frequenta l'ambiente montano e desidera approfondire le proprie conoscenze in materia.

Come si svolge: Il corso si svolge in lezioni teoriche e attività pratiche.

PROGRAMMA

<p>1) Sabato 21 febbraio 2015 (ore 16:30-19:30)</p> <p>Presentazione del Corso;</p> <p>Sicurezza in montagna; Scala delle difficoltà escursionistiche; Equipaggiamento personale.</p> <p>Orientamento: I punti cardinali, la bussola Gli angoli azimutali e angoli zenitali</p> <p>2) Sabato 28 febbraio 2015 (ore 16:30-19:30)</p> <p>Orientamento: I meridiani e i paralleli</p> <p>Cartografia: Proiezioni, simboli, scale, quote e curve di livello Distanze e pendenze Orientamento carta</p> <p>3) Domenica 8 marzo 2015</p> <p>Esercitazione topografica: I Prati di Cottanello.</p> <p>Sezione didattica: Uso della bussola - Segnaletica degli Itinerari escursionistici</p>	<p>4) Sabato 14 marzo 2015 (ore 16:30-19:30)</p> <p>Cartografia: Il coordinatometro</p> <p>Il Sistema GPS Supporti informatici Esercitazione pratica</p> <p>5) Sabato 21 marzo 2015 (ore 16:30-19:30)</p> <p>Primo Soccorso: Catena dei Soccorsi - Posizione Laterale di Sicurezza Stato di shock - Assideramento - Congelamento Colpo di calore e colpo di sole – Ferite - Punture insetti - Avvelenamenti - Morsi o graffi di animali- Distorsioni, lussazioni e fratture Materiale Primo Soccorso</p> <p>6) Domenica 29 marzo 2015</p> <p>Escursione: Monte Pizzuto da Poggio Perugino.</p> <p>Sezione didattica: Meteorologia – I nodi</p>
---	--

Luogo del corso: c/o Circolo "La Traccia" – Via Tor de' Schiavi 222 – Roma
Partecipanti: 18 max

Per maggiori informazioni manda una e-mail all'indirizzo info@sabinatrekking.it o chiama il 3407716828

Per iscrizione al corso manda i tuoi dati (cognome, nome e un recapito telefonico e/o e-mail) all' indirizzo info@sabinatrekking.it (riceverai una e-mail di conferma).