



### **CORSO di BASE di ESCURSIONISMO AIGAE.**

L' Aigae (Associazione Italiana Guide Ambientali Escursionistiche) rappresenta, forma ed aggiorna chi per professione accompagna in natura i propri clienti, illustrando loro le caratteristiche ambientali e culturali dell'area visitata. Attraverso il Piano di Formazione nazionale, sono stati approvati corsi di base di escursionismo volti a migliorare la sicurezza, la consapevolezza e l'autonomia degli escursionisti!

I corsi di Base di Escursionismo hanno avuto inizio in tutta Italia nel 2013 ed hanno lo scopo di formare gli aspiranti nella pratica dell'escursionismo, ovvero di essere in grado di muoversi in autonomia e sicurezza in ambiente naturale.

#### **Cosa imparerai durante il corso**

Il corso consta di 8 lezioni teoriche, 3 pratiche ed un esame e ti consentirà di programmare e realizzare escursioni in primavera, estate ed autunno, in ambiente temperato, fuori da ambiti invernali o nevosi, su terreno sufficientemente strutturato per l'escursionismo, in zone di cui sia reperibile una cartografia di precisione accettabile. Con il corso di Base di Escursionismo AIGAE, potrai programmare trekking di più giorni, da rifugio a rifugio, o da paese a paese, in zone in cui sarai certo di poter trovare cena e riparo per la notte. Il tutto senza mai correre rischi inutili e sapendo come ci si deve vestire, come scegliere l'attrezzatura, cosa mangiare, come allenarsi e come comportarsi se qualcosa dovesse andare storto.

#### **Iscrizioni**

Il corso è aperto ad un massimo di 15 partecipanti. Eventuali minorenni potranno iscriversi, ma dovranno essere necessariamente accompagnati. Il corso partirà al raggiungimento di un numero minimo di 6 iscritti,

La partecipazione è riservata a persone in condizioni di salute tali da poter affrontare semplici escursioni.

Per partecipare al corso è prevista una quota di iscrizione comprensiva di lezioni, uscite, esame, diploma finale (se conseguito).

- La quota di partecipazione è di € 100.00
- Sarà inoltre necessario versare una tassa d'esame di € 15.00

L'acquisto del libro di testo - *corso base di escursionismo* ( Marco Fazion, Monte Meru editore 2015 - ) ad un costo di € 18.00 ( *scontato del 25% sul prezzo di copertina* ) è facoltativo.

Resta consigliato per gli approfondimenti e per il superamento dell'esame.

Nel modulo di iscrizione è necessario segnalare se si intende acquistare il testo o meno.

Per iscriversi al corso è sufficiente inviare una mail a [info@cimentiamoci.it](mailto:info@cimentiamoci.it).

Oppure contattare l'Istruttore al **349 - 6728602**. ( Guglielmo )

Le iscrizioni si chiuderanno al raggiungimento del quindicesimo partecipante.

**La quota di iscrizione andrà versata entro il giorno 7 Maggio 2018.**

#### **Quale sarà il programma del corso**

- introduzione al corso, definizione di obiettivi ed aspettative;
- abbigliamento, attrezzatura e calzature.
- allenamento, alimentazione, respirazione, organizzare la casetta primo soccorso e la farmacia;
- lettura ed interpretazione carta topografica
- 1a USCITA di mezza giornata;
- progettazione di un'escursione con carta topografica (con projet work individuale o di gruppo)
- lettura ed interpretazione carta topografica – uso di carta e bussola
- 2a USCITA di mezza giornata
- prevenzione pericoli nella pratica escursionistica
- prevenzione pericoli nella pratica escursionistica
- 3a USCITA di mezza giornata cartografia + prevenzione
- allerta soccorsi; comportamenti ecocompatibili, informazioni sull'esame, somministrazione questionari gradimento
- esame finale, prova scritta e pratica. (4a USCITA)

Il corso sarà tenuto da:

**Guglielmo Ruggiero, Guida Ambientale Escursionistica ed Istruttore CBE AIGAE.**

Il corso si svolgerà presso il Decathlon di Campobasso

**1° incontro Lunedì 7 Maggio ore 18,00 presso il Decathlon di Campobasso**