



Club Alpino Italiano
sez. di San Benedetto del Tronto



E1

7° CORSO DI ESCURSIONISMO BASE

**FINALITÀ
PROGRAMMA
ISCRIZIONI
CONTATTI**

**Da martedì 7 aprile
a domenica 10 maggio
2026**



FINALITÀ

Il corso di escursionismo base E1 ha la finalità di educare alla conoscenza, al rispetto, alla tutela, e alla frequentazione consapevole e in sicurezza della montagna. Trasmettere le nozioni culturali, tecniche e pratiche per saper organizzare in autonomia e con competenza escursioni su percorsi di difficoltà T ed E.

I destinatari sono i soci che si avvicinano per la prima volta alla pratica dell'escursionismo e/o che già frequentano autonomamente l'ambiente montano.

PROGRAMMA

LEZIONI TEORICHE

Martedì 7 aprile

L'escursionismo del CAI

Presentazione del corso, problematiche della montagna, l'escursionismo secondo il CAI, breve storia del CAI, la sezione: come è composta.

Giovedì 9 aprile

Cosa serve in montagna

Equipaggiamento e materiali base, movimento e preparazione fisica, alimentazione e programma di integrazione per un trekking di più giorni.

Giovedì 16 aprile

Il mondo della montagna

La presenza umana in montagna, la lettura del paesaggio, flora e fauna.

Giovedì 23 aprile

Come arriviamo alla meta

Cartografia e orientamento base, sentieristica.

Mercoledì 29 aprile

Meteorologia base

Martedì 5 maggio

Come gestire le emergenze

Gestione del rischio, gestione del primo soccorso, GeoResQ, soccorso alpino.

Giovedì 7 maggio

Progettiamo l'escursione

Organizzazione di un'escursione, il dopo escursione, il rifugio.

USCITE IN AMBIENTE

Domenica 12 aprile

Equipaggiamento e materiali, movimento e preparazione fisica, alimentazione.

Domenica 19 aprile

Lettura del paesaggio.

Domenica 26 aprile

Orientamento.

Sabato 9 e

domenica 10 maggio (con Pernotto in Rifugio)

Osservazioni meteo, gestione dei rischi e del primo soccorso, prova di conduzione.

Le lezioni teoriche si svolgeranno in presenza dalle ore 21:00 alle ore 23:00.

NB: date e luoghi delle lezioni e delle uscite potrebbero subire variazioni in caso di necessità.



ISCRIZIONI

La partecipazione al corso è riservata ai soci CAI con età minima 18 anni e in regola con il tesseramento 2026. **Massimo 16 partecipanti.**

La quota di partecipazione al corso è euro 100,00. La quota è comprensiva di materiale didattico, attestato di partecipazione, e spese organizzative. **NON** comprende eventuale tesseramento CAI, trasferimenti, e ospitalità in rifugio.

Per iscriversi occorre compilare la domanda di ammissione (allegata alla locandina) e consegnarla in sede nei giorni e orari d'apertura: tutti i **VENERDÌ** dalle 18:30 alle 20:00, entro e non oltre **VENERDÌ 3 aprile**. Prima di recarsi in sede, si invitano gli interessati a contattare almeno uno dei riferimenti per accertarsi della loro presenza.

L'ammissione formale e definitiva avverrà ad insindacabile giudizio della Direzione del Corso sulla base delle informazioni fornite nel modulo di iscrizione, eventualmente approfondite durante un breve colloquio conoscitivo.

Al fine di regolarizzare l'iscrizione, **solo in caso di AMMISSIONE** al corso, che sarà opportunamente comunicata in risposta alla domanda, è necessario fornire:

- Ricevuta del pagamento della quota di iscrizione al corso;
(Euro 100 da versare in sede o tramite bonifico bancario all'IBAN: IT37J0306924405100000019107 indicando nella causale "**Corso E1**" accompagnato dal proprio **Nome e Cognome**)
- certificato medico di idoneità per **attività sportiva NON agonistica** valido per l'intera durata del corso;
- 1 fototessera.

L'attività escursionistica è un'attività che presenta dei rischi e chi la pratica se ne assume la piena responsabilità. Le Scuole e le Commissioni del CAI adottano tutte le misure precauzionali affinché nei vari ambienti si operi con il maggior grado di sicurezza possibile, ma comunque il rischio è sempre presente e mai azzerabile.

CONTATTI

Andrea Felicetti

AE-ORTAM

Direttore

349 4351781

andreaefelicetti89@hotmail.it

Simona Bellagamba

AE

Vicedirettore

347 0177889

simona.bellagamba@alice.it

Tullio Giaccaia

ASE

Segretario

333 2311351

giaccaia.tullio@libero.it



Via A. Gramsci, 16
San Benedetto del Tronto
(ex Cinema delle Palme)



Apertura Invernale
VENERDÌ, dalle 18:30 alle 20:00

Apertura Estiva
VENERDÌ, dalle 21:30 alle 23:00



www.caisanbenedettodeltronto.it
info@caisanbenedettodeltronto.it