



SCUOLA DI ESCURSIONISMO
E CICLOESCURSIONISMO
G FALLINI-CAI PARMA



**MONTAGNA AMICA
e SICURA**
PROGETTO PREVENZIONE E SICUREZZA
CAI - SOCCORSO ALPINO - GUIDE



**Sottosezione di
Fidenza**

Scuola di Escursionismo
e Cicloescursionismo
"G. Fallini" - Cai Parma



Corso Base di Escursionismo E1

ISCRIZIONI E PRESENTAZIONE

Sala Civica Ex Macello
Via Mazzini 3 - Fidenza

Lunedì 11 settembre 2023
ore 20.45

Presentazione Corso e
apertura iscrizioni*

Lunedì 18 settembre 2023
ore 20.45

Chiusura iscrizioni

Per info e iscrizioni

Sede Sottosezione Cai Fidenza
Largo Leopardi n.6 - Fidenza
Tel.0524 200939
caifidenza14@gmail.com
Programma completo e regolamento su
www.caiparma.it

Segretaria organizzativa
Sante Bobbi - cell.+39 328 211 5290
caifidenza14@gmail.com

*Apertura iscrizioni dalle ore 20.30.
Si invita ad inviare una mail di preiscrizione
all'indirizzo: caifidenza14@gmail.com

LEZIONI IN AULA ORE 20.45

Sala Civica Ex Macello
Via Mazzini 3 - Fidenza

Lunedì 18 settembre

Le problematiche della montagna e
l'escursionismo secondo il CAI.

Il Cai: struttura e breve storia

Lunedì 25 settembre

Equipaggiamento per l'escursione.
Movimento e preparazione fisica.

Alimentazione base.

Lunedì 2 ottobre

Presenza umana in montagna.

Lettura del paesaggio.

Flora (piani vegetazionali) e fauna

Lunedì 16 ottobre

Cartografia e orientamento base e
digitale. La sentieristica

Lunedì 23 ottobre

Progettazione e organizzazione di
un'escursione. Gestione del rischio.

Il Rifugio: comportamenti.

Lunedì 30 ottobre

Meteorologia base.

Gestione del primo soccorso.

Soccorso Alpino.

USCITE IN AMBIENTE

Domenica 15 ottobre

Appennino Parmense (da definire)

Esercitazione su equipaggiamento e
tecnica di camminata. Osservazioni
meteo.

Domenica 29 ottobre

Appennino Parmense (da definire)

Lettura del paesaggio e ambiente

Domenica 12 novembre

Appennino Parmense (da definire)

Esercitazione su cartografia e
orientamento

Sabato 18 e Domenica 19 novembre

Appennino Piacentino (Rif.Gaep)

Preparazione dell'escursione e
valutazione dei rischi e meteo.

Esercitazione su chiamata di
soccorso.

Gestione dell'escursione in
autonomia



Direttore del Corso
Efisio Mattana (AE)
Vice Direttore del Corso
Luca Cottarelli (AE)
Nulla osta Otto EMR 09/2023

Club Alpino Italiano
Sottosezione di Fidenza
Largo Leopardi 6 - Fidenza
caifidenza14@gmail.com



Scuola di Escursionismo e
Cicloescursionismo "G. Fallini"
CAI Parma