



CULB ALPINO ITALIANO  
Scuola Intersezionale di Escursionismo  
VERONESE



## 5° Corso di ESCURSIONISMO INVERNALE (EAI1)

Questo corso è riservato a tutti i soci che vogliono imparare a muoversi in maniera autonoma ed in sicurezza nell'ambiente innevato con le ciaspole

Consiste in 10 lezioni ed in 4 uscite in ambiente.

### PRESENTAZIONE DEL CORSO

Mercoledì 18 dicembre 2019 presso la sede del CAI Verona

### LEZIONI TEORICHE

<i>Mercoledì 8 gennaio:</i>	<b>Filmato sul CAI</b>
<i>Mercoledì 8 gennaio:</i>	<b>Equipaggiamento e materiali</b>
<i>Mercoledì 15 gennaio:</i>	<b>Alimentazione e preparazione fisica</b>
<i>Mercoledì 22 gennaio:</i>	<b>Nivologia e valanghe</b>
<i>Mercoledì 29 gennaio:</i>	<b>Scala pericolo e interpretazione bollettino valanghe</b>
<i>Mercoledì 5 febbraio:</i>	<b>Autosoccorso in valanga</b>
<i>Mercoledì 12 febbraio:</i>	<b>Orientamento</b>
<i>Mercoledì 19 febbraio:</i>	<b>Organizzazione di un'escursione invernale</b>
<i>Mercoledì 26 febbraio:</i>	<b>Ambiente montano innevato</b>
<i>Mercoledì 4 marzo:</i>	<b>Meteorologia invernale</b>
<i>Mercoledì 11 marzo:</i>	<b>Fisiologia del freddo - Soccorso Organizzato</b>

### USCITE IN AMBIENTE

Le destinazioni verranno stabilite in base all'innevamento

<i>Domenica 26 gennaio</i>	Equipaggiamento e materiali
<i>Domenica 2 febbraio</i>	Cartografia e orientamento invernali
<i>Domenica 16 febbraio</i>	Nivologia Gestione del rischio Autosoccorso
<i>Domenica 1 marzo</i>	Organizzazione di un'escursione in ambiente innevato

Il direttore del corso  
Antonio Guerreschi ANE  
Cell: 348 4450481 Mail: antonio.guerreschi@gmail.com