



Club Alpino Italiano

Sezioni Brugherio – Monza – Vimercate - Sottosezioni Bellusco - Arcore

## **XIV CORSO ESCURSIONISMO AVANZATO (MdR – E/E2)**

**CAI Arcore, Bellusco, Brugherio, Monza e Vimercate**

***(MODULO DI RACCORDO MdR-E + CORSO ESCURSIONISMO AVANZATO E2)***

### **Programma CORSO 2023**

***(MODULO DI RACCORDO MdR-E: 7h lezioni teoriche/n. 4 lezioni + 1 uscita pratica)***

**1. Mercoledì 05.04: LEZIONE TEORICA (Monza)**

**2. Mercoledì 12.04: LEZIONE TEORICA (Vimercate)**

**3. Mercoledì 19.04: LEZIONE TEORICA (Brugherio)**

**4. Mercoledì 26.04: LEZIONE TEORICA (Vimercate)**

**Sabato 29.04: USCITA PRATICA**

***(CORSO AVANZATO – E2: 12h lezioni teoriche/nr. 6 lezioni + 4 uscite pratiche di cui 1 di 2gg)***

**5. Mercoledì 10.05: LEZIONE TEORICA (Bellusco)**

**Domenica 14.05: USCITA PRATICA**

**6. Mercoledì 17.05: LEZIONE TEORICA (Brugherio)**

**Sabato 20.05: USCITA PRATICA**

**7. Mercoledì 24.05: LEZIONE TEORICA (Monza)**

**8. Mercoledì 07.06: LEZIONE TEORICA (Bellusco)**

**Sabato 10.06: USCITA PRATICA**

**9. Lunedì 12.06: LEZIONE TEORICA (Vimercate)**

**10. Mercoledì 28.06: LEZIONE TEORICA (Brugherio)**

**Sabato 01/domenica 02.07: USCITA PRATICA - Rifugio Carate – Monte Delle Forbici – Rifugio Marinelli – Vallone Scerscen (SO)**

**11. Mercoledì 12.07: LEZIONE TEORICA (Monza)**

### **ACCOMPAGNATORI:**

**Altomare Raffaele AE (CAI Cusani Milanino)**  
**Bergamaschi Marco ASE (CAI Vimercate)**  
**Bianchini Laura ASE (CAI Brugherio)**  
**Bonalumi Chiara AE – EEA (CAI Brugherio)**  
**Casati Gianni AE – EEA (CAI Monza)**  
**Casati Matteo AE (CAI Monza)**  
**Cataldo Andrea AE - (CAI Brugherio)**  
**Cirese Ludovico AE – ONC (CAI Milano)**  
**Galdini Roberto AE – (CAI Arcore)**  
**Lovati Guido ASE – ONC (CAI Vimercate)**  
**Riboldi Gigi ANE (CAI Concorezzo)**  
**Zucchetti Alberto AE – EEA - EAI (CAI Brugherio)**

### **ISTRUTTORI:**

**Alberti Giovanni IS (CAI Brugherio)**  
**Mulazzani Riccardo ISA (CAI Brugherio)**

### **COLLABORATORI:**

**Crippa Rinaldo (CAI Monza)**  
**Pedronzani Andrea (CAI Brugherio)**  
**Resmini Domenico (CAI Brugherio)**  
**Sangalli Luca (CAI Brugherio)**  
**Scano Ambrogio (CAI Monza)**

## LEZIONI TEORICHE:

### 1. IL CORSO – CULTURA CAI – SENTIERISTICA - mercoledì 5 aprile - MONZA

IL CORSO

CULTURA CAI: Breve storia del CAI - L'escursionismo secondo il CAI

SENTIERISTICA

### 2. CARTOGRAFIA – ORIENTAMENTO – NAVIGAZIONE – mercoledì 12 aprile - VIMERCATE

### 3. PERICOLI E RIDUZIONE DEL RISCHIO – GESTIONE DELLE EMERGENZE - AUTOSOCCORSO E SOCCORSO ORGANIZZATO - mercoledì 19 aprile - BRUGHERIO

PERICOLI E RIDUZIONE DEL RISCHIO - GESTIONE DELLE EMERGENZE - AUTOSOCCORSO E SOCCORSO ORGANIZZATO

### METEOROLOGIA - mercoledì 26 aprile - VIMERCATE

Il meteo nell'attività escursionistica

*USCITA PRATICA 29.04: verifica conoscenze e competenze su: capacità generali MdR – tecniche di camminata - orientamento e riconoscimento rete sentieristica – capacità di valutazione delle condizioni meteo*

### 4. IL CORSO E L'AMBIENTE DELL'ESCURSIONISTA ESPERTO: ABBIGLIAMENTO E MATERIALI - PREPARAZIONE FISICA – mercoledì 10 maggio - BELLUSCO

ESCURSIONISTA ESPERTO - Equipaggiamento e materiali - Movimento e preparazione fisica

*USCITA PRATICA 14.05: verifica conoscenze e competenze su: abbigliamento – dotazione e formazione zaino – preparazione fisica – In aggiunta: ancora orientamento e riconoscimento rete sentieristica)*

### 5. IL MONDO DELLA MONTAGNA – mercoledì 17 maggio - BRUGHERIO

FLORA, FAUNA E ANTORIPIZZAZIONE: LA LETTURA DEL PAESAGGIO ATTRAVERSO LE FASCE VEGETAZIONALI

*USCITA PRATICA 20.05: verifica conoscenze e competenze sulla lettura del paesaggio attraverso le fasce vegetazionali - flora, fauna, antropizzazione)*

### 6. LA CULTURA DELLA MONTAGNA – mercoledì 24 maggio - MONZA

GEOLOGIA E GEOMORFOLOGIA: LA LETTURA DEL PAESAGGIO ATTRAVERSO I TIPI DI ROCCE E LE FORME MORFOLOGICHE

### 7. ORIENTAMENTO AVANZATO – SENTIERO ITALIA – mercoledì 7 giugno - BELLUSCO

**USCITA PRATICA 10.06:** *verifica conoscenze e competenze su: lettura paesaggio (geologia e geomorfologia) – orientamento – gestione situazioni di emergenza – gestione percorso e gruppo)*

**8. METEOROLOGIA AVANZATA – TREKKING E CAMMINI– lunedì 12 giugno - VIMERCATE**

**9. ESCURSIONE IMPEGNATIVA – RIFUGI E BIVACCHI – PIANIFICAZIONE ESCURSIONE – mercoledì 28 giugno - BRUGHERIO**

ESCURSIONE IMPEGNATIVA: Pericolo e rischio: differenza – Gestione del rischio: pianificazione dell'escursione mediante l'applicazione del metodo 3X3, dinamiche di gruppo e della leadership – Problematiche dell'escursionismo in solitaria – **RICCARDO + GIOVANNI**

RIFUGI E BIVACCHI: Il rifugio: tipologie e definizione, regole di comportamento – **CHIARA**

**USCITA PRATICA 01/02.07 – Rifugio Carate – Monte delle Forbici/Rifugio Marinelli – Vallone dello Scerscen** - *esperienza in rifugio – verifica conoscenze e competenze su: percorso in autonomia controllata con individuazione pericoli e riduzione del rischio in ambiente EE)*

**10. CONSEGNA ATTESTATI – mercoledì 12 luglio – MONZA**

**PER COMPILAZIONE MODULO PRE-ISCRIZIONE:**

[https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSfgHHKtDeWFHjO-VsrzlowIW6tocE9RI9o8FRi6Wdh1rfjq0g/viewform?usp=pp\\_url](https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSfgHHKtDeWFHjO-VsrzlowIW6tocE9RI9o8FRi6Wdh1rfjq0g/viewform?usp=pp_url)