

Avviamento all'Escursionismo

Il CAI di Asti promuove un **workshop** per un sicuro e consapevole **approccio all'escursionismo in montagna**. L'iniziativa è rivolta ai nuovi soci CAI che non si sono ancora cimentati con l'escursionismo in montagna, ma anche a chi va per sentieri da anni e desidera mettere un po' d'ordine tra le sue conoscenze. Attraverso semplici ed essenziali incontri teorici e, soprattutto, tramite la pratica in ambiente, saranno affrontati i temi base dell'escursionismo in montagna. L'intero percorso sarà condotto e supportato dai titolari e dai qualificati del CAI.

Venerdì 31 maggio 2019, h 21,00 presso sala riunioni CAI Asti
Presentazioni/introduzione; abbigliamento e attrezzatura; alimentazione

Domenica 9 giugno 2019, in Montagna

L'ambiente della montagna e introduzione al riconoscimento dei percorsi escursionistici; tecniche e modalità di progressione; prestazione fisica e allenamento



Mercoledì 19 giugno 2019, h 21,00 presso sala riunioni CAI Asti
Meteo e percorsi escursionistici; organizzazione di una gita; meteo

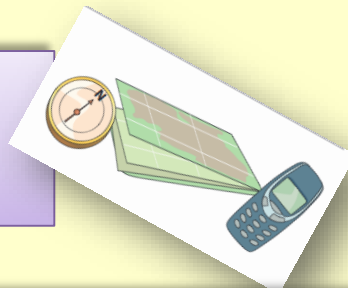
Domenica 23 giugno 2019, in Montagna

I Sentieri; la gita; la sicurezza.

Mercoledì 3 luglio 2019, h 21,00 presso sede CAI Asti
Orientamento e cartografia teorica: classica e digitale

Domenica 7 luglio 2019, in Montagna

Orientamento e cartografia in ambiente



Iniziativa rivolta ai soci CAI in regola con il tesseramento 2019. Contributo per la partecipazione € 50,00. E' possibile aderire anche ad un singolo modulo (teoria e uscita in ambiente) con un contributo di € 20,00. **Informazioni e iscrizioni** presso la sede del CAI di Asti, via Palestro n.11, ogni martedì e venerdì, dalle 21,15 alle 23,00 (tel. 0141 593528), o telefonando a Carmen (335 6915876), Umberto (335 5405742), Massimo (339 7978969).

Le **adesioni** terminano la sera d'inizio del workshop (31 maggio 2019).