CLUB ALPINO ITALIANO

SCUOLA INTERSEZIONALE DI ESCURSIONISMO AL.AT

Coordinamento delle Sezioni della Provincia di Alessandria

(Acqui Terme, Alessandria, Casale Monferrato, Novi Ligure, Ovada, San Salvatore Monferrato, Tortona, Valenza) ***e Sezione di Asti***

BANDO

2° CORSO ESCURSIONISMO E1 2027

DAL 04/03/2027 AL 20/06/2027

A CHI SI RIVOLGE IL CORSO

Il Corso di Escursionismo (E1) è riservato ai soci CAI, e rivolto alle persone che intendono percorrere itinerari classificati per Escursionisti (E), secondo la scala delle difficoltà escursionistiche riconosciuta dal CAI.
Obiettivo del Corso è fornire ai partecipanti una preparazione teorica e pratica che permetta loro di:

- frequentare in sicurezza i percorsi di montagna;
- organizzare correttamente ed in autonomia le proprie escursioni;
- conoscere gli aspetti dell'ambiente montano che maggiormente interessano l'attività escursionistica.

Il Corso è strutturato in lezioni teoriche ed uscite in ambiente.

REQUISITI

Possono presentare domanda di ammissione coloro che siano in possesso dei seguenti requisiti:

1. Aver compiuto il 18° anno di età.
2. Essere in regola con il tesseramento CAI per l'anno 2027.
3. Essere in buone condizioni di salute e di adeguata costituzione fisica, attestata da certificato medico sportivo non agonistico in corso di validità.

Il Direttore del corso si riserva la facoltà di escludere, a suo insindacabile giudizio, gli aspiranti corsisti che non risultino idonei alla partecipazione. Tale facoltà potrà essere esercitata anche nei confronti dei corsisti che, nel corso delle attività, non siano ritenuti idonei a proseguire il percorso formativo.

ISCRIZIONI E INFORMAZIONI

Le domande di partecipazione al Corso E1 dovranno essere inviate alla Scuola AL.AT, compilando il seguente form google (copiare o cliccare sul link):

Google Forms

https://forms.gle/3iEoebTt9jdPo5AC8

entro e non oltre il **9 marzo 2027**, e dovranno essere corredate dalla seguente documentazione:

- certificato medico in corso di validità attestante l'idoneità alla pratica sportiva non agonistica;
- una fototessera in formato digitale;
- certificato di iscrizione al CAI (scaricabile dalla piattaforma MYCAI dalla propria area personale oppure richiedibile presso la propria Sezione).

REGOLAMENTO DEL CORSO

AMMISSIONE:

1- Il numero massimo di allievi partecipanti al corso è di **20**. Il Corso verrà svolto se si raggiungeranno almeno **10** partecipanti.
2- Per le uscite pratiche di più giorni, il partecipante dovrà confermare l'adesione almeno 15 giorni prima dell'effettuazione delle stesse, versando la relativa caparra.
3- In considerazione dei rischi e pericoli inerenti lo svolgimento dell'attività, ogni iscritto alla Scuola esonera la Direzione della Scuola e gli Istruttori da ogni responsabilità per infortuni e danni a persone o cose che dovessero verificarsi prima e dopo l'attività stessa.
4- Qualora il numero delle iscrizioni pervenute dovesse superare il numero massimo indicato al punto 1, saranno considerate le seguenti precedenze: iscritti alle Sezioni facenti parte della SIE AL.AT; tra questi, le domande complete della scheda informativa su indicata, pervenute in ordine di tempo.
5- Delle domande eccedenti sarà stilata apposita "lista d'attesa" per eventuale chiamata in caso si liberassero posti entro la prima data di inizio corso.
6- Il contributo di partecipazione è di euro 110,00 e comprende le spese organizzative e didattiche.
   - La quota andrà versata per intero a mezzo bonifico bancario al seguente IBAN: **IT78A0306909606100000147541**, intestato a Club Alpino Sezione di Alessandria (**causale: COGNOME NOME - ISCRIZIONE CORSO E1 2027).**
   - La quota andrà versata a partire dalla serata di presentazione del corso (04/03/2027) ed entro il giorno **18/03/2027,** inviando relativa ricevuta alla mail della Scuola AL.AT all'indirizzo corsi.siealat@gmail.com
   - Nella quota non sono comprese le spese di trasporto per le uscite pratiche e per raggiungere le sedi delle lezioni teoriche, le spese di soggiorno presso i rifugi, eventuali ingressi a pagamento di aree naturali o museali.
7- Rimane a carico degli allievi la dotazione di abbigliamento, accessori e attrezzatura personale.
8- Nessun rimborso sarà dovuto in caso di rinuncia da parte dell'allievo durante il Corso o espulsione dell'allievo effettuata dal Direttore del corso a seguito di grave atto di indisciplina/infrazione delle regole. In caso di grave e comprovato motivo di abbandono del corso da parte del partecipante, verrà dato un bonus per un corso analogo.

DIREZIONE E STRUTTURA DEL CORSO

La direzione del corso è assunta da un Accompagnatore di Escursionismo (AE).

Il corso si articolerà in lezioni teoriche che si terranno nelle date indicate nel programma, sia in presenza presso le sedi indicate dalla direzione (es. Sezioni CAI della SIE AL.AT o altre sedi idonee anche in montagna), sia on line su piattaforma Google Meet.

Le uscite seguiranno il calendario e le mete riportate dal programma, che verranno confermate preventivamente; tuttavia, la direzione del corso potrà – a suo insindacabile giudizio - modificare date e/o mete qualora lo ritenesse opportuno per motivi di sicurezza e/o opportunità organizzative.

Ai partecipanti al Corso E1 si raccomanda puntualità e frequenza alle lezioni teoriche e alle uscite pratiche. Durante le esercitazioni in ambiente gli allievi dovranno essere adeguatamente equipaggiati per attività in media montagna, con obbligo di scarponi tecnici a suola scolpita, abbigliamento adatto all'escursionismo con grado di difficoltà E, zaino, e dovranno attenersi scrupolosamente alle disposizioni impartite dagli istruttori.

Considerato che le escursioni in ambiente di media montagna possono presentare potenziali pericoli ineliminabili, la Direzione adotterà tutte le precauzioni del caso per ridurre gli stessi.

La Direzione si riserva la facoltà di allontanare dal Corso E1 coloro che non si attenessero al presente regolamento o che risultassero chiaramente non idonei a frequentare il Corso E1 stesso. Il mancato rispetto delle disposizioni potrà essere motivo di esclusione dal Corso E1 in qualsiasi momento, ad insindacabile giudizio della Direzione.

L'assenza ingiustificata ad una o più esercitazioni in ambiente può comportare l'esclusione dal Corso E1.

La Direzione si riserva di variare i programmi, dandone in ogni caso tempestiva comunicazione ai partecipanti.

Le uscite delle lezioni in ambiente saranno effettuate con mezzi propri, salvo indicazioni diverse contenute nel presente bando.

Tutti i partecipanti al Corso E1 saranno regolarmente assicurati con la specifica polizza infortuni predisposta dalla Sede Centrale del CAI.

Il Corso E1 si svolgerà seguendo le direttive previste dal regolamento e dai piani didattici previsti e dettati dal *Manuale Didattico per i corsi sezionali di Escursionismo e Cicloescursionismo Edizione 2024 versione 1.3 del 12/12/2024*

Per quanto qui non contemplato, vale il regolamento della Commissione Centrale per l'Escursionismo.

Alla fine del Corso E1, agli allievi ritenuti idonei verrà rilasciato un attestato predisposto dalla Commissione Centrale di Escursionismo e Cicloescursionismo. Il rilascio dell'attestato è subordinato alla partecipazione ad almeno n.4 lezioni teoriche e n. 3 uscite in ambiente.

Alessandria, lì 23/10/26

Il Direttore del Corso
AE Ferruccio Fei

ALLEGATO 1 – PROGRAMMA CORSO

PROGRAMMA DEL CORSO: LEZIONI TEORICHE			
N.	***Data - orario***	***Luogo***	***Argomento/i della lezione***
1	04/03/2027 *21:00-23:00*	Sede Sezione CAI Alessandria, Via Morando 32, Alessandria	**Presentazione del corso:** Presentazione del corso: finalità e struttura, impegno richiesto, regole di frequenza, la Scuola, i docenti.
2	11/03/2027 *21:00-23:00*	Sede Sezione CAI Alessandria, Via Morando 32, Alessandria	**Le problematiche della montagna:** non è un corso a rischio zero. **L'escursionismo secondo il CAI**: presentazione dell'etica, cultura e principi di tutela. **Breve storia del CAI:** descrizione sintetica della sua struttura e organizzazione. **La Sezione**: come è composta, come funziona e le attività che svolge.
3	18/03/2027 *21:00-23:00*	Sede Sezione CAI Alessandria, Via Morando 32, Alessandria	**Equipaggiamento e materiali base:** abbigliamento (varie situazioni e varie soluzioni), equipaggiamento e manutenzione dei materiali, accessori (bussola, kit pronto soccorso, telo termico, fischietto). La preparazione dello zaino. **Movimento e preparazione fisica**: il concetto di equilibrio e di propriocezione del corpo, movimento di salita e discesa (posizioni corrette e errori comuni, l'uso dei bastoncini e la gestione del peso nello zaino, preparazione fisica generica e specifica per l'attività escursionistica. **Alimentazione base:** cenni sul metabolismo energetico, quali alimenti, quanto e quando alimentarsi, la corretta conservazione dei cibi nello zaino, l'idratazione (come, quando e dove bere in montagna).
4	08/04/2027 *21:00-23:00*	Sede Sezione CAI Alessandria, Via Morando 32, Alessandria	**La presenza umana in montagna**: antropizzazione delle terre alte, cultura e religiosità, forme di insediamento, l'economia rurale. **La lettura del paesaggio:** principali tipi di paesaggio con attenzione alle proprie aree di interesse, l'uomo modifica il paesaggio. **Flora e fauna come componenti delle varie fasce vegetazionali**: le fasce vegetazionali e la loro evoluzione, principali componenti animali e vegetali, rapporti con animali al pascolo, cani da guardiania e grandi carnivori.
5	29/04/2027 *21:00-23:00*	Sede Sezione CAI Alessandria, Via Morando 32, Alessandria	**Cartografia e orientamento base:** definizione di carta topografica ed escursionistica, segni convenzionali e rappresentazione del territorio, scale e rapporti, rappresentazione dell'inclinazione, confronto tra l'ambiente e sua rappresentazione cartografica (da sviluppare poi anche nelle uscite), come strutturare un itinerario (quote, punti notevoli, particolarità del percorso, strumenti per l'orientamento) conoscenza della bussola e dell'altimetro, orientare la carta (a vista conoscendo e non conoscendo il punto in cui ci troviamo e con la bussola), individuare la quota (osservazione, altimetro), posizionarsi sulla carta mediante osservazione del territorio, posizionarsi sulla carta con utilizzo della quota. Breve esemplificazione del concetto di azimut. **Sentieristica**: definizione e tipologie di percorsi, tipologia di segnaletica, concetto di itinerario e numerazione dei percorsi, manutenzione della rete sentieristica, percorsi come elementi culturali del territorio.
6	20/05/2027 *21:00-23:00*	Sezione CAI Asti, Corso Palestro, 11, 14100 Asti (AT)	**Gestione del rischio (base):** concetto di pericolo e rischio - Descrizione dei principali pericoli oggettivi e soggettivi in ambiente montano, gestione e riduzione del rischio (applicazione nelle uscite in ambiente). **Gestione del primo soccorso:** i traumi più comuni in montagna, patologie da caldo e da freddo, materiale personale per il primo soccorso, incontri poco simpatici (la vipera, le zecche, insetti vari, ecc.) prevenzione e comportamento. **GeoResQ e suo utilizzo** sia come chiamata che come tracciatura. **Soccorso alpino**: cenni sull'organizzazione del CNSAS, modalità di chiamata in territorio nazionale 112 (o 118), come comunicare la propria posizione, gestione dell'attesa dei soccorsi, segnali convenzionali per la chiamata del soccorso**.**
7	10/06/2027 *21:00-23:00*	Sezione CAI Asti, Corso Palestro, 11, 14100 Asti (AT)	**Organizzazione di un'escursione:** motivazioni, come informarsi, le difficoltà escursionistiche, costruire il percorso e organizzare la logistica, con chi vai, la check list delle cose da fare e controllare prima della partenza, scheda dell'uscita con punti d'appoggio, evidenze del percorso e caratteristiche, "sei all'altezza dell'escursione che hai programmato?" **Meteorologia base:** ruolo delle condizioni meteo nell'attività escursionistica, parametri fisici dell'atmosfera (temperatura, umidità relativa, pressione e vento e loro variazione nel contesto estivo), i temporali e altri principali fenomeni meteorologici estivi in montagna, come conoscere le previsioni meteo: interpretazione e limiti dei bollettini meteorologici. **Dopo l'escursione**: è andato tutto come previsto? Cosa ha funzionato e cosa no, impatto ambientale e corretta frequentazione del territorio (applicazione nelle uscite in ambiente). **Il rifugio**: cos'è un rifugio e sue specificità, principali regole di comportamento.

PROGRAMMA DEL CORSO: USCITE IN AMBIENTE			
N.	**DATA**	**LUOGO**	**ARGOMENTI DELLA LEZIONE**
1	21/03/2027 *Durata Attività* *6:00 – 22:00*	**Bric del Dente (GE),** altitudine 1107 s.l.m. Partenza: cappelletta di Masone (GE) Itinerario: percorso ad anello che include forte Geremia e Cascata del Serpente Difficoltà: E D+: 600 m Quota massima: 1107 m s.l.m.	Uscita conoscitiva e valutativa degli allievi. Argomenti trattati: Equipaggiamento e materiali base. Preparazione fisica. Alimentazione base. Storia del territorio.
2	18/04/2027 *Durata Attività* *6:00 – 22:00*	**Promontorio di Portofino (GE),** altitudine: 610 m s.l.m. Partenza: Camogli (GE) Itinerario: traversata che include San Rocco, Pietre Strette, Monte di Portofino. Difficoltà: E D+: 700 m Quota massima: 610 m s.l.m.	La presenza umana in montagna. Lettura del paesaggio. Flora e fauna.
3	16/05/2027 *Durata Attività* *5:00 – 22:00*	**Balma Boves e croce di Sanfront (CN),** altitudine:1195 m s.l.m. Partenza: Rocchetta di Sanfront (CN) Itinerario: percorso ad anello che include l'antico borgo di Balma Boves e la croce di Sansfron. Difficoltà: E D+: 800 m circa Quota massima:1195 m s.l.m.	Cartografia e orientamento base. Sentieristica.
4-5	**Uscita di due giorni** 19/06/2027- 20/06/2027 *inizio attività:* *5:00 del 19/06/2027* *Fine attività:* *23:00 del 20/06/2027*	**Giorno 1 (19/06/2027):** **Rif. W. Jervis (TO) e loc. delle Barricate,** altitudine 2060 m s.l.m. Partenza: Villanova (TO) Itinerario: Percorso che include forte Mirabouc, cascata del Pis Urina, pian dei Mort. Difficoltà: E D+: 850 m Quota massima: 2060 m s.l.m.	Gestione del rischio. Gestione del primo soccorso. Geo ResQ. Soccorso alpino.
		Giorno 2 (20/06/2027): **Rif. Barant (TO)** e rientro a Villanova (TO) Partenza: Rif. W. Jervis (TO) Itinerario: percorso che include il col Barant e rientro per lo stesso itinerario di andata. D+: 600 m Difficoltà: E Quota massima: 2425 m s.l.m.	Organizzazione e autogestione di un'escursione. Valutazione dopo l'escursione. Meteorologia base. Il rifugio.