



# CORSO DI ESCURSIONISMO

APRILE - GIUGNO – 2015

Direttore del corso: **Adriana Ugolini** - cell. 339 7688760 e-mail: u.adriana12@gmail.com

Vicedirettore: **Carlo Lanzoni** - tel 0541 25248, e-mail: cadali@libero.it.

Le iscrizioni saranno accettate, a discrezione del Direttore del Corso, **ENTRO IL 5 MARZO 2015**.

L'ISCRIZIONE al corso è aperta a tutti i soci in regola con la quota sociale per il 2015.

I minorenni, di almeno sedici anni compiuti, dovranno presentare autorizzazione firmata da chi esercita la patria potestà.

## PROGRAMMA DEL CORSO

### LEZIONI TEORICHE

#### **Mercoledì 8 Aprile: DI BUON PASSO LUNGO UN SENTIERO AMICO**

Il filo d'Arianna, dei segnavia su una storica ed estesa viabilità pedonale.

Incaminiamoci senza appesantirci: consigli alimentari.

#### **Mercoledì 15 Aprile: PRIMO, NON PERDERSI**

Lettura delle carte topografiche ed uso elementare della bussola

#### **Mercoledì 22 Aprile: COSA MI METTO?**

Consigli per un abbigliamento adeguato e i segreti dello zaino ottimale

#### **Mercoledì 29 Aprile: GUARDIAMOLO QUESTO CIELO!**

Ha sempre qualcosa da dirci: impariamo ad intendere il suo linguaggio e a consultare i siti specifici di previsioni meteorologiche.

#### **Mercoledì 13 Maggio: SIAMO PRONTI?! MEGLIO PREVENIRE CHE...**

Pianificazione di un'escursione, criteri base. I pericoli e le emergenze più comuni in ambito montano. La richiesta di intervento e allerta soccorso

#### **Mercoledì 27 maggio: OCCHI APERTI!**

Diventiamo protagonisti ed esploratori dell'ambiente intorno a noi.

Riconosciamone le ricchezze naturalistiche e culturali per contribuire a conservarle e proteggerle.

### USCITE PRATICHE

#### **Domenica 19 Aprile - APPENNINO ROMAGNOLO-MARCHIGIANO**

##### **“NON SEGUIRMI MI SONO PERSO ANCH'IO”**

Esercitazione pratica sull'uso della carta topografica e sull'uso elementare della bussola.

#### **Venerdì 1, sabato 2, domenica 3 Maggio: PARCO DELL'UCCELLINA E OASI DI BURANO**

##### **“SUGGESTIONI MEDITERRANEE”**

Aspetti botanici, zoologici e storici di un'area protetta situata in uno dei rari tratti di costa non trasformato dall'urbanizzazione.

#### **Sabato 23 e Domenica 24 Maggio: MONTEACUTO E VALLE DELLA DARDAGNA**

##### **“SANTUARI, CASCATE ED ANTICHI MULINI”**

Storie e miti di spiritualità e lavoro nel “gucciniano” alto Appennino bolognese.

#### **Sabato 13 e Domenica 14 Giugno: MONTE BALDO.**

##### **“BALCONE FIORITO SUL LAGO DI GARDA” (VR)**

Itinerari d'interesse geologico, botanico e paesaggistico.

#### **Domenica 21 giugno: A FONDARCA (PS)**

##### **“LA PORTA DEL TEMPO” SPETTACOLARE ARCO NATURALE DI ROCCIA**

Breve escursione, pranzo conviviale e consegna degli attestati.

Questo corso di escursionismo vuole, quindi, fornire gli strumenti per avvicinarsi con rispetto alla montagna ed approfondire, oltre ai contenuti tradizionali, temi naturalistici e storico-ambientali. Il corso è rivolto a tutti coloro vogliono avvicinarsi alla montagna ed imparare a frequentarla con consapevolezza e la maggior sicurezza possibile.

**All'atto dell'iscrizione il Socio dovrà consegnare una foto formato tessera e versare una caparra di € 50,00. La quota di partecipazione, di € 160,00, comprende il materiale didattico, il prestito del materiale tecnico per la durata del corso, compatibilmente con le disponibilità della sezione, e l'eventuale compenso per i docenti esterni. Pernottamenti, vitto, trasferimenti in auto sono a carico dei partecipanti.**

Oggi, a differenza del passato, si va a piedi non più e non solo per necessità, ma perché motivati dall'esigenza di movimento all'aperto o da una curiosità che ci porta a incontrare la natura con i suoi ritmi, i suoi tempi, i suoi colori. Viaggiare a piedi ci permette di scoprire ciò che stava lì da tanto tempo e non avevamo mai notato: così il camminare non significa solo macinare chilometri, ma diventa diario di luoghi e ricerca di persone.

## **VIDEOPROIEZIONE 5 MARZO 2015**

### **CAMMINARE E BEN- ESSERE PRESENTAZIONE CORSO ESCURSIONISMO**

*Soprattutto non perdere la voglia di camminare: io cammino ogni giorno, raggiungo uno stato di benessere e mi lascio alle spalle ogni malanno; i miei pensieri migliori li ho avuti mentre cammino e non conosco pensiero così gravoso da non poter essere lasciato alle spalle con una camminata...*

*Sören Kierkegaard, Lettera a Jette (1847)*

Basterebbe questa sola affermazione del grande filosofo a convincerci della bontà della nostra scelta quando semplicemente decidiamo di iniziare un cammino. Se poi il cammino ci condurrà all'interno di cattedrali di alberi o portali di roccia, fra mosaici di nubi e cori di ruscelli, allora il quadro sarà perfetto. Guardare intorno, non solo attraversare un territorio: questi gli obiettivi del corso di escursionismo "non di consumo" che proponiamo quest'anno, affinché l'esperienza del camminare si trasformi in conoscenza e tutela ambientale, nonché in socializzazione e sana convivialità.

Adriana Ugolini e Carlo Lanzoni