

progetto: vADO in montagna!

FINALITA':

- favorire la consapevolezza delle proprie capacità
- migliorare la resilienza
- vincere le paure e rafforzare la fiducia nei compagni e in se stessi

COSTO:

- tesseramento al CAI: € 25,00 per i nuovi iscritti; € 20,00 per i rinnovi nell'anno 2020. L'adesione all'associazione comprende l'assicurazione RC, Infortuni ed il Soccorso Alpino;
- per le uscite sulla neve: € 10,00 per il pullman per ogni uscita, costo dello skipass con annessa assicurazione, costo del maestro di sci

PROGRAMMA lezioni pratiche e teoriche:

a. OTTOBRE

- 12 ottobre 2019: presentazione del progetto e del CAI, conoscere i nodi base e arrampicata sulla palestra artificiale presente nel giardino della sede del CAI Laveno Mombello;
- 13 ottobre 2019: pratica di arrampicata
- referenti: Giuseppe Corrado e Massimo Spertini

b. NOVEMBRE

- 16 novembre 2019: primo soccorso in montagna
- referente: Andrea Fiorini

c. MARZO

- 22 febbraio 2020: conoscere l'ambiente montano innevato e praticare l'escursionismo in sicurezza;
- 23 febbraio 2020: escursione in ambiente innevato
- referente: Massimo Spertini

d. MARZO

- 14 marzo 2020: imparare a leggere la cartografia e praticare l'escursionismo
- 15 marzo 2020: escursione
- referente: Andrea Savini

d. APRILE

- 4 aprile 2020: imparare a conoscere gli ecosistemi montani e la necessità della loro tutela
- 5 aprile 2020: escursione
- referente: Marco Rossi

- 18 aprile 2020: conoscere la speleologia
- 19 aprile 2020: perlustrazione della Grotta del Frassino nel Campo dei Fiori
- referente: Edoardo Raschellà

PROGRAMMA SCIISTISCO (con la collaborazione del gruppo *Condividendo*):

- 12 gennaio 2020
- 19 gennaio 2020
- 2 febbraio 2020
- 9 febbraio 2020
- referenti: Giovanni Tosches ed Elena Velati

Le destinazioni delle domeniche di sci saranno comunicate successivamente.