



# Avvicinamento alla montagna

## Conoscerla, amarla, difenderla

Volete acquisire le conoscenze di base per praticare in sicurezza la montagna? Ecco il corso che fa al caso vostro! Da marzo a maggio, tramite lezioni teoriche e pratiche, grazie ai titolati e qualificati della sezione CAI di Laveno Mombello, avrete la possibilità di sperimentare materiali e tecniche essenziali per vivere la montagna.

### Lezioni teoriche

giovedì 09/03/2023	Presentazione, cultura CAI, materiali
mercoledì 15/03/2023	Cartografia ed orientamento
mercoledì 22/03/2023	Nodi e manovre (principali nodi e corda di sicurezza)
mercoledì 29/03/2023	Preparazione escursione (scheda, meteo, alimentazione, vestiario, relazioni, etc)
giovedì 06/04/2023	Speleologia
mercoledì 12/04/2023	Primo soccorso
mercoledì 19/04/2023	Serata conclusiva

### Lezioni pratiche

domenica 19/03/2023	Pratica di cartografia ed orientamento
domenica 26/03/2023	Uso attrezzatura in palestra di arrampicata
domenica 23/04/2023	Ferrata
domenica 07/05/2023	Escursione (Cima della Laurasca)
domenica 28/05/2023	Speleologia

### Iscrizione Cai obbligatoria

- Iscrizioni sino a inizio corso presso la sede, ogni venerdì sera dalle 21.00 alle 23.00.
- Pre-iscrizioni anche contattando i titolati/qualificati.
- Le lezioni teoriche si svolgono presso la nostra sede alle ore 21.00

### Titolati/qualificati

Giuseppe Corrado	3318366603
Dario Morganti	3356847694
Edoardo Raschellà	3355440316
Andrea Savini	349/6195223

**Via alla Torre, 1  
21014 Laveno Mombello (VA)  
tel. 0332 626487**