

CORSO DI SCI ESCURSIONISMO

Stagione 2012

Scuola Intersezionale “Ornella Rosolen” di
Sci Fondo Escursionismo – Sez. Conegliano e Vittorio Veneto

Il Corso si terrà nei mesi di gennaio e febbraio nella Sede CAI di Vittorio Veneto (Loc, Le filande – S: Giacomo di Veglia alle ore 21 e ha lo scopo di fornire a tutti coloro che desiderano praticare lo sci escursionismo, le nozioni base per poter programmare ed effettuare in tutta sicurezza una gita in ambiente innevato.

PROGRAMMA

1° lezione

Teoria 11/01/2012	Presentazione, materiali ed equipaggiamento
Pratica 15/01/2012	Selezione, tecnica di discesa

2° lezione

Teoria 18/01/2012	Topografia e orientamento
Pratica 22/01/2012	Tecnica di discesa

3° lezione

Teoria 25/01/2012	Nivologia – meteorologia
Pratica 29/01/2012	Prova pratica di orientamento – prova ARTVA

4° lezione

Teoria 01/02/2012	Fisiologia – alimentazione – primo soccorso
Pratica 05/02/2012	Piccola escursione – Esercitazioni ARTVA

5° lezione

Teoria 08/02/2012	Scelta e preparazione di una escursione
Pratica 12/02/2012	Escursione – esercitazione ARTVA

**Informazioni ed iscrizioni presso
le Sedi CAI di Conegliano e Vittorio Veneto**