

---

## ESCURSIONISMO DI BASE – FIRENZE, OTTOBRE 2021

### PROGRAMMA DEL CORSO

#### A chi è rivolto

Il corso è aperto a tutti, ma è pensato in particolare per chi ha poca o nessuna esperienza di escursionismo e vorrebbe iniziare a muoversi per conto proprio.

#### Obiettivi

Alla fine di questo corso avrai acquisito le competenze necessarie per programmare ed effettuare, in autonomia e senza correre rischi inutili, escursioni di una giornata su terreno che non presenti particolari difficoltà, su sentieri segnalati e per i quali sia disponibile una cartografia di precisione accettabile -come quelle che si possono fare in Toscana, in Italia e buona parte dell'Europa.

Con le stesse competenze potrai effettuare concatenazioni di più giorni, ad esempio da rifugio a rifugio o da paese a paese, in zone non troppo isolate e dove possa trovare un pasto serale e un letto per la notte.

Questo corso non tratta l'escursionismo in ambiente invernale, né prepara ad affrontare ambienti per noi estremi come la jungla o il deserto, difficoltà di tipo alpinistico o lunghi trek in autosufficienza in regioni remote.

#### Struttura e contenuti

Il corso segue le linee guida nazionali del Centro Studi Formazione LAGAP. Lo presentiamo nel formato “modular training program” (MTP), strutturato in cinque moduli indipendenti che affrontano i seguenti argomenti:

- **Modulo 1, Introduzione all'Escursionismo** – 4 ore: Introduzione al programma, abbigliamento e attrezzatura, allenamento, alimentazione.
- **Modulo 2, Cartografia di Base** – 12 ore: lettura e interpretazione della carta topografica, uso di carta e bussola, progettazione di un'uscita. Escursione di pratica.
- **Modulo 3, Sicurezza in Escursione** – 10 ore: prevenzione dei pericoli, allerta soccorsi e chiamate di emergenza. Escursione di pratica.
- **Modulo 4, Escursione completa** – 8 ore: Escursione di un'intera giornata con pratica delle nozioni apprese su orientamento, cartografia, sicurezza e prevenzione pericoli.
- **Modulo 5, Esame MTP**: esame scritto, escursione su sentiero. L'esame di Base dà accesso ai corsi LAGAP di secondo livello.

Alla fine del corso verrà rilasciato un attestato di partecipazione; se avrai superato l'Esame MPT riceverai anche il diploma emesso dal Centro Studi Formazione LAGAP.

## Durata e Logistica

Ciascun modulo si svolge nell'arco di una settimana: le lezioni teoriche dei primi due moduli si terranno il sabato pomeriggio nel cortile esterno di **Villa Le Fontanelle**, in Via di Careggi 26 a Firenze; la villa dispone di un ampio parcheggio ed è raggiungibile in autobus con la linea 40.

La parte teorica del terzo modulo e la pianificazione dell'uscita del quarto si terranno online, in orario serale, durante la settimana.

Tutte le escursioni verranno effettuate la domenica: alcuni aspetti della relativa programmazione sono parte del corso e verranno quindi confermate a lezione.

Il calendario del corso è sintetizzato nella tabella sottostante:

Modulo	Contenuto	Data	Luogo	Orario
1	Introduzione	02/10/2021	Villa Le Fontanelle	14:00 – 19:00
2	Cartografia di Base	09/10/2021	Villa Le Fontanelle	14:00 – 19:00
	Uscita di Pratica	10/10/2021	Dintorni di Firenze	09:00 – 17:00
3	Sicurezza in Escursione	12/10/2021 14/10/2021	Online	21:00 – 23:00 21:00 – 23:00
	Uscita di Pratica	17/10/2021	Monte Morello	09:00 – 17:00
4	Preparazione dell'uscita	21/10/2021	Online	21:00 – 23:00
	Escursione completa	24/10/2021	Scelta dal gruppo	Da definire
5	Esame MTP	07/11/2021	Dintorni di Firenze	09:00 – 17:00

Cercheremo di rispettare questo calendario anche in caso di (ragionevole) maltempo. Tieni presente che la Guida potrà comunque modificare o posticipare le uscite in caso di necessità o di opportunità didattica.

## Costi

Per iscriverti al corso e frequentare i vari moduli è necessario il manuale di riferimento: "Corso di Base di Escursionismo" di Marco Fazion, editrice Monte Meru.

Se non ne sei già in possesso (ad esempio perché hai già seguito un modulo LAGAP), puoi acquistarlo al momento dell'iscrizione al prezzo stabilito da LAGAP di 20€: te lo consegneremo alla prima lezione. Potrai ovviamente seguire altri corsi LAGAP di primo livello con lo stesso manuale, senza doverlo acquistare di nuovo.

Il formato MTP ti permette di acquistare e seguire solo i moduli che ti interessano con la massima flessibilità. I prezzi sono:

- Modulo 1: **20€**
- Modulo 2: **35€**
- Modulo 3: **30€**
- Modulo 4: **25€**
- Modulo 5: **20€**

## Limitazioni

I moduli del corso vengono attivati con un minimo di 2 iscritti.

Per il solo modulo "Esame MTP" il numero minimo è 4, ed è inoltre necessario aver completato i moduli 2 e 3 (di qualsiasi corso di Escursionismo di Base LAGAP).

Le iscrizioni si chiudono al raggiungimento di 8 iscritti: il nostro corso ha un'impostazione fortemente pratica, e riteniamo che gruppi più numerosi non ci permetterebbero di coprire il programma in maniera adeguata.

## Materiale

Alcune lezioni prevedono semplici attività, per cui ti consigliamo di indossare indumenti comodi -non c'è comunque bisogno di niente di particolare.

Le escursioni richiedono ovviamente un minimo di equipaggiamento: trattandosi di un corso base, è possibile affrontarle con una dotazione ragionevolmente limitata ed economica. Ti consigliamo caldamente di avere una bussola: parleremo comunque di attrezzatura nella prima lezione e daremo indicazioni specifiche per ciascuna uscita.