



## **3° corso di avvicinamento alla montagna anno 2020**

a cura dei TECNICI ESCURSIONISTICI e di FERRATE  
della  
**A.S.D. LEGA MONTAGNA – UISP BRESCIA**



**Il corso è rivolto a tutti coloro che vogliono avvicinarsi alla montagna, conoscerla e frequentarla in sicurezza.**

## **Il calendario del corso sarà il seguente:**

- **18 febbraio 2020** : presentazione dell'attività, filosofia UISP, attrezzatura ed equipaggiamento
- **25 febbraio 2020** : progressione in montagna , nodi base
- **10 marzo 2020** : primo soccorso
- **17 marzo 2020** : seconda parte progressione in montagna , topografia, orientamento e cenni di meteorologia

### **Parte pratica con uscite sul territorio, in ambienti diversi fra loro**

- **23 febbraio 2020** : escursione difficoltà E
- **01 marzo 2020** : ferrata semplice
- **22 marzo 2020** : escursione in ambiente innevato

### **Parte teorica con lezioni presso la sede della UISP aperte a tutti quanti vorranno assistere**

**L'Associazione ASD LEGA MONTAGNA Uisp Brescia è un gruppo aperto a chi ama la natura e la montagna, condividendo il rispetto per l'ambiente e la solidarietà tra le persone.**

**Il corso “avvicinamento alla montagna” ha lo scopo di far riscoprire le nostre montagne a persone che solitamente non le frequentano, fornendo informazioni e competenze di base, per conoscerle e viverle in sicurezza.**

**Le nozioni basilari verranno impartite tramite lezioni teoriche, seguite da uscite in ambiente, durante le quali si potranno mettere in pratica le competenze acquisite.**

**Le iscrizioni si ricevono tutti i giovedì a partire dal **05 dicembre 2019** presso la sede della UISP in via Berardo Maggi n.9 dalle ore 20.30 alle 22.00 fino ad esaurimento posti (20 persone).**

**Il corso è aperto anche alle ragazze ed ai ragazzi che abbiano compiuto i 14 anni di età ma a condizione che siano accompagnati da un genitore.**

**Rimborso spese organizzative e materiale di consumo euro 30,00. E' richiesta l'iscrizione all'associazione (euro 20,00) e copia del certificato medico per attività non agonistica.**

**Prima di acquistare il materiale si consiglia di partecipare alla serata dedicata all'attrezzatura ed equipaggiamento.**



## **MATERIALE NECESSARIO**

- **zaino**
- **pedule o scarponi da montagna**
- **abbigliamento idoneo alle escursioni**
- **eventuali integrazioni durante lo svolgimento del corso**

**Indirizzo sede : via Berardo Maggi n.9 Brescia**

**Sito internet : [www.uisp.it/brescia](http://www.uisp.it/brescia)**

**e-mail : [montagna.brescia@uisp.it](mailto:montagna.brescia@uisp.it)**

**telefono 030-47191 oppure 030-3756023  
giovedì dalle 20.30 alle 22.00**

**Facebook**

**<https://www.facebook.com/Lega-Montagna-Brescia-136489529831369/>**

**IN COLLABORAZIONE CON**

