



XXI

CORSO DI TREKKING 2010

Martedì 13 APRILE ORE 21.15

PRESENTAZIONE DEL CORSO

sede dell'Azimut Club Via Dei Traeri 100 - Cognito (MO)

DOMENICA 25 APRILE

Uscita conoscitiva in Appennino aperta a tutti gli aspiranti corsisti

programma XXI corso di trekking

Martedì 4 Maggio

1° lezione

Attrezzatura ed abbigliamento – *l'abito fa l'escursionista*

Domenica 9 Maggio

1° uscita

Appennino Reggiano

Martedì 11 Maggio

2° lezione

Alimentazione e preparazione fisica – *agili come un daino pur col pesante zaino*

Martedì 18 Maggio

3° lezione

Cartografia – *un pezzo di carta nella vita serve sempre*

Domenica 23 Maggio

2° uscita

Appennino Modenese

Martedì 25 Maggio

4° lezione

Orientamento – *mai perdere la bussola!*

Domenica 6 Giugno

3° uscita

Monti Lessini

Martedì 15 giugno

5° lezione

Sicurezza in montagna – *l'audacia è bella, l'incosciente temerarietà è sciocca*

Sabato 19 - Domenica 20 Giugno

4° uscita

Alpi

Martedì 29 Giugno

6° lezione

Come si organizza un'escursione – *do it yourself!*

Sabato 3 e domenica 4 luglio

5° uscita

Dolomiti bellunesi (in pullman) - aperta anche a tutti i soci dell'Azimut Club

Domenica 18 luglio

5° uscita

Uscita organizzata dai corsisti - *Questa l'ho fatta io*

Luglio - Festa di fine corso con proiezione diapositive del Corso

Le lezioni si terranno alle ore 21,15 nella sede dell'Azimut Club, Via Dei Traeri 100 Cognento. Se desiderate avvicinarvi al mondo della montagna, prima di decidere l'eventuale partecipazione all'avventura del Corso di Trekking, vi invitiamo all'uscita adatta ad aspiranti escursionisti:

Informazioni ed iscrizioni:

nella serata di presentazione del corso oppure in sede dell'Azimut Club nelle serate di lunedì a partire dalle ore 21,15 in sede in Via Dei Traeri 100 - 41010 Cognento (MO)

Troverete il modulo delle iscrizioni anche nel nostro sito internet:

<http://www.azimutclub.eu>

e-mail: info@azimutclub.eu

Per ulteriori informazioni: Roberto 338 9607054, Vito 347 849841, Angela 340 7989160, Monica 347 3071450

