

Se desiderate avvicinarvi al mondo della montagna, prima di decidere l'eventuale partecipazione all'avventura del Corso di Trekking, vi invitiamo all'uscita del 1 Maggio 2016 adatta ad aspiranti escursionisti.

### Informazioni ed iscrizioni:

nella serata di presentazione del corso nella Sala civica "Traeri"- via Traeri 100 Cognento, oppure in sede dell'Azimut Club nelle serate di lunedì a partire dalle ore 21,15 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](mailto:info@azimutclub.eu)

Per ulteriori informazioni contattare gli organizzatori:

Monica 3473071450  
Angela 3407989160  
Gilberto 3299526206  
Paolo 3298495747  
Valrer 3357231776

Le lezioni si terranno alle ore 21,15 presso la sala "Traeri" di Cognento in via dei Traeri 100 -- Modena



**Per informazioni sul Quartiere**  
V. Newton 150/b - Modena  
Tel.059-203.4030 - fax 059-203.4045  
e-mail: [faustino@comune.modena.it](mailto:faustino@comune.modena.it)



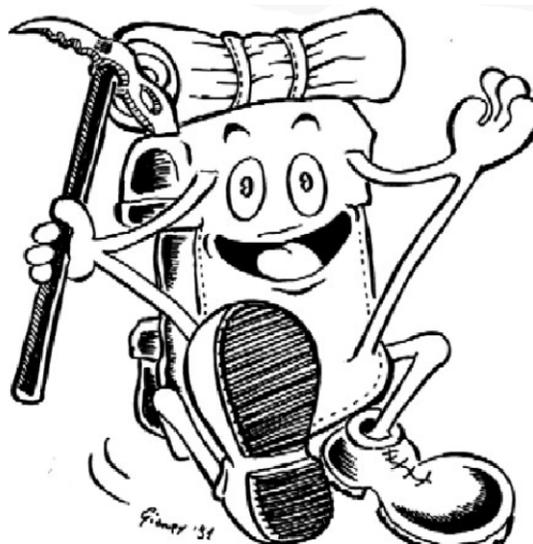
# XXVII CORSO DI TREKKING 2016

**MARTEDI 26 APRILE 2016**

**ORE 21.15**

*PRESENTAZIONE DEL CORSO*

Sala civica "TRAERI" -Via dei Traeri 100  
Cognento-Modena



# **DOMENICA 1 MAGGIO 2016**

Uscita conoscitiva nell'Appennino Modenese  
*Aperta a tutti gli aspiranti corsisti*

**Martedì 3 maggio**

**I LEZIONE**

*Attrezzatura, abbigliamento, "l'abito fa l'escursionista" preparazione dello zaino"*

**Domenica 8 maggio**

**I USCITA**

*Appennino Reggiano*

**Martedì 10 maggio**

**II LEZIONE**

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

**Martedì 17 maggio**

**III LEZIONE**

*Sicurezza in montagna "l'audacia è bella  
l'incoscienza è sciocca"*

**Domenica 22 maggio**

**II USCITA**

*Prealpi Venete*

**Martedì 24 maggio**

**IV LEZIONE**

*Cartografia orientamento "un pezzo di carta  
nella vita serve sempre"*

**Domenica 29 maggio**

**III USCITA**

*Lezione pratica di orientamento in Appennino*

**Martedì 7 giugno**

**V LEZIONE**

*Etica in montagna "in montagna come  
nel salotto di casa"*

**Sab-Dom- 11- 12 giugno**

**IV USCITA**

*Monte Cusna - Battisti*

**Martedì 14 giugno**

**VI LEZIONE**

*Come si organizza una escursione  
"do it your self"*

**Sab-Dom 18- 19 giugno**

**V USCITA**

*Dolomiti*

**Domenica 4 settembre**

**VI USCITA**

*In trekking coi corsisti  
Aperta a tutti i soci Azimut*

Il corso è riservato ad un massimo di 20 partecipanti.

**Affrettati ad iscriverti**

Le lezioni si terranno alla Sala "TRAERI" Via Traeri 100 Cognento alle ore 21,15