

Se desiderate avvicinarvi al mondo
della montagna,
partecipa all'avventura
del Corso di Trekking

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

Per ulteriori informazioni
contattare gli organizzatori:

Angela 3407989160
Monica 3473071450
Gilberto 3299526206
Roberto 3665757763
Luigi 3405118970
Luca 3333882398

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

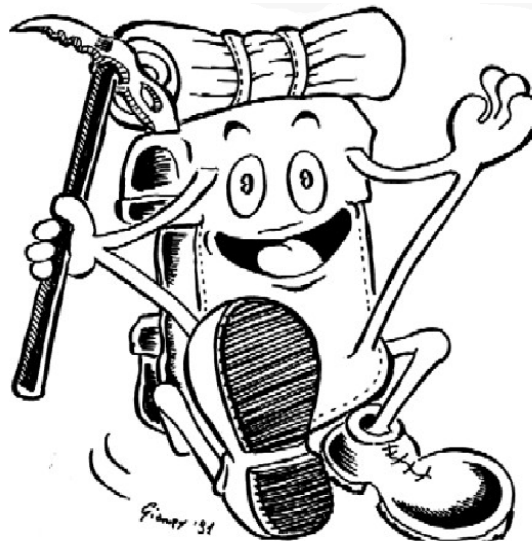


XXX CORSO DI TREKKING 2019

MARTEDI 2 aprile 2019

ORE 21.15

PRESENTAZIONE DEL CORSO
Sala civica "TRAERI" - Via dei Traeri 100
Cognento-Modena



PROGRAMMA XXX CORSO DI TREKKING

Martedì 2 aprile

Presentazione del Corso

Martedì 9 aprile

I LEZIONE

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

Domenica 14 aprile

I USCITA

Appennino Modenese

Martedì 16 aprile

II LEZIONE

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

Giovedì 2 maggio

III LEZIONE

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

Domenica 5 maggio

II USCITA

Prealpi Venete- Lessinia

Martedì 14 maggio

IV LEZIONE

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

Dom 19 maggio

III USCITA

Lezione pratica di orientamento in ambiente

Martedì 28 maggio

V LEZIONE

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

Sab-Dom 1-2 giugno

IV USCITA

Alpi Apuane

Martedì 11 giugno

VI LEZIONE

*Come si organizza un' escursione
"do it your self"*

Sab-Dom 15-16 giugno

V USCITA

Val dei Mocheni

Martedì 25 Giugno

Festa di fine corso

Sab-Dom 29-30 giugno

VI USCITA

Dolomiti (tre cime di Lavaredo)

Domenica 15 settembre

VII USCITA

In trekking coi corsisti

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