

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
Roberto 3665757763
Luigi 3405118970
Francesco 3393002664

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



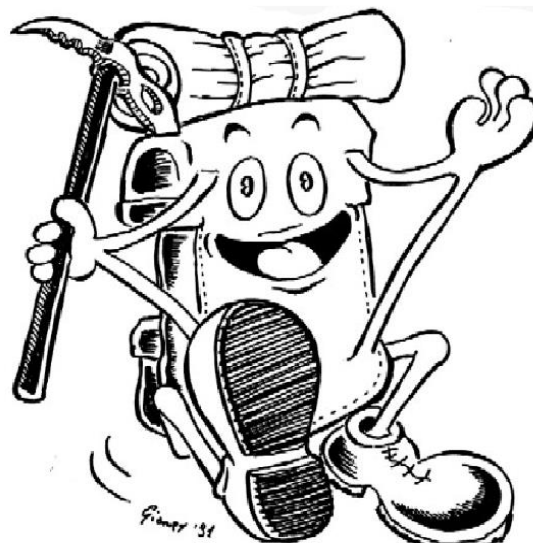
XXXI CORSO DI TREKKING 2021

MERCOLEDI'1 settembre 2021

ORE 21.15

PRESENTAZIONE DEL CORSO

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



PROGRAMMA XXXI CORSO DI TREKKING

Mercoledì 1 settembre

Presentazione del Corso

Martedì 7 settembre

I LEZIONE

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

Domenica 12 settembre

I USCITA

Appennino Modenese

Martedì 14 settembre

II LEZIONE

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

Domenica 19 settembre

II USCITA

Appennino Reggiano

Martedì 28 settembre

III LEZIONE

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

Domenica 3 ottobre

III USCITA

Prealpi Venete

Martedì 5 ottobre

IV LEZIONE

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

Sab-Dom 9-10 ottobre

IV USCITA

Alpi di Ledro

Martedì 12 ottobre

V LEZIONE

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

Domenica 24 ottobre

V USCITA

In trekking coi corsisti

Il corso è riservato ad un massimo di 15 partecipanti.

Affrettati ad iscriverti

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