

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: Quartiere 4
Tel.059-2034030
e-mail:quartiere4@comune.modena.it

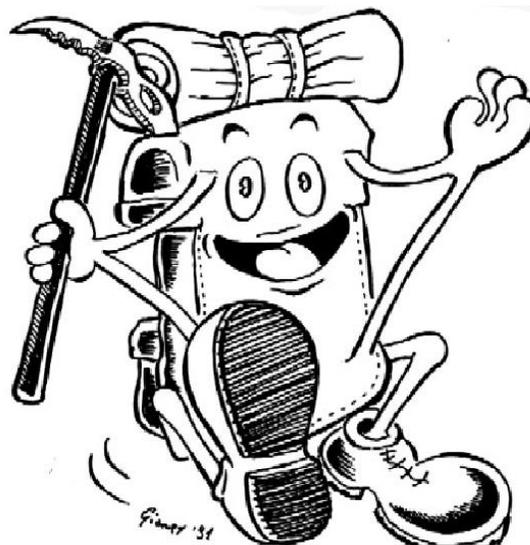


XXXII CORSO DI TREKKING 2022

MERCOLEDI'13 aprile 2022

ORE 21.15

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



PROGRAMMA XXXII CORSO DI TREKKING

Mercoledì 13 aprile
Presentazione del Corso

Mercoledì 27 aprile
I LEZIONE

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

Domenica 1 maggio
I USCITA
Appennino Modenese

Mercoledì 4 maggio
II LEZIONE

Cartografia
"un pezzo di carta nella vita serve sempre"

Domenica 8 maggio
II USCITA
Appennino Reggiano

Mercoledì 18 maggio
III LEZIONE

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

Domenica 22 maggio
III USCITA
Lessinia

Mercoledì 25 maggio
IV LEZIONE
Orientamento
"mai perdere la bussola"

Domenica 29 maggio
IV USCITA
Prealpi Venete

Mercoledì 8 giugno
V LEZIONE
Sicurezza in montagna
"l'audacia è bella l'incoscienza è sciocca"

Sab-Dom 11-12 giugno
V USCITA
Alpi Trentine

Mercoledì 15 giugno
VI LEZIONE
Come si organizza un'escursione
"do it your self"

Sab Dom 25-26 giugno
VI USCITA
La classica in pullman: Le Pale di S. Martino

Domenica 18 settembre
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