

Club Alpino Italiano Sezione di Vercelli

Via Stara 1, 13100 Vercelli, 0161 - 250207

www.caivercelli.it, info@caivercelli.it



“SICURI IN MONTAGNA”

**QUATTRO SERATE per prepararsi
all’Escursionismo estivo**

Venerdì 08 maggio

Equipaggiamento e materiali

Alimentazione - preparazione fisica

Relatori: Turco Simone A.E. - CAI Vercelli

Dott.sa Lucca Raffaella Medico nutrizionista

Venerdì 15 maggio

Cartografia e orientamento

Sentieristica

Relatori: Coppo Daniela A.E. – Turco Simone A.E.

Venerdì 22 maggio

Preparazione di un’escursione

Relatori: Coppo Daniela A.E. – Turco Simone A.E.

Giovedì 04 giugno

**Pericoli in Montagna - Riduzione del
rischio - Gestione di un emergenza**

Relatori: Coppo Daniela A.E. – Turco Simone A.E.

Le serate si terranno nella sede del CAI, via Stara 1,
dalle ore 21.15 alle ore 22.30
sono gratuite e aperte a tutti (soci e non soci CAI)