



# CBE

---

## CORSO BASE DI ESCURSIONISMO

### COSA

Un Corso Base di Escursionismo rivolto ad amanti del movimento e dello sport all'aria aperta che approcciare l'attività escursionistica con consapevolezza.

Il Corso Base di Escursionismo è strutturato in 8 lezioni teoriche e 3 uscite pratiche, più un esame finale per il conseguimento del diploma.

N.B.: i Corsi di Escursionismo NON sono corsi professionalizzanti. Con il CBE NON si diventa Guide.

### PERCHE'

Approfondire la teoria e la pratica escursionistica con una formazione professionale, per imparare a muoversi nell'ambiente naturale con consapevolezza e in sicurezza.

### COME

#### ***Programma:***

lez. 1. Teoria – 2 ore

Introduzione al corso, definizione di obiettivi e aspettative; abbigliamento, attrezzatura e calzature.

lez. 2. Teoria – 2 ore

Allenamento, alimentazione, respirazione, organizzare la cassetta del primo soccorso e la farmacia.

lez. 3. Teoria – 2 ore

Lettura e interpretazione carta topografica.

Marina Emilia Luciani

Guida Naturalistica ed Escursionistica del Parco Lombardo della Valle del Ticino  
Guida Ambientale Escursionistica associata AIGAE - LO595

Sede legale: Via degli Orti 44/a, Vigevano, Pv  
P.IVA: 11558790967 - CF: LCNMNM78T42F205L

Tel.: +39 351 509 7309 | Website: [avventurasullegambe.com](http://avventurasullegambe.com)





lez. 4. Uscita pratica - Impariamo a leggere una carta topografica.

lez. 5. Teoria – 2 ore

Progettazione di un'escursione con carta topografica (con project work individuale o di gruppo).

lez. 6. Teoria – 2 ore

Lettura e interpretazione carta topografica - uso di carta e bussola.

lez. 7. Uscita pratica - Approfondimento sull'uso della carta sul terreno; rudimenti di orientamento strumentale.

lez. 8. Teoria – 2 ore

Prevenzione pericoli e buone norme di comportamento in escursione – 1a parte.

lez. 9. Teoria – 2 ore

Prevenzione pericoli e buone norme di comportamento in escursione – 2a parte.

lez. 10. Uscita pratica - Cartografia + prevenzione pericoli e buone norme.

lez. 11. Teoria – 2 ore

Allerta soccorsi; comportamenti ecocompatibili, informazioni sull'esame

12. Esame finale, prova scritta e prova pratica sul campo

13. Festa e consegna dei diplomi

Totale (esame escluso): 16 ore di teoria + 3 uscite pratiche

NB: L'ordine delle lezioni può variare in base ad esigenze organizzative

**Marina Emilia Luciani**

Guida Naturalistica ed Escursionistica del Parco Lombardo della Valle del Ticino  
Guida Ambientale Escursionistica associata AIGAE - LO595

Sede legale: Via degli Orti 44/a, Vigevano, Pv  
P.IVA: 11558790967 - CF: LCNMNM78T42F205L

Tel.: +39 351 509 7309 | Website: [avventurasullegambe.com](http://avventurasullegambe.com)





### ***Modalità di iscrizione***

<https://www.aigae.org/corso-subscription/>

### **DOVE**

#### ***Lezioni Teoriche:***

Biblioteca comunale di Cassolnovo "Anna Del Bo Boffino". Indirizzo: Via Oberdan, 6 – 27023 Cassolnovo (PV)

#### ***Attività Escursionistiche ed esami pratici:***

Da definire in base al meteo

### **CHI**

#### ***I partecipanti:***

adulti > 18 anni

minimo 10, massimo 15

è richiesto un discreto allenamento fisico per le uscite pratiche in natura.

#### ***La guida:***

**Marina Luciani – Avventura sulle Gambe:** Guida Ambientale Escursionistica certificata AIGAE (tessera nr: LO595) e Guida Naturalistica ed Escursionistica per il Parco Lombardo della Valle del Ticino (matricola nr: 474). Vive a Vigevano e lavora principalmente nelle foreste del Parco del Ticino, con l'obiettivo di promuoverne la bellezza. Diplomata al Liceo Scientifico con il mito di Piero Angela e laureata in Filosofia inseguendo Donald Davidson, ha lavorato in diversi uffici e strutture di sport all'aria aperta prima di trovare la sua dimensione e creare Avventura sulle Gambe. Dal 2022 è Istruttore di Corsi Base di Escursionismo per AIGAE.

**AIGAE – Associazione Italiana Guide Ambientali Escursionistiche:** è l'Associazione di categoria nazionale che rappresenta chi per professione accompagna le persone in Natura, illustrando loro le caratteristiche ambientali e culturali dell'area visitata. AIGAE è inserita nell'elenco ricognitivo del Ministero dello Sviluppo Economico, tra le Associazioni Professionali che rilasciano l'Attestato di Qualità e Qualificazione Professionale dei Servizi prestati dai Soci, ai sensi della Legge n°4/2013 (artt. 4, 7 e 8).

Marina Emilia Luciani

Guida Naturalistica ed Escursionistica del Parco Lombardo della Valle del Ticino  
Guida Ambientale Escursionistica associata AIGAE - LO595

Sede legale: Via degli Orti 44/a, Vigevano, Pv  
P.IVA: 11558790967 - CF: LCNMNM78T42F205L

Tel.: +39 351 509 7309 | Website: [avventurasullegambe.com](http://avventurasullegambe.com)





## QUANDO

Autunno/Primavera  
Vedi calendario all.1

## COSTO

**130 € a persona + 15€ spese di segreteria AIGAE** – Associazione Italiana Guide Ambientali Escursionistiche

La quota comprende:

- Lezioni teoriche e pratiche;
- Assicurazione RC per le attività teoriche e pratiche;
- Esame Finale;
- Diploma CBE AIGAE.

+ 15€ facoltativo materiale didattico in formato digitale (PDF);

+ 10€ facoltativo iscrizione EIC – Escursioni Italia Club (polizza assicurativa annuale valida per le attività svolte con le guide AIGAE) <https://www.trip-trek.it/>

-10% sconto per i residenti in Cassolnovo

E' richiesto il pagamento anticipato alla conferma di attivazione del corso.

## CONTATTI

Marina Luciani: +39 351 509 7309  
marina.luciani@avventurasullegambe.com  
www.avventurasullegambe.com

Marina Emilia Luciani

Guida Naturalistica ed Escursionistica del Parco Lombardo della Valle del Ticino  
Guida Ambientale Escursionistica associata AIGAE - LO595

Sede legale: Via degli Orti 44/a, Vigevano, Pv  
P.IVA: 11558790967 - CF: LCNMNM78T42F205L

Tel.: +39 351 509 7309 | Website: avventurasullegambe.com

