

## Equipaggiamento personale

zaino 30\40 litri

scarpe da ginnastica o scarpe da trekking in base alla stagione

abbigliamento casual

coltellino svizzero o pinza multiuso

coperta o sacco a pelo

materassino

guanti

guanti da lavoro

cappello

accendino o fiammiferi

poncho

gavetta



### Come raggiungerci:

da Roma: dall'autostrada A24 uscita L'Aquila ovest, proseguire verso Poggio di Roio, dista circa 6 Km dalla stazione ferroviaria dell'Aquila; vi ha sede la Facoltà di Ingegneria.

da Pescara: dall'autostrada A25, superato Avezzano allo svincolo del Torano immettersi sull'autostrada A24 in direzione L'Aquila, uscita L'Aquila ovest, proseguire verso Poggio di Roio,

## **WILD SIDE ASD**

Via San Leonardo 12

Poggio di Roio

67100 L'Aquila

Tel.: 340 3932907

E-mail: [wildside.abruzzo@gmail.com](mailto:wildside.abruzzo@gmail.com)

[www.wildsideasd.com](http://www.wildsideasd.com)



## **CORSO URBAN SURVIVAL**



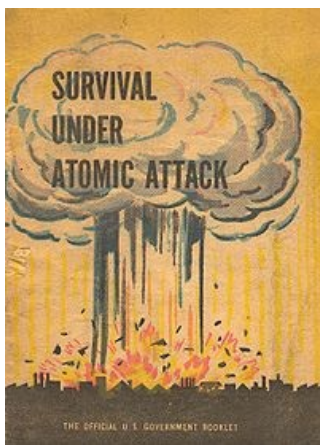
## **Scuola di sopravvivenza WILD SIDE ASD**

Tel.: 340 3932907

mail: [wildside.abruzzo@gmail.com](mailto:wildside.abruzzo@gmail.com)

[www.wildsideasd.com](http://www.wildsideasd.com)

## Corso di sopravvivenza urbana



Il corso di sopravvivenza urbana prevede lezioni sia teoriche che pratiche con l'obiettivo di sviluppare abilità e conoscenze fondamentali per la sicurezza e la sopravvivenza in ambiente urbano.

Attraverso la modalità esperienziale verrà stimolata la consapevolezza necessaria affinché il rischio sia gestito al meglio.

La conoscenza degli argomenti consentirà al soggetto di reperire risorse anche laddove sembra non esservi, di riuscire a utilizzare al meglio le proprie potenzialità riducendo al minimo i fattori di rischio.

I corsi di sopravvivenza urbana sono rivolti ed accessibili a tutti, possono essere fatti corsi specifici in base alle richieste dei partecipanti, in questo caso è necessario un gruppo composto di minimo 4 persone.

Nei corsi di urban survival verranno affrontati argomenti relativi a:  
catastrofi naturali (terremoti, alluvioni, tsunami, uragani, incendi)  
sicurezza sui mezzi di trasporto (automobile, treno, aereo, nave)  
acqua, fuoco, ripari, cibo  
sicurezza in casa  
aggressioni e autodifesa  
terrorismo  
edifici  
equipaggiamento urbano  
orientamento con e senza strumenti  
elementi di pronto soccorso.

Il corso ha inizio il Venerdì alle ore 16 con una lezione teorica in aula sulla sopravvivenza urbana, controllo equipaggiamento ed ulteriori informazioni, presso la sede della scuola in Via San Leonardo 12, Poggio di Roio – L'Aquila.

La notte del Venerdì può essere trascorsa liberamente o in B&B nei pressi della scuola (non compreso nel prezzo).

Sabato alle ore 8.30 partenza alla volta del luogo dove verrà approntato il campo (circa 5 km) e dove verranno esaminate e messe in pratica le tecniche base di sopravvivenza urbana (acqua, fuoco, riparo, valutazione dei rischi e potenzialità, orientamento, ecc...).

La notte verranno praticate esercitazioni relative all'orientamento in notturna e gli spostamenti senza l'ausilio di strumenti di navigazione (bussola, gps, ecc...).

La notte verrà trascorsa nei rifugi allestiti

dai partecipanti.

Nella giornata di Domenica verranno affrontati ulteriori argomenti e verrà svolta una esercitazione pratica.

Il corso avrà termine nel pomeriggio di Domenica alle ore 16 circa.

Il prezzo è di 179 € a persona

Nel prezzo sono compresi:

- corso di sopravvivenza urbana
- materiale didattico
- dispense e materiale di studio
- razioni di emergenza (3 pasti)
- attestato di partecipazione CSEN

Per quanto riguarda il pagamento può essere effettuato presso la sede della scuola nei giorni del corso.

La prenotazione va effettuata almeno due settimane prima per questioni organizzative.

Il calendario con le date dei corsi è disponibile sul sito:

[www.wildsideasd.com](http://www.wildsideasd.com)

