

CLUBE EXCURSIONISTA CARIOCA

Curso Básico de Montanhismo 2020



Data	Dia da semana	Hora	Local	Tema
02/03/20	segunda-feira	19h15	CEC	Aula Inaugural
04/03/20	quarta-feira	19h15	CEC	Cordas e nós
07/03/20	7/3/2020	07h00	Niterói	Campo-escola - Itacoatiara
08/03/20	8/3/2020	07h00	Urca	Campo-escola - Coloridos
09/03/20	segunda-feira	19h15	CEC	Fundamentos e técnicas de escalada
11/03/20	quarta-feira	19h15	CEC	Técnicas e materiais de acampamento
14/03/20	14/3/2020	07h00	Urca	Prática de escalada de 80 a 100m - Coloridos
15/03/20	15/3/2020	06h45	Urca	Prática de escalada de 80 a 100m - Babilônia
16/03/20	segunda-feira	19h15	CEC	Gerenciamento de riscos
18/03/20	quarta-feira	19h15	CEC	Prevenção de acidentes
21/03/20	21/3/2020	07h00	PNT	Prática de escalada de 80 a 100m - Agulhinha da Gávea
22/03/20	22/3/2020	07h00	Humaitá	Prática de escalada de 80 a 100m - Contraforte do Corcovado
23/03/20	segunda-feira	19h15	CEC	História do montanhismo e evolução das técnicas de escalada
25/03/20	quarta-feira	19h15	CEC	Orientação
28/03/20	28/3/2020	07h30	PNT	Caminhada e orientação
29/03/20	29/3/2020	07h00	Lagoa	Prova Prática - Cantagalo ou Cabritos
30/03/20	segunda-feira	19h15	CEC	Equipamentos avançados de escalada (opcional)

01/04/20	quarta-feira	19h15	CEC	Retirada de material de acampamento
04/04/20	4/4/2020	?	Serra da Bocaina	Acampamento - Pico do Tira Chapéu
05/04/20	5/4/2020	?	Serra da Bocaina	Acampamento - Pico do Tira Chapéu
06/04/20	segunda-feira	19h15	CEC	Revisão para prova teórica e devolução do material
08/04/20	quarta-feira	19h15	CEC	Prova teórica
18/04/20	18/4/2020	07h00	?	Reservada
19/04/20	19/4/2020	07h00	?	Reservada
23/04/20	quinta-feira	19h15	CEC	Formatura e confraternização
versão publicada em				29/03/2024