



CLUBE PARANAENSE DE MONTANHISMO

Cronograma CBM 2024 – Parte I: Iniciação em Montanhismo

(datas sujeitas a alteração)

17 de abril, quarta-feira, 19h30

Aula Inaugural: Esclarecimentos do cronograma, conteúdo e funcionamento do CBM (1h)

ANDRÉ CAIXEIRO

História do Montanhismo Paranaense (1h)

NELSON LUIZ PENTEADO ALVES (FAROFA)

22 de abril, segunda-feira, 19h30

Características Gerais da Serra do Mar Paranaense (1h)

JULIO NASCIMENTO

Primeiros Passos do Montanhismo (1h30)

WALTER SANTOS FILHO

25 de abril, quinta-feira, 19h30

Modalidades do Montanhismo (1h)

ANDRÉ CAIXEIRO

Ética e Conduta na Montanha / Clubes/FEPAM/CBME/UIAA (1h30)

MARCIO HOEPERS

29 de abril, segunda-feira, 19h30

Alimentação/Nutrição (1h)

ROSA VOLTOLINI – CRN 16827/P

Condicionamento Físico (1h)

CHARLES STRELOW

2 de maio, quinta-feira, 19h30

Animais Venenosos e Peçonhentos (2h)

JOSUÉ DE OLIVEIRA

Clube Paranaense de Montanhismo

Rua Flavio Dallegrave, 5044 - Boa Vista - Curitiba - PR - CEP: 82540-010

CNPJ: 79.747.432/0001-10



CLUBE PARANAENSE DE MONTANHISMO

Cronograma CBM 2024 – Parte I: Iniciação em Montanhismo

(datas sujeitas a alteração)

6 de maio, segunda-feira, 19h30

Noções de Primeiros Socorros (2h)

DR. MARCOS CHESI – CRM 14786

9 de maio, quinta-feira, 19h30

Rádio HT: noções e utilização (2h)

GUSTAVO BRUZZI

13 de maio, segunda-feira, 19h30

Acampamentos (2h30)

ERIVELTON FREITAS (MÍSTICO)

16 de maio, quinta-feira, 19h30

Roupas e Equipamentos (2h30)

PAULO CESAR DE AZEVEDO SOUZA (MÁFIA)

27 de maio, segunda-feira, 19h30

Meteorologia (2h)

MARCIO LICHTNOW

6 de junho, quinta-feira, 19h30

Navegação e Orientação (2h30)

GETULIO VOGETTA

Clube Paranaense de Montanhismo

Rua Flavio Dallegrave, 5044 - Boa Vista - Curitiba - PR - CEP: 82540-010

CNPJ: 79.747.432/0001-10



CLUBE PARANAENSE DE MONTANHISMO

1º. Acampamento (Práticas, tempo integral)

Transporte incluso (integração da turma)

Dias 8 e 9 de junho, sábado e domingo, Acampamento **Anhangava**

Dias 15 e 16 de junho, sábado e domingo, Acampamento **Anhangava** (ALTERNATIVA)

Sábado: caminhada cedo com prática de Navegação e Orientação (Anhangava via Samambaia);

GETULIO VOGETTA

17:30 – 18:30: **Montar Acampamento;**

19:00 – 21:00: **Preparar Jantar;**

Domingo, caminhada cedo, visita à Pedra do Almoço (Anhangava).

2º. Acampamento/Encerramento (Práticas, tempo integral)

Transporte por conta dos alunos (combinar caronas)

Dias 27 e 28 de julho, sábado e domingo, Acampamento/Encerramento **Araçatuba**

Dias 11 e 12 de agosto, sábado e domingo, Acampamento/Encerramento **Araçatuba** (ALTERNATIVA)

Sábado, subir o Araçatuba (trilha da Lapinha) a partir das 8:30;

17:30 – 18:30: **Definir o local para montar acampamento;**

19:00 – 21:00: **Jantar;**

Domingo, cedo desmontar acampamento e descer pela trilha principal.

Clube Paranaense de Montanhismo

Rua Flavio Dallegrave, 5044 - Boa Vista - Curitiba - PR - CEP: 82540-010

CNPJ: 79.747.432/0001-10