

Nome e cognome

Luogo di nascita

Data di nascita

Gruppo di appartenenza sezione CAI

Indirizzo

Cellulare / Telefono

Email

Desidero iscrivermi al corso
APUANE 2013

Autorizzo il trattamento dei miei dati personali al
D. Lgs. 196/2003 e successivi

Firma

Firma dei genitori (se minore)

Timbro e firma del presidente di sezione CAI

Corso organizzato da:
**Gruppo Speleologico Montagna Pistoiese
CAI Garfagnana**



Direttore del corso

INS/ST Anna Assereto
Direttore Scuola Nazionale Speleologia
+39.3356917636
anna.assereto@sns-cai.it

Coordinamento tecnico

IS/ST Juri Montese
+39.3280157293
jmontese@comunedisanremo.it

Segreteria

IS/ST Gianni Filoni
+39.3485161229
gianni@filoni.eu
Via 25 Aprile, 2407/a
San Marcello P.se - Pistoia

Il corpo docente del corso appartiene al
Gruppo di Lavoro Torrentismo
della SNS CAI

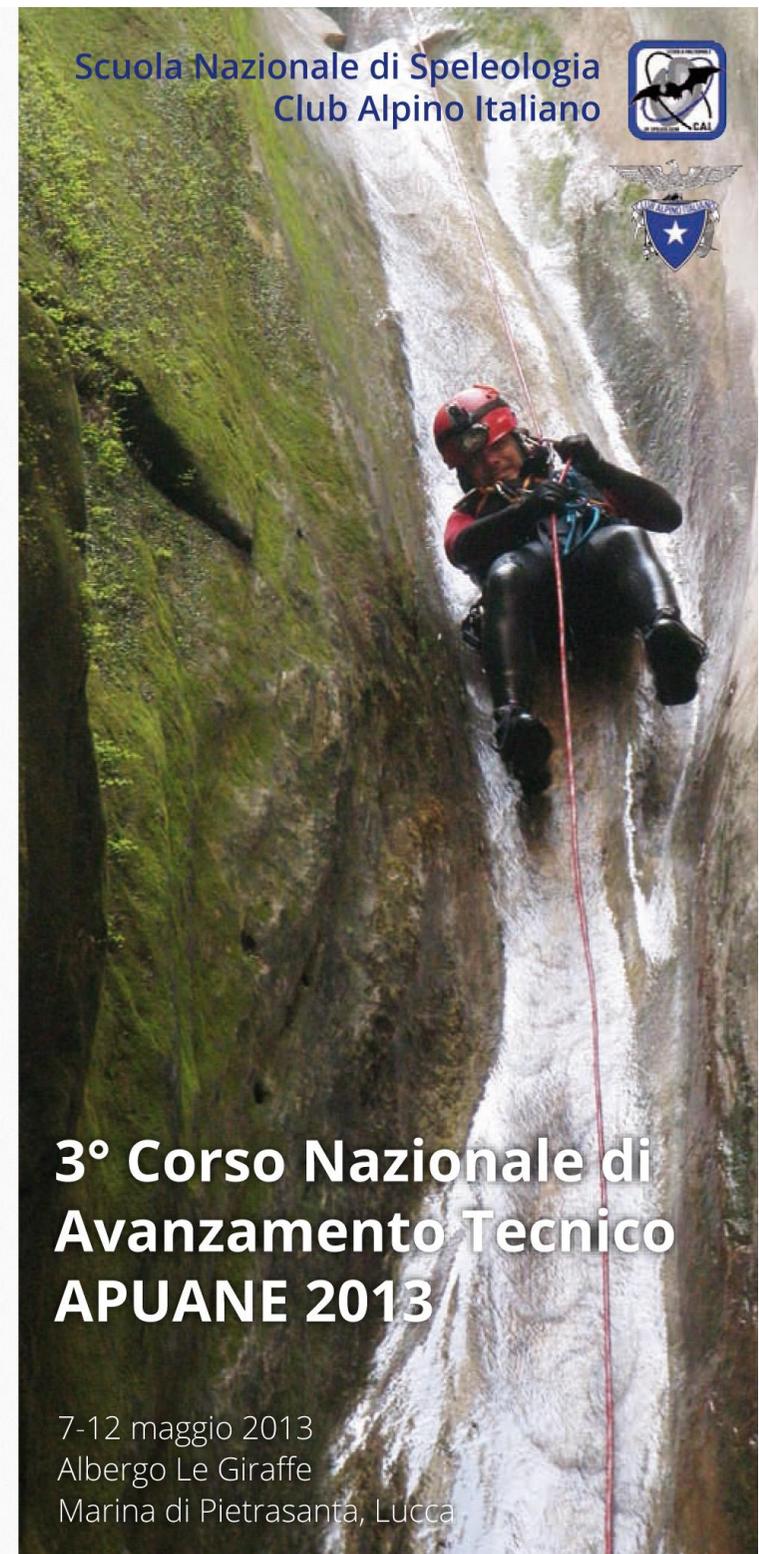
ALLEGRO ALLA PRESENTE
Curriculum attestante l'attività svolta / Certificato medico non
agonistico / Copia della ricevuta del versamento per iscrizione

Scuola Nazionale di Speleologia
Club Alpino Italiano



3° Corso Nazionale di Avanzamento Tecnico APUANE 2013

7-12 maggio 2013
Albergo Le Giraffe
Marina di Pietrasanta, Lucca



Apuane 2013 Dove

L'Albergo Le Giraffe, Via San Giovanni Bosco, 21, 55045 Marina di Pietrasanta - Lucca.
Sistemazione in camere con letti a castello.
Per informazioni 0584.745868
www.albergolegiraffe.it

Apuane 2013 Attrezzatura

Indispensabile avere la tessera CAI valida per l'anno in corso. La sistemazione sarà in camere con letti a castello, serve sacco a pelo ed asciugamano. L'abbigliamento deve essere adatto ad attività alpinistica e di torrentismo in zone montane. Inoltre è richiesta la seguente attrezzatura: Muta completa a 2 pezzi o intera / Calzari e guanti in neoprene / Scarpe da torrentismo / Casco da alpinismo omologato (tipo speleo-alpinistico) / Fischietto / Imbragatura da torrentismo / Doppia longe in corda dinamica omologata intera confezionata con un nodo tri-longe (per chi non la conosce può presentarsi con 3 mt di corda per confezionarla insieme) sono accettate doppie longe asimmetriche di corda dinamica (intera) o in fettuccia omologata (Spelegyca); entrambi i rami della longe devono essere equipaggiati con moschettoni a ghiera / Bloccanti meccanici (ventrale e mobile) per risalita su corda singola completi di pedale / Discensore ad otto tipo grande collegato all'imbrago con moschettone a ghiera tripla sicura / Secondo discensore a otto con relativo moschettone base larga o HMS a ghiera / Moschettone di rinvio a base larga key-lock senza ghiera / 3 moschettoni HMS o a base larga con ghiera / 2 spezzoni di cordino in Kevlar da 5,5 mm lunghi 1,70 mt ciascuno per realizzare un anello chiuso ed uno con asole

all'estremità completi di 2 moschettoni a ghiera / Rinvio lungo 15 cm con 2 moschettoni a ghiera, uno base larga e l'altro piccolo asimmetrico / Bidoncino / Telo termico / Candele e accendino / Frontale elettrica / Occhialini o maschera subacquea / Zaino personale da torrentismo con possibilità di evacuazione rapida dell'acqua / Chiave da 13 e 17 mm / maillon da abbandono, una carrucola a flange fisse con suo moschettone / Cesoia in posizione facilmente raggiungibile da entrambe le mani.

Apuane 2013 Programma *

7 maggio 2013 - *Afflusso partecipanti, presentazione corso e preparativi per l'indomani*

8 maggio 2013 - *Esercitazione pratica (forra o palestra), lezione teorica, preparativi per l'indomani*

9 maggio 2013 - *Esercitazione pratica (forra o palestra), lezione teorica, preparativi per l'indomani*

10 maggio 2013 - *Esercitazione pratica (forra o palestra), lezione teorica, preparativi per l'indomani*

11 maggio 2013 - *Esercitazione pratica (forra o palestra), lezione teorica, preparativi per l'indomani*

12 maggio 2013 - *Esercitazione pratica (forra o palestra), lezione teorica, preparativi per l'indomani*

Apuane 2013 Obiettivi

Il corso si propone di mostrare le attuali tecniche di progressione e attrezzamento di un torrente e di far crescere la conoscenza al normale frequentatore fino a renderlo autonomo nella gestione di un gruppo omogeneo. Il corso è indirizzato a tutti i soci CAI interessati ad una crescita personale e del gruppo di amici con cui condivide questa passione. Il torrentista che si presenta deve avere padronanza della progressione di base ed aver partecipato ad un corso d'introduzione. Per gli istruttori di speleologia interessati alla specializzazione di torrentismo è il

primo passo per poter accedere al Perfezionamento Tecnico e successivamente all'esame!

Apuane 2013 Domanda

La domanda di partecipazione dovrà essere inviata alla segreteria del corso, corredata da: curriculum che attesta la partecipazione ad un corso d'introduzione al torrentismo e l'attività svolta nell'ultimo anno; certificato medico di sana e robusta costituzione; copia del pagamento. L'età minima per partecipare è di anni 16. La quota è fissata a 340,00 € e comprende vitto ed alloggio dalla cena del 7 al pranzo del 12 maggio 2013. Gli estremi per il pagamento sono: bollettino postale sul CCP 11009511 intestato a **Sezione Club Alpino Italiano Montagna Pistoiese**, o bonifico sul conto IT50 T076 0113 8000 0001 1009 511. Specificare come causale **Iscrizione Avanzamento Torrentismo Cognome Nome**. Il numero massimo dei partecipanti è fissato a 18 allievi. Si darà la precedenza alla data di iscrizione e alla omogeneità nella distribuzione geografica. La direzione del corso a suo insindacabile giudizio si riserva la possibilità di escludere del corso e/o di non accettare coloro che verranno ritenuti non idonei o che hanno o avranno un comportamento non adeguato.

* Il programma è da ritenersi di massima e potrebbe subire variazioni.