



CLUB ALPINO ITALIANO
Sezione di Como
Via Volta 56/58

5° CORSO DI INTRODUZIONE AL TORRENTISMO

Giugno/Luglio 2017

GRUPPO TORRENTISTICO COMASCO

ORGANICO DEL CORSO

I.T. - Stefano Ratti - Direttore del corso -
I.T. - Andrea Forni

I.S.T. - Carlo Marella
I.S.T. - Carlo Ragazzon
I.S.T. - Daniele Carboni
I.S.T. - Elena Sartori
I.S.T. - Fabio Algarotti
I.S.T. - Roberto Avogadri
I.S.T. - Roberto Nardoni
I.S.T. - Stefano Nuvoloni

ULTERIORI INFORMAZIONI

Le iscrizioni saranno aperte nel corso del mese di aprile e solo on line su:

<http://torrentismo.caicomo.it/>

CONTATTI:

Il **venerdì sera** in sede CAI, ubicata a Como in via Volta 56/58, dalle 21.00 alle 22.30, oppure via **email** a

canyoningcomo@gmail.com

COSA E' IL TORRENTISMO?

Consiste nella discesa di corsi d'acqua. A differenza di altri sport acquatici con cui spesso viene confuso (*rafting, kayak ecc.*) si percorrono i torrenti a piedi. La progressione avviene seguendo la direzione dell'acqua grazie a tuffi, salti, scivoli e utilizzo della corda. Con la giusta preparazione tecnico-pratica si può raggiungere quello status di sicurezza che permette di godere della bellezza di questi luoghi incontaminati ed il piacere di uno sport acquatico praticato all'aria aperta.

OBIETTIVI del corso

Il Corso ha lo scopo di dare una base tecnica e culturale per la pratica del torrentismo, garantendo una sicura, autonoma ed efficiente progressione in forra nell'ambito di un gruppo. A tutti gli allievi frequentanti, a fine corso, verrà rilasciato un **attestato** di partecipazione della **Scuola Nazionale di Speleologia**; tale attestato renderà possibile l'accesso ai corsi di livello superiore nonché la partecipazione alle varie uscite di gruppo organizzate dopo il corso.

PARTECIPANTI

Possono partecipare al corso coloro che risultano regolarmente iscritti al **CAI** per l'anno **2017**. Se non già iscritti occorre iscriversi prima dell'inizio del corso e subito dopo la conferma di avvenuta accettazione della domanda.

I partecipanti al corso devono saper nuotare. Età minima **16 anni**. Per gli allievi minorenni è necessaria l'autorizzazione degli esercenti la patria potestà. Il 50% dei posti sono riservati alle donne. Verranno accettate le iscrizioni fino ad esaurimento dei posti disponibili e in ogni caso non oltre il 26 maggio 2017.

Ai sensi dell'art. 42-bis del D.L. 21.06.2013, n. 69, convertito in Legge, è soppresso l'obbligo di certificazione medica in relazione all'attività svolta in ambito CAI: è in ogni caso raccomandato di sottoporsi a periodici e preventivi **controlli medici** in quanto le iniziative in programma possono comportare un rilevante impegno fisico e/o psico-fisico.



PROGRAMMA DI MASSIMA

Esercitazioni pratiche¹ tra Lombardia, Piemonte, Liguria e Svizzera (Canton Ticino):

- Sabato 17/domenica 18 giugno: palestra sabato e prima forra domenica
- Sabato 24/domenica 25 giugno: palestra o forra il sabato e forra la domenica
- Sabato 01/domenica 02 luglio: palestra o forra il sabato e forra la domenica

Lezioni di teoria²:

- Lunedì 5 giugno – sede CAI Como
- Venerdì 16 giugno – sede CAI Como
- Giovedì 22 giugno – sede CAI Como
- Giovedì 29 giugno – sede CAI Como
- Sabato 01 luglio – in trasferta



QUOTA D'ISCRIZIONE

La quota d'iscrizione è fissata in € 150 a testa, **non restituibile in caso di rinuncia**, ed include l'uso del materiale di gruppo, il materiale didattico, la copertura assicurativa infortuni in attività sociale e l'uso di parte del materiale individuale (*casco, imbracatura completa con attrezzi, ecc...*). Sono esclusi il vestiario, la muta in neoprene/guanti/calzari e le scarpe. La quota non comprende altresì i pasti e pernottamenti, la cui spesa si tenderà comunque a contenere al minimo. I trasporti sono da organizzare tra i partecipanti con i propri mezzi. Sarà possibile effettuare direttamente on line l'iscrizione al corso su <http://torrentismo.caicomo.it> a decorrere dal mese di aprile.

ATTREZZATURA PERSONALE

Ogni partecipante dovrà essere munito di **muta** in neoprene da 5 mm con guanti e calzari: per chi avesse difficoltà a trovare detto materiale contatti canyonincomo@gmail.com.



Si **sconsiglia** vivamente di acquistare il materiale prima della serata di presentazione del corso, al fine di evitare eventuali errori. A tale materiale tecnico occorrerà aggiungere il classico abbigliamento per media-bassa montagna (500-1500 mt.), costume da bagno, asciugamano, scarponi con suola a mescola morbida o scarpe ginniche, zaino, nonché sacco a pelo per le uscite di più giorni.

RISCHI

Si ricorda agli allievi che la frequentazione delle forre e delle palestre sono attività che presentano dei rischi. La Scuola del CAI adotta tutte le misure precauzionali affinché nei vari ambiti si operi con ragionevole sicurezza. Con l'adesione al corso l'allievo è consapevole che nello svolgimento dell'attività torrentistica un rischio residuo è sempre presente e mai azzerabile.

PRIVACY – INFORMATIVA – D. LGS. 196/2003

Ai sensi dell'art 13 del citato decreto, si informa che:

- a) Il trattamento dei dati conferiti con la scheda di iscrizione (ON LINE) è finalizzato, nell'ambito delle proprie funzioni istituzionali, all'adempimento delle operazioni inerenti la registrazione degli allievi al corso organizzato dalla sezione di Como del Club Alpino Italiano;
- b) i dati verranno trattati su supporto cartaceo, informatico o telematico nel rispetto del D.Lgs 196/2003;
- c) il conferimento dei dati non ha natura obbligatoria, tuttavia il mancato conferimento, tranne per i dati facoltativi, impedisce l'iscrizione al corso;
- d) l'eventuale non comunicazione, o comunicazione errata di una delle informazioni necessarie, ha come conseguenze l'impossibilità di garantire la congruità del trattamento;
- e) ferme restando le comunicazioni eseguite in adempimento di obblighi di legge o contrattuali, i dati potranno inoltre essere comunicati a Enti e Società convenzionate per l'adempimento di servizi specifici richiesti dall'iscritto;
- f) in relazione ai dati trattati, Lei potrà esercitare i diritti previsti dall'art. 7 del D.Lgs.196/2003, nei limiti e alle condizioni previste dagli artt. 8, 9 e 10 del citato decreto legislativo.
- g) Titolare del trattamento dei suoi dati personali è la Sezione di Como del Club Alpino Italiano, con sede in via Volta 56/58, nella persona del Presidente pro-tempore.

Con l'iscrizione al corso l'allievo acconsente al trattamento dei dati personali nelle modalità e per le finalità dichiarate nell'informativa di cui sopra, inclusa l'eventuale scelta di pubblicazione della propria immagine (foto/video).

1 Il programma è indicativo (luoghi e date possono variare in base anche alla situazione meteo) – Il corso prevede minimo 4 uscite tra palestre e forre (programma più ampio per eventuale meteo avverso).
2 Il giorno di lezione potrebbe variare anche in base alla disponibilità dei locali della sede CAI di Como