

MODULO ISCRIZIONE AL CORSO DI
AGGIORNAMENTO TECNICO FORRA
Marina di Massa (MS) 05-07 aprile 2019

Nome _____
Cognome _____
Luogo di nascita _____ (_____)
Data di nascita _____
Residente in _____ n° _____
CAP _____
Città _____ Prov. _____
Cellulare _____
Mail _____

DESIDERO ISCRIVERMI AL CORSO DI
AGGIORNAMENTO TECNICO FORRA

Dichiaro sotto la mia responsabilità di essere Socio CAI in regola con il bollino 2019

Ai sensi del D.Lgs. 196/2003, dopo la lettura dello stesso:

- Autorizzo il CAI Sanremo al trattamento dei miei dati personali
- Autorizzo la comunicazione dei dati di rintracciabilità (numeri telefonici, indirizzo, e-mail) ai membri del CAI Sanremo
- Autorizzo il CAI SANREMO e la SNS all'utilizzo e alla diffusione, non ai fini di lucro, delle foto con la mia presenza.

(contrassegnare con una crocetta e firmare per l'autorizzazione)

FIRMA _____

Da inviare al Direttore del Corso:

INT Juri Montese
speleojuri@gmail.com

MODALITA' ISCRIZIONE:

La domanda, compilata sul presente modulo, dovrà essere inviata alla Direzione del corso entro il **25 marzo 2019**. L'iscrizione deve essere accompagnata dalla copia del pagamento di € 90,00 effettuata tramite bonifico bancario alle seguenti coordinate :

IBAN: IT39 L061 7522 7000 0000 2610 680
Intestato a :CAI Sezione Alpi Liguri Sanremo
Specificando la causale:
**CORSO AGGIORNAMENTO TECNICO FORRA-
Nome e Cognome**

LOGISTICA E COSTO

Il corso si terrà presso l'Hotel Parma Mare a Marina di Massa (MS) .

Il costo di partecipazione di € 90,00 comprende il pernottamento in camera, colazione inclusa, per le notti di venerdì e sabato.

Le cene saranno organizzate direttamente in loco con spese a parte.

Si ricorda agli allievi che la frequentazione della forra 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 non è mai azzerabile.



**CORSO
AGGIORNAMENTO TECNICO
FORRA**



formazione continua

Marina di Massa (MS) 05-06 aprile 2019

Direttore del corso
INT Juri Montese

SPELEO CLUB CAI SANREMO -

La Scuola Nazionale di Speleologia del CAI, in collaborazione con lo Speleo Club CAI Sanremo, organizza il Corso di AGGIORNAMENTO TECNICO FORRE.

FINALITA' (PULIRE, POTARE, SNELLIRE)

Il corso si rivolge al corpo docente della SNS ed ha i seguenti obiettivi:

- ♦ Allineare il corpo docente alle procedure operative canyoning sulle tecniche già previste dal palinsesto SNS;
- ♦ Stimolare la capacità di analisi dell'ostacolo e di problem solving mediante la realizzazione di "simulati" in ambiente;
- ♦ Aumentare l'efficacia delle tecniche di progressione, proponendo soluzioni alternative al palinsesto attuale;

Una parte importante dell'incontro sarà dedicata al debriefing durante il quale si prevede la discussione sul palinsesto didattico, alla luce delle manovre illustrate.

ATTREZZATURA PERSONALE

- casco omologato EN 12492
- Muta completa in neoprene da 5 mm o semistagna;
- imbragatura cosciale completa di una doppia longe in corda dinamica omologata come corda intera confezionata con nodo tri-longe o, in alternativa longe doppia a Y asimmetrica omologata CE in fettuccia cucita (tipo Petzl Spelegyca). Entrambi i rami saranno equipaggiati con moschettoni a ghiera.
- discensore a otto con moschettone a tripla sicurezza.
- discensore a otto supplementare completo di moschettone a ghiera
- moschettone a grande apertura
- 3 moschettoni a base larga con ghiera
- 1 cordino in kevlar per NAB, di tipo aperto con una gassa ad ogni estremità, lunghezza indicativa fuori tutto da gassa a gassa cm 85, completo di 1 moschettone (preferibile parallelo a ghiera);
- coppia di bloccanti meccanici adatti per risalita su corda singola (bloccante mobile completo di pedale)
- 1 rinvio di lunghezza media con moschettoni a ghiera di cui uno a base larga
- 1 moltiplicatore di ancoraggi tipo Petzl Paw S (facoltativo)
- Corda da mt 60 con kit boule
- Carrucola a flange fisse con moschettone
- Carrucola autobloccante (facoltativo)

- Cesovia sistemata in modo da essere sempre prontamente disponibile. Le lame devono essere in grado di tagliare una corda statica di tipo A al primo colpo
- telo termico
- Fischietto
- 1 sacchetta d'armo completa di 10 tasselli spit
- n° 5 attacchi completi (placchetta + moschettone parallelo con ghiera)
- 1 chiave combinata da 13x17
- bidone stagno, contenente: telo termico, lampada frontale impermeabile, piccolo kit di primo soccorso, accendino, candele

PROGRAMMA DEL CORSO

Venerdì

09.00 - 17.00 forra

Sabato

09.00 - 17.00 palestra

Domenica

09.00-13.00 Aula

INFORMAZIONI ED ISCRIZIONI:

Direttore del corso:

INT Juri Montese
speleojuri@gmail.com
320-4374089
<http://www.sns-cai.it>