

## MODULO ISCRIZIONE AL CORSO DI ATTREZZAMENTO IN FORRA E GROTTA

**Carmo Langan (IM) 31 maggio - 2 giugno 2019**

Nome \_\_\_\_\_

Cognome \_\_\_\_\_

Luogo di nascita \_\_\_\_\_ (\_\_\_\_\_)

Data di nascita \_\_\_\_\_

Residente in \_\_\_\_\_ n° \_\_\_\_\_

CAP \_\_\_\_\_

Città \_\_\_\_\_ Prov. \_\_\_\_\_

Cellulare \_\_\_\_\_

Mail \_\_\_\_\_

## DESIDERO ISCRIVERMI AL CORSO DI TECNICHE DI ATTREZZAMENTO IN FORRA E GROTTA

- Autorizzo il trattamento dei miei dati personali ai sensi del D. Lgs. 193/2003
- Dichiaro sotto la mia responsabilità di essere Socio CAI in regola con il bollino 2019

**DISCIPLINA SCELTA** (si possono barrare entrambe)

Forra (sono autonomo nella progressione )

Grotta (sono autonomo nella progressione)

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 **16 maggio 2019**. L'iscrizione deve essere accompagnata dalla copia del pagamento di € 195,00 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 TECNICHE DI ATTREZZAMENTO FORRA  
E GROTTA -Nome e Cognome**

## LOGISTICA E COSTO

L'evento si terrà presso l'agriturismo "Il Rifugio" a Carmo Langan (IM) .

Il costo di partecipazione di € 195,00 comprende la mezza pensione , bevande escluse, dalla cena del venerdì alla colazione della domenica con pernottamento in camera.

## SVOLGIMENTO DEL CORSO

La forra e la grotta oggetto di riarmo sono di facile percorrenza ma richiedono comunque progressione su corda.

Ogni partecipante al corso può scegliere se effettuare l'attività pratica del sabato e della domenica rispettivamente in forra ed in grotta (barrare entrambe le scelte nel modulo di iscrizione) o se fare entrambe le giornate solo in forra o solo in grotta (barrare solo l'ambiente scelto nel modulo di iscrizione).

Si ricorda agli allievi che la frequentazione di forre, grotte e 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 un rischio residuo è sempre presente e non è mai azzerabile.



# CORSO TECNICHE DI ATTREZZAMENTO



# FORRA e GROTTA

**Carmo Langan ( IM)  
31 maggio 2 giugno 2019**

**Direttore del corso  
INT Juri Montese**

La Scuola Nazionale di Speleologia del CAI, in collaborazione con lo Speleo Club CAI Sanremo, organizza il Corso di Attrezzamento in Forra e Grotta

### **FINALITA'**

Il corso mira a fornire le necessarie competenze teoriche e tecniche per chiunque voglia cimentarsi nell'attrezzamento, anche "definitivo" con ancoraggi chimici di canyon e grotte.

**IN AMBITO TEORICO**, verranno espone presentazioni relative a:

- Fisica degli ancoraggi
- Classificazione ancoraggi
- Norme etiche
- Materiali disponibili
- Norme buona tecnica
- Confronto caratteristiche resistenza tra tutti i tipi di ancoraggio

### **IN AMBITO TECNICO:**

#### **palestra**

- Illustrazione e prove pratiche di infissione di tutte le tipologie di ancoraggi;
- Illustrazione e prove pratiche di allestimento soste ed attacchi di calata ;
- Scelta, ubicazione ed orientamento ancoraggi di mancorrente , calata, relais, deviatori, frazionamenti, attacchi a valle teleferica....
- Attrezzamento definitivo di porzioni palestra;

### **Forra e grotta**

Durante le uscite in forra ed in grotta si procederà al riarmo delle stesse con varie tipologie di ancoraggi.

### **ATTREZZATURA PERSONALE (vedi nota SVOLGIMENTO DEL CORSO)**

#### **Per la forra :**

- attrezzatura completa per la progressione individuale;
- Corda da mt 60 con kit boule.

#### **Per la grotta :**

- attrezzatura completa per la progressione individuale.

### **PER TUTTI :**

- 1 chiave combinata da 13x17
- 1 chiave da 16 (facoltativa)
- sacchetta d'armo completa di 10 tasselli spit
- 5 tasselli fix Ø 8
- n° 5 attacchi completi ( placchetta + moschettone parallelo con ghiera)

### **MATERIALE D'ARMO CONSIGLIATO MA FACOLTATIVO**

- Trapano con punte sds Ø 6, 8, 10,12 , batterie e sacca stagna.



### **PROGRAMMA DEL CORSO**

#### **Venerdì**

09.00 - 13.00 aula : teoria  
14.00-18.00 pratica in falesia

#### **Sabato**

09.30 - 18.00 forra

#### **Domenica**

09.30-16.30 Grotta

### **SVOLGIMENTO DEL CORSO**

La forra e la grotta oggetto di riarmo sono di facile percorrenza ma richiedono comunque progressione su corda.

Ogni partecipante al corso può scegliere se effettuare l'attività pratica del sabato e della domenica rispettivamente in forra ed in grotta (barrare entrambe le scelte nel modulo di iscrizione) o se fare entrambe le giornate solo in forra o solo in grotta (barrare solo l'ambiente scelto nel modulo di iscrizione).

### **INFORMAZIONI ED ISCRIZIONI:**

Direttore del corso:

INT Juri Montese

speleojuri@gmail.com

320-4374089

www.sns-cai.it