

INFORMAZIONI E ISCRIZIONI AL CORSO

Roberto Schenone (+39 347.6259934)
e-mail: roberto.schenone@sns-cai.it

ISCRIZIONI AL CLUB ALPINO ITALIANO

Segreteria CAI Ligure Galleria Mazzini 7 – Genova
(dal martedì al venerdì dalle 17 alle 19, il giovedì anche dalle 21 alle 23)
Termine ultimo iscrizioni: **25 maggio 2019**

Il costo del corso è di 160 €
(ridotto a 120 € per i nati dopo l'1/1/1992)

Si ricorda agli aspiranti allievi che la frequentazione dei Canyon e delle palestre sono attività che presentano dei rischi. La Scuola Nazionale di Speleologia 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.

PRESENTAZIONE DEL CORSO
LUNEDÌ 20 MAGGIO 2019, ore 21.00
SEDE CAI SEZIONE LIGURE
Galleria Mazzini 7 – Genova



Scuola
Nazionale di
Speleologia

C.A.I.

dal
1958



CLUB ALPINO ITALIANO Sezione Ligure
Gruppo Torrentistico Genovese
GOA CANYONING



2° CORSO DI INTRODUZIONE AL TORRENTISMO

20 MAGGIO – 30 GIUGNO 2019



PRESENTAZIONE DEL CORSO
LUNEDÌ 20 MAGGIO 2019, ore 21.00
SEDE CAI SEZIONE LIGURE
Galleria Mazzini 7 – Genova

OBIETTIVO DEL CORSO

In quest'affascinante avventura potrai scoprire l'ambiente forra, percorrendo selvaggi torrenti montani. Seguendo la scia dell'acqua, camminerai, ti tufferai e nuoterai attraverso gole, laghi e cascate che hanno plasmato la roccia creando paesaggi magici e sempre diversi. Durante il corso scoprirai come muoverti in un ambiente dove la natura si esprime in tutta la sua forza. Apprenderai le tecniche di progressione su corda per superare gli ostacoli verticali. Con le lezioni teoriche prenderai coscienza dell'ambiente che andrai a percorrere.

L'obiettivo è metterti in condizione di raggiungere la piena autonomia individuale, nell'ambito di un gruppo, nella percorrenza di una forra.

REQUISITI DI PARTECIPAZIONE

- essere socio CAI
- saper nuotare
- età minima 15 anni (autorizzazione firmata dai genitori)
- presentare certificato medico di idoneità alla pratica di attività sportiva non agonistica

CONTENUTI

Pratica

- nodi
- sapersi muovere in forra: arrampicata, disarrampicata, terreno scivoloso
- tecniche di progressione su corda in sicurezza; calate, mancorrenti, frazionamenti, teleferiche, deviatori
- acqua viva: tecnica del salto, nuoto in corrente

Teoria

- nozioni base sulla catena di sicurezza
- ambiente forra (formazione, geologia, ecc)
- meteorologia
- soccorso e autosoccorso
- valutazione del rischio di piena

PROGRAMMA DI MASSIMA

La durata del corso sarà di 5 giorni completi più 6 lezioni teoriche infrasettimanali

- 02/06/2019 dom PALESTRA FORRA
- 08/06/2019 sab PALESTRA
- 09/06/2019 dom FORRA
- 29/06/2019 sab FORRA
- 30/06/2019 dom FORRA

(eventuale recupero 20/07/2019)

Lezioni teoriche alle ore 21 dei seguenti giorni: lunedì 27 maggio e 3 giugno (presso Sottosezione CAI Cornigliano, Via Tonale 45), mercoledì 12, 19 e 26 giugno (presso CAI Ligure).

Il programma potrà subire variazioni a giudizio dell'organizzazione per cause di forza maggiore.

ATTREZZATURA PERSONALE

- casco omologato per alpinismo e/o speleologia
- muta completa (due pezzi o integrale)
- calzari in neoprene
- scarpe da trekking o torrentismo
- imbragatura cosciale omologata
- zaino e bidoncino stagno
- alcuni moschettoni e cordini

Consigliamo ai partecipanti di attendere la serata di presentazione (lunedì 20 maggio 2019, ore 21.00 presso la sede CAI Ligure di galleria Mazzini 7, Genova) del corso per effettuare acquisti.

Sarà possibile noleggiare muta, calzari, imbragatura, casco, zaino e bidoncino stagno.