



CLUB ALPINO ITALIANO O.T.T.O. Lombardia Speleo/Torrentismo

in collaborazione con le sezioni C.A.I. di Como e Gallarate

CORSO/ESAME ISTRUTTORI SEZIONALI DI TORRENTISMO

22/24 settembre 2023

ORGANICO DEL CORSO

- I.T. - Szilvia Rados - Direttore del corso -
I.T. - Serena Grassili
I.T. - Stefano Ratti
-
-

ULTERIORI INFORMAZIONI

Iscrizioni solo on line su:

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

CONTATTI: torrentismo@caicomo.it

OBIETTIVI del corso/esame

Le verifiche di accertamento per qualificati sezionali di torrentismo (QST) hanno lo scopo di attestare le conoscenze di base sulle nozioni tecniche, culturali e didattiche dei candidati, necessarie per la buona riuscita dei corsi di introduzione al torrentismo.

In caso di esito positivo verrà rilasciato apposito nulla-osta alla successiva nomina da parte del Presidente della Sezione CAI di appartenenza del socio.

PARTECIPANTI - REQUISITI

Possono partecipare al corso coloro che sono soci CAI da almeno 2 anni, in regola con il tesseramento e che abbiano frequentato un corso CAI di tecnica (ora T2) nazionale o organizzato dall'OTTO (o corso equivalente AIC). Età minima 18 anni. Il corso/esame è aperto ai soli soci CAI iscritti a sezioni della Regione Lombardia. Al solo fine di compensare eventuali carenze di corsi di altri OTTO è possibile l'iscrizione a questo corso/esame da parte di soci fuori regione solo se la domanda è accompagnata da una dichiarazione del Presidente del proprio OTTO che dichiari di non aver svolto e/o di non avere in programma di svolgere, per l'anno 2023, la medesima tipologia di corso/esame.

Le iscrizioni dovranno pervenire entro il 7 settembre 2023. Il numero massimo dei partecipanti è pari a 6. In caso di superamento di detto numero, si darà precedenza alla data di iscrizione e alla più ampia rappresentanza dei vari gruppi.

Dati gli obiettivi previsti da corso, e le finalità di approfondimento tecnico-pratico che esso si propone, ogni aspirante partecipante deve possedere le seguenti competenze acquisite in modo corretto:

- autonomia e conoscenza della tecnica di progressione individuale in forra con diverse difficoltà tecnico-pratica;
- sufficiente conoscenza teorica ed esecuzione pratica della manovre base;
- sufficiente capacità di esecuzione pratica e conoscenza di caratteristiche di uso specifico dei nodi;
- una buona acquaticità.

Occorre godere di buona salute psico-fisica e non presentare controindicazioni alla pratica dell'attività sportiva non agonistica. Verranno accettate le iscrizioni fino ad esaurimento dei posti disponibili, salvo eventuale lista d'attesa.

E' richiesta la presentazione di apposito certificato medico in corso di validità in quanto l'attività torrentistica comporta sia uno sforzo aerobico che anaerobico.

SEDE LOGISTICA DEL CORSO

Ostello al Deserto, via al deserto 2 – 23022 Chiavenna (SO).

DOCUMENTAZIONE RICHIESTA

Alla domanda, da compilare esclusivamente on line, occorre allegare:

- curriculum torrentistico aggiornato (Elenco corsi a cui si è partecipato, data inizio attività torrentistica, numero forre percorse in media durante l'anno, indice di ripetitività, esemplificazione forre percorse di varia tipologia e distribuzione geografica)
- copia attestato di partecipazione a un corso di tecnica per torrentisti/avanzamento tecnico/tecnica T2 nazionale o regionale o equivalente (2° livello SNC)
- richiesta di iscrizione al corso/esame sottoscritta anche dal Presidente di Sezione
- foto digitale formato tessera

Non serve invece allegare alcuna documentazione comprovante lo status di socio in quanto verrà verificata d'ufficio.

PROGRAMMA DI MASSIMA

Corso/esame strutturato su 3 giorni in Val Chiavenna (SO), così ripartiti:

- Venerdì 22 settembre:
 - arrivo partecipanti e sistemazione (ore 14.00/16.00)
 - verifica culturale (dalle 16.00 con pausa cena alle 20.00)
- Sabato 23 settembre:
 - verifica pratica in palestra esterna per tutta la giornata, con pranzo al sacco
 - cena
 - verifica culturale
- Domenica 24 settembre:
 - verifica pratica in forra
 - pranzo al sacco
 - valutazioni e chiusura verifica

QUOTA D'ISCRIZIONE e MODALITA'

La quota d'iscrizione è fissata in **€ 140** a testa, **non restituibile in caso di rinuncia**, ed include la copertura assicurativa infortuni/RCT in attività sociale, l'alloggio (*2 notti con proprio sacco a pelo in ostello*) e il vitto dalla cena di venerdì al pranzo al sacco della domenica. 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.caicomodo.it>.

ATTREZZATURA PERSONALE

Ogni partecipante dovrà essere munito di attrezzatura personale in buono stato e di abbigliamento adeguato per la progressione in forra. Si reputa necessario quanto riportato nel MTT (Tecnica) nella sezione "Elenco materiale" del capitolo relativo all'attrezzatura personale.

PRESCRIZIONI:

Durante le esercitazioni, gli allievi dovranno attenersi alle direttive impartite dalla direzione del corso; il direttore potrà escludere, in qualsiasi momento, coloro che mostrino incapacità ad adeguarsi alle norme di comportamento generale o che dimostrino lacune tanto gravi da compromettere l'efficacia didattica ed il grado di sicurezza dell'esame.

CONTENUTI DELLA VERIFICA:

I partecipanti per accedere all'esame dovranno possedere le seguenti competenze acquisite in modo corretto e completo:

- Autonomia e completa tecnica di progressione in forra, in qualsiasi circostanza e con media difficoltà tecnicopratica.
- Buona conoscenza e competenza nella tecnica di progressione, dei materiali in essa coinvolti e occorrenti.
- Buona conoscenza teorica e pratica delle manovre.
- Buona capacità di esecuzione pratica e conoscenza di caratteristiche ed uso specifico dei nodi
- Buone conoscenze culturali di base riguardanti le tematiche torrentistiche
- Buona capacità di valutazione e gestione delle situazione e relativi rischi.

Si ricorda che il corso di tecnica è un requisito minimo ma non esaustivo per la formazione di un Istruttore Sezionale.

Schema dell'accertamento tecnico e culturale

Tematiche per l'accertamento tecnico:

- esposizione di una lezione 10min a scelta del candidato tipica di un corso di introduzione (T1)
- esame orale 20min
- esame scritto domande a scelta multipla
- esposizione di una manovra MTT
- attrezzatura personale a attrezzatura di squadra
- nodo semplice
- nodo asola a contrasto
- nodo cappuccino e asola a strozzo
- nodo guide
- nodo guide con frizione
- nodo tampone
- nodo galleggiante
- nodo corona rinforzato (trilonge)
- nodo bolina rinforzato
- nodo treccia e treccia accorciato
- nodo mezzo barcaiolo con asola e contro asola
- nodo bocca di lupo
- segnali acustici
- segnali visivi
- camminata in ambiente
- arrampicata/disarrampicata
- progressione acquatica
- tuffi
- toboga
- toboga accompagnato con corda
- portare lo zaino sotto cascata
- rifilare la corda nel kit-boule
- montaggio discensore OKA® su corda singola e chiave
- montaggio discensore PIRANA® su corda singola e chiave
- montaggio discensore OKA® o PIRANA® su corda doppia e chiave
- montaggio discensore OTTO su corda singola e chiave
- montaggio discensore OTTO su corda doppia e chiave
- posizione d'attesa
- progressione su mancorrente
- mancorrente su piano inclinato
- posizionamento su sosta
- distacco dalla sosta
- discesa su corda singola
- regolazione della corda a misura
- discesa su corda doppia
- gestione sfregamenti dal basso su doppia
- autoassicurazione in calata
- superamento deviatore in discesa
- discesa su corda guida
- discesa su teleferica
- superamento frazionamento in discesa
- superamento relais in discesa
- superamento nodo in discesa
- risalita su corda singola
- superamento frazionamento/relais in salita
- s.a.s. spezzone ausiliario sosta
- sacca d'armo base
- nodo barcaiolo

- nodo falsa asola
- nodo doppio inglese
- nodo guide con frizione inseguito
- nodo fettuccia
- nodo patata
- nodo bolina doppio
- nodo machard
- nodo mezzo barcaiolo rinforzato con asola e contro asola
- progressione acquatica
- mancorrente in auto moulinette
- mancorrente assistito senza punti intermedi
- mancorrente assistito con punti intermedi
- unione ancoraggi scollegati
- sistema svincolabile: mezzo barcaiolo
- sistema svincolabile: OTTO/OKA® in battuta
- freno: OTTO/OKA® verticale
- discesa in auto moulinette
- relais/ripresa di calata
- deviatore con cordino
- svincolabile dal basso 3H
- teleferica
- risalita su corda doppia
- soccorso indiretto dall'alto
- soccorso indiretto statico (in acqua)
- paranco P/2 – P/3
- soccorso diretto dall'alto
- predisposizione punto caldo
- kit primo soccorso

Tematiche per l'accertamento culturale.

- **Aspetti generali:**
 - Cultura del CAI,
 - etica ed ecologia
 - protezione dell'ambiente
 - cenni su rischi di inquinamento antropico impatto dell'attività torrentistica e sua minimizzazione gestione dei corsi
 - valutazione del rischio e prevenzione responsabilità e comportamento dell'istruttore regolamenti CAI, ruolo CCST, SNT e OTTO.
- **Aspetti didattici:**
 - verifica di un corretto approccio didattico.
- **Aspetti di tecnica:**
 - Abbigliamento, materiali ed attrezzatura, caratteristiche e limiti ecniche di progressione efficace (individuali e di gruppo) pericoli oggettivi, acqua viva: movimenti, forza, trappole, portate primo soccorso e modalità allertamento CNSAS
- **Tematiche culturali relative a corsi di vario livello:**
 - Cenni di orientamento esterno, cartografia, lettura di una carta, guide e documentazione
 - Cenni di geomorfologia delle forre
 - Cenni di idrogeologia e bacino idrografico e idrogeologico portate idriche, cenni di ingegneria idraulica e captazione meteorologia
 - Cenni dell'organizzazione torrentistica in Italia
 - (associazioni nazionali), gestione dati e catasti delle forre.

BIBLIOGRAFIA E SITOGRADIA

Manuali e documenti di riferimento basilari:

- STATUTO CAI, REGOLAMENTI CAI, REGOLAMENTO OTCO, BIDECALOGO
- M.T.T. (MANUALE TECNICO DI TORRENTISMO) 1, 2 E PARZIALMENTE IL 3
- RESISTENZA DEI MATERIALI SPELEO ALPINISTICI – COMMISSIONE TECNICHE E MATERIALI DEL CNSA, CENTRO NAZIONALE SPELEOLOGIA M.CUCCO

Manuali di approfondimento tecnico/culturale/scientifico consigliati :

- GOLE E CANYON D'ITALIA - ED. ADRIAMBIENTE

CONSENSO INFORMATO - 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. Si indica uno scenario di rischio tipico, che non ne esclude altri.

Scenari di rischio	Azioni di riduzione	Livello di rischio minimo l'iscritto accetta
Tempi di percorrenza in forra molto più lunghi rispetto al normale a causa della necessaria attività legate all'esame	Divisione in più gruppi in base al numero di allievi. Vestizione adeguata al contesto.	Ipotermia di 1° grado.

Con la presentazione della domanda l'allievo dichiara di essere consapevole dei possibili scenari di rischio derivanti dalla frequentazione di forre e palestre.

Sono possibili ulteriori scenari di rischio specifici in base alla tipologia di forra e alla situazione vigente al momento della percorrenza. I rischi conseguenti, le relative azioni di riduzione che saranno messe in atto e il rischio residuo risultante saranno in questi casi resi noti durante il briefing pre-uscita.

VALUTAZIONE FINALE:

Gli esiti delle prove verranno valutati da una commissione di accertamento composta dal corpo docente presente alla verifica e tra questo verrà nominato un presidente; ne fa parte di diritto anche il presidente di OTTO o un suo delegato.

Per la valutazione finale la Commissione di Accertamento terrà conto dei seguenti criteri:

- nel giudizio complessivo le prove tecnico-pratiche, con particolare riguardo all'esecuzione in ambiente, devono avere un valore pari al 70% del voto
- le prove culturali-didattiche un valore pari al 30% del voto (20% culturali e 10% ruolo didattico)

Risulteranno idonei i candidati che avranno ottenuto giudizio positivo tanto nelle prove pratiche quanto in quelle orali, e che abbiano dimostrato una sufficiente capacità didattica.

COPERTURA ASSICURATIVA:

Il corso rientra tra le attività CAI deliberate dalla Sezione di Como, con nulla-osta della Scuola Nazionale competente, e pertanto risultano operanti le seguenti coperture assicurative:

- Polizza soccorso alpino (*rimborso spese di soccorso, incluso eventuale impiego dell'elicottero*)
- Polizza infortuni (*morte, invalidità permanente, spese di cura*)
- Polizza Responsabilità Civile verso Terzi

Copie delle polizze, con relativi massimali e franchigie, sono disponibili su www.cai.it (*Menu IL CAI → L'associazione → Assicurazioni*).

PRIVACY – INFORMATIVA – Regolamento Privacy UE 2016/679

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 dalle sezioni di Como e Gallarate 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, nonché al gestore del luogo di pernottamento per finalità di Pubblica Sicurezza;
- f) in relazione ai dati trattati, Lei potrà esercitare i diritti previsti dalla normativa vigente;
- 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). L'eventuale pubblicazione on line, da parte del Gruppo CAI, di foto o video, grazie a riprese effettuate durante il corso dallo staff e/o da altri allievi per documentare l'attività svolta, avviene sempre nel rispetto dell'immagine dell'allievo/a.

REGOLAMENTO INTERNO

Art. 1: Il Direttore del Corso, pur garantendo l'applicazione delle necessarie norme di sicurezza, non può ritenersi responsabile in caso di incidenti che dovessero accadere durante lo svolgimento del corso dovuti a caso fortuito o a causa di terzi o rientranti nel rischio minimo di cui al paragrafo relativo alla definizione degli scenari di rischio.

Art. 2: Il Direttore del Corso si riserva di apportare al programma tutte le modifiche che riterrà opportune e di escludere in qualunque momento dalla frequenza, a suo insindacabile giudizio, tutti gli allievi che dovessero dare prova di indisciplina, di non seguire le indicazioni ricevute dal corpo istruttori, di manifesta incapacità o di aver omesso di fornire informazioni potenzialmente utili agli organizzatori ai fini della sicurezza del singolo e/o del gruppo, senza possibilità di recuperare la quota versata.

Art. 3: Ogni partecipante dovrà munirsi autonomamente di vestiario ed equipaggiamento adeguato alle attività in programma.

Art. 4: L'allievo, con l'iscrizione al corso, dichiara di aver letto e compreso il materiale informativo relativo al corso (es. volantino), di aver ricevuto dagli organizzatori sufficienti informazioni, e di prestare il proprio consenso informato relativamente ai rischi connessi e in particolare ai rischi residui non eliminabili. L'allievo è comunque un torrentista con esperienza, pienamente consapevole dei contenuti, modalità e rischi connessi alla frequentazione delle forre.



CORSO/ESAME QUALIFICATO SEZIONALE DI TORRENTISMO **DICHIARAZIONE E RACCOLTA INFORMAZIONI**

IL/LA SOTTOSCRITTO/A

NATO/A A (....) IL

DICHIARA

DI VOLERSI ISCRIVERE AL CORSO DI CUI AL TITOLO E DI ESSERE DOMICILIATO A

IN VIA TELEFONO CELLULARE PROPRIO

TELEFONO CELLULARE (*amico/parente/familiare x emergenze*)

NONCHE' DI ESSERE ISCRITTO ALLA SEZIONE CAI DI PER L'ANNO CORRENTE E ALMENO PER IL BIENNIO PRECEDENTE.

Inoltre, dopo essere stato sufficientemente edotto dei contenuti e modalità di effettuazione dell'attività torrentistica,

DICHIARO altresì

- di essere consapevole che la frequentazione delle forre (canyon), nonché delle palestre di roccia e delle eventuali strutture indoor di esercitazione, sono attività che presentano rischi residui ineliminabili e che pur adottando tutte le misure precauzionali affinché nei vari ambiti si operi con ragionevole sicurezza, la partecipazione al corso comporta una parte di rischio residuo che rimane a carico del partecipante;;
 - di accettare eventuali conseguenze che la pratica del torrentismo può comportare, quali danni fisici e/o psichici conseguenti a possibili eventi traumatici, come da seguente elenco esemplificativo e non esaustivo e anche con riferimento agli scenari di rischio e al rischio minimo residuo non azzerabile contenuto nel volantino ufficiale del corso, che dichiara di aver compreso e accettato:
 - contusioni/distorsioni o fratture, spesso a causa dell'ambiente che potrebbe essere particolarmente scivoloso o della scarsa visibilità di eventuali ostacoli presenti nel letto del torrente;
 - ipotermia di grado 1 (*Brivido, sensazione di freddo. Non alterazioni della coscienza*) o superiore a causa di attese, interruzione della progressione o muta della misura non corretta;
 - disagi psichici, quali quelli conseguenti a disturbi post traumatici da stress, per eventi anche non direttamente coinvolgenti l'interessato/a;
 - di essere a conoscenza che l'attività torrentistica comporta uno sforzo sia aerobico che anaerobico;
 - di godere di buona salute psico-fisica e di non presentare controindicazioni alla pratica dell'attività sportiva non agonistica; 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;
 - che le informazioni da me fornite sulle precedenti esperienze e conoscenze sono e saranno veritieri;
 - di fornire di seguito ulteriori informazioni che possano essere utili agli organizzatori e di non nascondere stati o patologie che possano pregiudicare lo svolgimento in sicurezza, sia propria che altrui, dell'attività torrentistica:
-

 • di saper nuotare;



C.A.I.-COMO
Gruppo Torrentistico Comasco
 22100 COMO
 Via volta, 56 - tel. 031/264177 - Codice Fiscale: 80011180132

- di aver ricevuto, letto e compreso il volantino contenente il programma del corso, ivi inclusa l'informativa sulla privacy, dando atto fin da ora che potranno esserci alcune variazioni al programma, in particolare per ragioni di carattere logistico o meteorologico;
- di essere consapevole che il corso rientra nelle attività CAI deliberate dalla Sezione di riferimento, con nulla-osta della Scuola Nazionale competente, e che pertanto risultano operanti le seguenti coperture assicurative:
 - Polizza soccorso alpino, valida in tutta l'europa geografica, inclusa la Svizzera
 - Polizza infortuni (morte, invalidità permanente, spese di cura)
 - Polizza Responsabilità Civile verso Terzi
- di prestare il proprio consenso al trattamento dei dati personali ed eventualmente sensibili che lo riguardano
 - inclusa
 - esclusa

la pubblicazione on line della propria immagine, mediante foto o video, grazie a riprese effettuate durante il corso dallo staff e/o da altri allievi per documentare l'attività svolta, sempre nel rispetto dell'immagine dell'allievo/a;

- di aver letto, compreso e accettato in ogni sua parte il seguente Regolamento interno del corso:

Art. 1: Il Direttore del Corso, pur garantendo l'applicazione delle necessarie norme di sicurezza, non può ritenersi responsabile in caso di incidenti che dovessero accadere durante lo svolgimento del corso dovuti a caso fortuito o a causa di terzi o rientranti nel rischio minimo di cui al paragrafo relativo alla definizione degli scenari di rischio.

Art. 2: Il Direttore del Corso si riserva di apportare al programma tutte le modifiche che riterrà opportune e di escludere in qualunque momento dalla frequenza, a suo insindacabile giudizio, tutti gli allievi che dovessero dare prova di indisciplina, di non seguire le indicazioni ricevute dal corpo istruttori, di manifesta incapacità o di aver omesso di fornire informazioni potenzialmente utili agli organizzatori ai fini della sicurezza del singolo e/o del gruppo, senza possibilità di recuperare la quota versata.

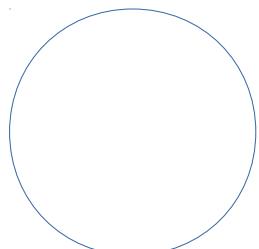
Art. 3: Ogni partecipante dovrà munirsi autonomamente di vestiario ed equipaggiamento adeguato alle attività in programma.

Art. 4: L'allievo, con l'iscrizione al corso, dichiara di aver letto e compreso il materiale informativo relativo al corso (es. volantino), di aver ricevuto dagli organizzatori sufficienti informazioni, e di prestare il proprio consenso informato relativamente ai rischi connessi e in particolare ai rischi residui non eliminabili.

DATA.....

FIRMA ALLIEVO.....

TIMBRO SEZIONE CAI



FIRMA E TIMBRO PRESIDENTE DI SEZIONE

.....