percorri anche tu

Il nuovo sentiero dei meno mille

www.sentieromenomille.it

realizzato dalla Com-

DI GARFAGNAWA

missione Sentieri della nostra Sezione in collaborazione con il Gruppo Speleologico Fiorentino CAI e l'Unione Speleologica Pratese.CAI.



Il corso è organizzato su <u>5 lezioni pratiche della durata</u> dell'intera giornata nel fine settimana e 5 lezioni teoriche, che si terranno in genere di venerdì dalle ore 21 alle 23 presso la sede dello Speleoclub Garfagnana CAI.

VENERDI 5 OTTOBRE

ORE 21:00 ALLA SEDE CAL

TERMINE ISCRIZIONI E

PROIEZIONE DI SPELEDLOGIA

INGRESSO LIBERO

Vieni con

chi vuoi!

Il <u>contributo</u> per il corso è <u>100€ per i soci CAI</u> e di €140 per i non soci. In tal caso comprende la tessera 2018 dell'associazione SpG, la tessera CAI con copertura assicurativa infortuni e rc per tutte le uscite sociali 2018, la tessera UISP con copertura assicurativa fino a settembre 2019, il materiale personale di progressione e l'utilizzo del materiale di gruppo.

Sono ammessi fino a 12 allievi. L'iscrizione al corso va perfezionata entro venerdì 5 ottobre. E' obbligatorio presentare 2 foto per la tessera CAI e il certificato medico di attività non agonistica in corso di validità entro la prima lezione.

Eventuali pernottamenti saranno organizzati in base alle disponibilità degli allievi, al meteo e alla località di svolgimento. Saranno comunque sistemazioni spartane, in tenda, strutture di fortuna o rifugi a carico del • partecipante.

Partecipa alla speleogita del calendario Gite Sociali del CAI Castelnuovo: una facile escursione in una grotta orizzontale in Apuane. Iscrizioni entro giovedì 20 settembre.



## Speleoclub Garfagnana CAI

Sede: CAI Castelnuovo di Garfagnana Via Vittorio Emanuele 3 - 55032 Castelnuovo di Garfagnana (LU) Ritrovo: il venerdì h. 21.30 su app.

speleo.garfagnana@gmail.com Sonia 339 721 8173 Giulio 349 053 5414

www.speleogarfagnana.blogspot.com Facebook: Speleoclub Garfagnana





CON IL PATROCINIO DI:





23° CORSO DI IntroduzionE alla SPELEOLOGIa

> Dal 12 Ottobre aL 11 novembre

PROVA PER UN GIORNO! Entra in Grotta con noi DOM. 23 SETTEMBRE 18



VENERDI 5 OTTOBRE PROIEZIONE DI SPELEDLOGIA INGRESSO LIBERO







## Regolamento del Corso:

Si ricorda agli allievi che la frequentazione della grotta e delle palestre sono attività che presentano dei rischi. La direzione del corso adotta tutte le misure precauzionali affinché nei vari ambiti si operi con ragionevole sicureza

Con l'adesione al corso l'allievo è consapevole che nello svolgimento dell'attività speleologica un rischio residuo è sempre presente e non è mai azzerabile.

<u>Possono iscriversi e partecipare al corso tutti coloro che abbiano superato i 15 anni di età e non abbiano seri impedimenti fisici o disturbi mentali che possano pregiudicare la propria e l'altrui sicurezza. Per i minorenni sarà richiesta specifica autorizzazione scritta firmata dai genitori e l'accompagnamento alle uscite.</u>

Il corso verrà svolto con un numero minimo di 3 e un numero <u>massimo</u> <u>di 12 iscritti</u> che saranno selezionati <u>in base all'ordine di iscrizione</u>. Le iscrizioni dovranno pervenire alla Direzione del Corso anche via web entro il 5 ottobre 2018.

Laquota di iscrizione è di 100€ per i Soci CAI e 140€ per i non soci, comprende la tessera SpG, la tessera CAI con copertura assicurativa rc e infortuni per le uscite Dal 12 OttOBRE al 11 NOVEMBRE \*17

sociali 2018, la copertura assicurativa UISP in attività personale fino a settembre 2019, il noleggio del materiale tecnico personale e di gruppo messo a disposizione dallo Speleoclub Garfagnana.

Al momento dell'iscrizione, o al più tardi entro la prima lezione, si dovrà consegnare alla Direzione, oltre al modulo di iscrizione, un certificato medico che attesti l'idoneità alla pratica sportiva non agonistica.

La Direzione del corso si riserva il diritto di accettare o respingere le domande di iscrizione in base all'esaurimento dei posti disponibili, ai termini temporali fissati per l'iscrizione e al rispetto delle condizioni e dei requisiti per l'iscrizione.

L'iscrizione è confermata all'atto del ricevimento della quietanza della quota di adesione e convalida-

taalla
consegna
della
documentazione
necessaria per
attivarela
coper-



Con Solo
Un Paio Di Scarponi
Fai il Corso e diventa
Speleologo anche tu!

tura assicurativa, delle 2 foto e del certificato medico attestante l'idoneità ad attività sportiva non agonistica.

Il certificato medico va presentato entro e non oltre la prima lezione teorica. La mancata presentazione del certificato stesso preclude all'iscritto la partecipazione alle lezioni pratiche fino alla presentazione del certificato stesso.

Il corso può subire variazioni nel programma ad insindacabile giudizio della Direzione. Incaso di meteo avverso o altri rischi la gita verrà annullata o rimandata. Gli allievi sono tenuti ad osservare le indicazioni del Direttore del Corso e degli Istruttori durante le uscite.

Perritiro volontario dal corso, la quota d'iscrizione NON verrà rimborsata, né parzialmente, né totalmente.

Al termine di ogni giornata di corso gli allievi dovranno riconsegnare in perfetto stato il materiale tecnico loro affidato; l'attrezzatura smarrita o danneggiata senza una valida giustificazione sarà loro interamente addebitata.

Le spese di viaggio, vitto, eventuale alloggio e l'abbigliamento personale si intendono a carico dei partecipanti, IL MATERIALE PERSONALE OCCORRENTE SARÀ INDICATO AL MOMENTO DELL'ISCRIZIONE. Nel caso di trasferimento con mezzi privati, lo Spleoclub

Garfagnana e il Direttore
del Corso respingono ogni responsabilità per eventuali incidenti che dovessero verificarsi
durante i trasferimenti stessi,
intendendosi l'escursione iniziata e terminata rispettivamente
nel momento in cui si abbandonano e si riprendono gli automezzi.

Nel corso delle esercitazioni verranno adottate tutte le misure necessarie per ridurre i rischi insiti nella pratica della speleologia e i partecipanti saranno istruiti in anticipo sulle difficoltà che potranno incontrare. La Direzione del Corso, il Gruppo organizzatore, gli Istruttori, NON si assumono responsabilità per eventuali incidenti occorsi a cose o a persone che non siano ascrivibili a loro responsabilità diretta.



Contattaci
per informazioni
sulla **spelecoita**aperta a tutti!
domenica 23 settembre

Dom 23 sett: Speleogita aperta a tutti in facile grotta delle Alpi Apuane - contributo soci CAI 10€/non soci 15€

Ven 5 ott..h.21: Proiezione di speleologia a ingresso libero (sede CAI) Al termine presentazione del corso e chiusura delle iscrizioni!

Ven 12 ott.h.21: 1°lezione teorica: 'I frequentatori delle grotte

dalla preistoria ai nostri giorni. Organizzazione

della speleologia in Italia" (sede CAI). lezione pratica di progressione in palestra di

roccia esterna o in cava in Apuane.

Sab13 ott.h.17: 2° lezione teorica: "Materiali e tecniche di pro

gressione" (rifugio/bivacco).

Dom 14 ott.h.9: lezione pratica di progressione in palestra di

roccia esterna o in cava in Apuane.

Ven 19 ott.h.21: 3° lezione teorica: "Abbigliamento ed alimenta

zione" (sede CAI).

Dom 21 ott.h.9: uscita in grotta in Apuane.

Sab 13 ott.h.9:

Ven 26 ott.h.21: 4° lezione teorica: "Carsismo e speleogenesi.

Conservazione e salvaguardia dell'ambiente

carsico" (sede CAI).

Dom 28 ott.h.21: uscita in grotta in Apuane.

Ven 9 nov.h.21: 5° lezione teorica: "Incontro con un rappresen

tante regionale del Soccorso Speleologico. Primo soccorso in grotta e modalità di allerta

mento" (sede CAI).

Sab 10e 11 nov: uscita in grotta di maggior impegno in Apuane.

A seguire cena di fine corso in data da concordare.

N.B. LE DATE DEL CALENDARIO POSSONO SUBIRE VARIAZIONI A CAUSA DELLE CONDI-ZIONI METEOROLOGICHE E DELLA DISPONIBILITA' DEI RELATORI.

## Speleoclub Garfagnana CAI



DEL

Via Vittorio Emanuele 3 -55032 Castelnuovo di Garfagnana (LU)



eguici su :

www.speleogarfagnana.blogspot.com Facebook: Speleoclub Garfagnana

INFO: speleo.garfagnana@gmail.com Sonia 339 721 8173 - Giulio 349 053 5414