

## SCHEDA DI ISCRIZIONE

Nome .....

Cognome .....

Nato/a il .../.../... a .....

Residenza (Via, Comune, PR, CAP) .....

Cellulare .....

Email .....

Sezione CAI .....

Taglia ..... Note.....

**Si informano gli allievi che la frequentazione delle forre e delle palestre sono attività che presentano dei rischi. La SNT 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.**

Ai sensi della normativa sulla Privacy:

Autorizzo la comunicazione dei dati di rintracciabilità (numeri telefonici, indirizzo, e-mail) agli Istruttori ed alla Scuola SNS-CAI.

Autorizzo la Sezione CAI di Roma e la SNT al trattamento dei miei dati personali, all'utilizzo e alla diffusione, non a fini di lucro, delle foto con la mia presenza.

*(contrassegnare con una crocetta e firmare per l'autorizzazione-obbligatorio per partecipare al corso)*

Data ..... / ..... / .....

Firma .....

## TERMINI E MODALITA' D'ISCRIZIONE

La quota d'iscrizione è di € 180,00, non restituibile in caso di rinuncia, e dev'essere versata sul conto BANCA SELLA intestato al Club Alpino Italiano – Sezione di Roma  
IBAN: IT 29 Y 03268 03200 0008 5310 7250  
CODICE BIC/SWIFT: SELBIT2BXXX

Avendo cura di indicare la causale del bonifico: CORSO TORRENTISMO 1L -Cognome e Nome

Il numero massimo è di 12 partecipanti. In caso di superamento verrà formata una lista d'attesa.

Termine iscrizioni: 4 novembre 2021

La Direzione del Corso, ad insindacabile giudizio, si riserva la possibilità di escludere dal corso e/o di non accettare coloro che verranno ritenuti non idonei.

La quota d'iscrizione è comprensiva di:

- Assicurazione per le uscite,
- Utilizzo attrezzatura personale (imbrago, longe, discensore, casco).
- Utilizzo del materiale di gruppo,
- Dispense e materiale didattico,
- Attestato di fine corso (vedi pagina successiva).

La quota d'iscrizione non comprende l'iscrizione al CAI. Non sono, inoltre, compresi vitto e alloggio.

Gli spostamenti avverranno con mezzi propri.

### Materiale richiesto (non compreso nella quota d'iscrizione):

- Muta completa da 5 mm
- Calzari, cappuccio e guanti in neoprene
- Scarpe da torrentismo o da trekking



# Corso di Introduzione al TORRENTISMO 2/2021



DAL 11 NOVEMBRE AL 2 DICEMBRE

## DIRETTORE DEL CORSO

I.T. Massimo Todari

Cell.: +39 335 484 700

Email: massimo.todari@sns-cai.it

## SEGRETERIA DEL CORSO

C.A.I. sezione Roma

Via Galvani, 10

Otto Verticale Team

Gruppo Torrentistico C.A.I. Roma

Per info ed iscrizioni:

I.S.T. Carlo Marella - Cell.: +39 335 788 1237

## SCOPO E DESCRIZIONE DEL CORSO

Il corso, tenuto sotto l'egida della SNT-CAI, è destinato a chi vuole avvicinarsi a questa affascinante attività che permette di entrare in contatto con ambienti a scarso impatto antropico e pressoché incontaminati.

L'allievo potrà acquisire una base culturale sugli aspetti ambientali e naturalistici di una forra ed avere la consapevolezza delle principali problematiche riguardanti la progressione in torrente.

Obiettivo specifico del corso di Introduzione è quello di acquisire un'adeguata padronanza delle tecniche individuali base di progressione, su corda e non.

Agli allievi che avranno fattivamente frequentato il corso, verrà rilasciato un attestato di partecipazione che renderà possibile l'accesso ai corsi di livello superiore nonché la partecipazione alle varie uscite di gruppo organizzate dopo il corso.

## PRINCIPALI TEMI TRATTATI

- Abbigliamento, attrezzatura e materiali torrentistici
- CAI, la cultura della montagna e protezione dell'ambiente
- Cenni di ecologia
- Tecniche di discesa su corda singola
- Tecniche di discesa su corda doppia
- Principi di acqua viva
- Cenni di meteorologia, idrologia e geologia

## REQUISITI E DOCUMENTI RICHIESTI

Per la partecipazione al corso è richiesto:

- Aver compiuto 18 anni
- Saper nuotare e possedere una buona acquaticità
- Essere in buono stato di salute psico-fisico
- Tessera CAI valida per l'anno in corso
- Aver compilato e firmato il modulo di iscrizione
- Presentare il certificato medico per attività non agonistica
- Aver pagato la quota d'iscrizione
- Green Pass (Certificazione verde COVID-19)

## PER SAPERNE DI PIÙ ...

Ulteriori informazioni sono fornite consultando la pagina [http://www.cairoma.it/?page\\_id=18633](http://www.cairoma.it/?page_id=18633) oppure sul sito <http://www.sns-cai.it/corsi-sns-cai/category/corsi-sezionali-per-torrentisti>

## PROGRAMMA

### Giovedì 4 novembre (serata in aula)

Presentazione del corso, il CAI ed il bidecalogo, Rischi in forra e acquisizione consenso informato

### Giovedì 11 novembre (serata in aula)

Lezione su come organizzarsi per una uscita, alimentazione, abbigliamento personale.

### Venerdì 19 novembre (giornata in palestra di roccia)

Lezione su attrezzatura e materiali torrentistici  
Lezione ed esercitazione pratica sulle tecniche e manovre

### Sabato 20 novembre (escursione in forra)

Progressione in torrente  
Lezione di topografia (cenni) e lettura di una scheda di torrente

### Domenica 21 novembre (escursione in forra)

Progressione in torrente  
Lezione sul tema dell'ecologia (flora e fauna in forra, impatto dell'attività torrentistica sull'ambiente e sua minimizzazione)

### Giovedì 25 novembre (serata in aula o Online)

Lezione su comportamento in casi di emergenza ed allertamento CNSAS; cenni di meteorologia

### Sabato 27 novembre (giornata in palestra di roccia)

Lezione ed esercitazione pratica sulle tecniche e manovre

### Domenica 28 novembre (escursione in forra)

Progressione in torrente

### Giovedì 2 dicembre (serata in aula)

Lezione su conoscenza dell'ambiente: cenni geologia, genesi e morfologia delle forre; cenni di idrologia  
Debriefing e Consegna degli attestati

**ATTENZIONE:** il programma è da considerarsi di massima. Potrà subire variazioni sia per le date che per i contenuti in base alle contingenti situazione meteo ed organizzative.