

PERIODICO A CURA DELLA FEDERAZIONE ITALIANA CANOA TURISTICA

PAGAIANDO

N° 6 GENNAIO 2017 - TARIFFA R.O.C. - POSTE ITALIANE SPA - SPEDIZIONE IN ABBONAMENTO POSTALE - DL 353/2003 (CONV. IN L. 27/02/2004 N. 48) ART. 1 COMMA 1, DBC CREMONA' - ANNO XVI



N. 6
GEN. 2017

VIAGGI
IL SOGNO DI LUCA
Alla ricerca
di emozioni

VIAGGI
AMAZON!
Le più grandi spedizioni
di tutti i tempi

PARACANOA
LA PARACANOA
Diversamente abili,
impegno e soddisfazione

SALUTE
PRIMO SOCCORSO
Breve vademecum
di primo soccorso

FICT
NEWS
Assemblea dei soci
e nuovo sito

GOODFELLAS

join the family



FREESTYLE

RIVERRUNNING

CREEK

CREEK PRO



QUOTE TESSERAMENTO ANNO 2017

Socio FICT (singolo):	Euro 15,00
Socio FICT (di club):	Euro 10,00
Club affiliato (senza scuola di canoa):	Euro 30,00
Club Affiliato (con scuola di canoa):	Euro 105,00
Socio Sostenitore:	Euro 30,00
Guida Fluviale:	Euro 30,00
Guida Marina:	Euro 30,00
Istruttore Fluviale:	Euro 30,00
Istruttore Marino:	Euro 30,00
Istruttore di Base:	Euro 30,00

Federazione Italiana Canoa Turistica

Via Cavour, 89 - 26040 Casalmaggiore (CR)

Per effettuare i versamenti:

FICT - Federazione Italiana Canoa Turistica

CREDITO VALTELLINESE

IBAN: IT866052160323000000005390

BIC / SWIFT BPCVIT2S

www.canoa.org

info@canoa.org

PAGAIANDO

ORGANO DI STAMPA

DELLA FEDERAZIONE ITALIANA CANOA TURISTICA,

FONDATA DA FRANCESCO BARTOLOZZI

REG. TRIB. DI CREMONA N.1374 DEL 6-7-2015

DIRETTORE RESPONSABILE:

PAOLO SAMARELLI

DIRETTORE EDITORIALE:

GIUSEPPE SPINELLI

IMPAGINAZIONE E PHOTOEDITING:

GREENTIME S.p.A. - VIA SAN GERVASIO 1

40121 BOLOGNA - WWW.GREENTIME.IT

HANNO CONTRIBUITO A QUESTO NUMERO:

ROBERTA BUSSADORI,

VITTORIO PONGOLINI,

ARCANGELO PIROVANO.

SI RINGRAZIANO GLI AUTORI DEGLI ARTICOLI

E I FOTOGRAFI CHE HANNO CONCESSO LA

PUBBLICAZIONE DELLE IMMAGINI.

FOTO DI COPERTINA:

© MARCO FERRARIO

REALIZZAZIONE:

INFOMEDIA srl. VIA GRAMSCI 6 - 26100 CREMONA

STAMPA:

ARTI GRAFICHE PERSICO srl.

VIA SESTO 14 - 26100 CREMONA

STAMPATO FEBBRAIO 2017

EDITORIALE

Cari amici,
usciamo con colpevole ritardo con questo numero di PAGAIANDO, ma con tantissime novità per il lavoro che stiamo facendo in FICT, che trovate dettagliatamente descritto nella consueta pagina FICT NEWS all'interno e che raccomandiamo di leggere attentamente. Questo numero è dedicato al Viaggio ed in particolare al "viaggio avventura" singolo o di gruppo. Abbiamo voluto far rivivere storiche imprese del passato, svolte con altri mezzi ma con la stessa passione di oggi ed imprese turistiche odierne che a ben vedere sono alla portata di più persone di quanto si possa pensare a prima vista, purché con il tempo e la voglia di affrontarle.

La discesa del Rio delle Amazzoni e la traversata del Mediterraneo dalla Liguria ad Almeria gli esempi scelti in questo numero. Abbiamo voluto anche ospitare l'opinione personale di un collaudato canoista discesista che fa un quadro piuttosto amaro dello stato in cui versa al momento la Discesa fluviale, fonte di tanti campioni e medaglie per lo sport italiano in passato. Come detto più volte noi ospitiamo le opinioni e le riflessioni di tutti se ben articolate e motivate non facendole nostre ma offrendole alla platea dei lettori per riflessioni ed eventuali osservazioni critiche. Non mancano le consuete rubriche di utilità sulla Salute e la Normativa e diverse schede tecniche di fiumi non troppo famosi ma interessanti nei periodi favorevoli.

Ultima e importante notizia la convocazione dell'Assemblea annuale dei Soci FICT per l'approvazione del Bilancio 2016 e per la presentazione del Bilancio preventivo 2017.

GIUSEPPE SPINELLI - *Presidente FICT*

Si convoca l'ASSEMBLEA annuale dei soci della FICT per l'approvazione del Bilancio 2016, per il giorno 10 Marzo alle ore 06:00 in prima convocazione ed il giorno 11 Marzo alle ore 17:00 in seconda convocazione, presso la Biblioteca Comunale di Brugnato (SP), con il seguente Ordine del Giorno:

1. Comunicazioni del Presidente
2. Esposizione del Bilancio consuntivo 2016
3. votazione per approvazione del Bilancio
4. Presentazione del Bilancio Preventivo
5. Discussione

Si raccomanda di partecipare perché questa è un'occasione di incontro e di confronto con il Direttivo della FICT e con gli altri Soci.

PAGAIANDO N. 6 - SOMMARIO

Il sogno di Luca

di Luca Sestito pag. 2

Un fiume, Sparvara, un' "ponte-canguro"

di Alex Zambon..... pag. 6

Amazon!

di Vittorio Pongolini..... pag. 8

Requiem per la discesa fluviale agonistica

di Anonimo Brembano pag. 12

La paracanoa

di Massimo Cecchetti..... pag. 15

Primo soccorso

di Francesca Bevilacqua.. pag. 16

Fict News

di Giuseppe Spinelli pag. 17

L'importanza di conoscere lo Statuto dell'Associazione

di Francesca Gastaldi pag. 18

Fiumi e torrenti

della Valchiavenna - *Il Parte*

di Luigi Colombo pag. 20

ASD AISASport

di Massimo Cecchetti..... pag. 23

Kayak

di Donato Conserva pag. 24



www.exokayak.com

EXO whitewater range
sport.made.in.italy

COME INVIARCI I VOSTRI CONTRIBUTI

TESTI: fornire file Word definitivo, massimo 2500 caratteri (battute) inclusi spazi, per pagina singola; oppure max 5000 caratteri (inc. spazi) per doppia pagina.

FOTO: fornire file singoli in ".jpg" in alta risoluzione, segnalando nome autore e possibili didascalie del materiale selezionato (max 10 foto per doppia pagina).

PER INVIO CONTRIBUTI E RICHIESTE INFORMAZIONI SU INSERZIONI PUBBLICITARIE: pagaiando@canoa.org

IL SOGNO DI LUCA

Cosa ha spinto un quarantenne milanese a pagaiare da solo per duemila chilometri lungo la costa occidentale del Mediterraneo dalla Liguria ad Almeria?

L'amore per la curiosità, la ricerca di emozioni forti, la volontà di realizzare un sogno. E tutto questo alla fine si è tradotto in un'esperienza impagabile che si riassume in poche parole: "Mi sentivo vivo e felice. Non avevo bisogno di nient'altro".

Per sessantatré giorni ci siamo stati soltanto io, il mare, i pensieri e il senso di libertà. Lo spirito è stato quello dell'avventura e dell'esperienza da vivere appieno, in simbiosi con quanto incontrato lungo il percorso. Ma questo mio viaggio ha rappresentato anche la realizzazione di un sogno comune a tante persone e che avevo ormai

da diversi anni: lasciare tutto per un po' di tempo e partire da solo, in kayak e con le mie canne da pesca! Ed è così che l'estate scorsa sono salpato con il mio sit-on-top Vulcano 4.60 Rainbow da San Lorenzo al Mare (Imperia) e ho pagaiato in solitaria per 2.000 km (1.250 miglia, visto che di acqua si parla) fino ad Almeria (Spagna).

Mi chiamo Luca Sestito, ho quarant'anni, sono sposato e padre di due bimbi; abito a Marcallo con Casone, un piccolo paese in provincia di Milano. Sono sempre stato un viaggiatore avventuriero e alle spalle ho diverse esperienze: viaggi in lungo e in largo in motocicletta; il giro di una parte dell'Olanda in bicicletta con rimorchio porta-bimbi (circa 1.300 km); la discesa a piedi del Ticino dal San Gottardo fino al Po (360 km con uno zaino da 17 chili sulle spalle). E ancora ho percorso 7.000 km attraverso 14 stati del

Messico e altrettanti in Sudafrica, tenendomi sempre lontano dalle rotte turistiche usuali. Sono un grandissimo appassionato di pesca sin da quando ero piccolo: già a nove anni scappavo da casa per andare a pescare presso una cava situata a un paio di km. Sono stato sempre spinto dal desiderio di viaggiare, conoscere posti nuovi e farlo in maniera sempre differente per provare nuove emozioni ed esperienze.

Posso dire che questo mio viaggio ha avuto inizio più di tre anni fa quando, in spiaggia con la mia famiglia, ho visto passare in mare un canoista e ho detto a mia moglie: "Il prossimo viaggio lo farò in kayak". Lei mi ha guardato perplessa e ha sorriso come se avessi detto una castroneria, poiché non ero mai salito su un kayak. Ma da quel momento, nella mia testa e nel mio cuore, accarezzavo già il sogno di questo viaggio come una grande sfida persona-

le. Tornato dalle vacanze ho seguito un primo corso presso il Canoa Club Milano di Cuggiono, al quale poi mi sono iscritto; per tre anni mi sono preparato in maniera costante e continua proprio per riuscire in questa avventura. La preparazione è consistita in tre uscite alla settimana: una contro corrente lungo il Naviglio, le altre due, nei weekend, al lago per 6/8 ore ogni volta. In aggiunta mi allenavo con gli atleti agonistici della squadra di slalom permettendomi di migliorare la preparazione tecnica. Quando potevo andavo in mare per carpirne i segreti. Un altro aspetto fondamentale era la preparazione delle attrezzature, la scelta del kayak e la pianificazione. Nulla poteva essere lasciato al caso e quindi ogni singolo passaggio andava pensato e studiato nei minimi particolari: dal percorso alle tappe per dormire in tenda; dalla morfologia della costa all'autonomia dei viveri, dalla sicurezza al meteo e alle attrezzature (kayak, pannelli solari, videocamera, gps, costruzione del timone e così via). Inoltre dovevo portare tutto il necessario per essere completamente autonomo ma dovevo rispettare il peso massimo di 25 kg e considerare

i limitati spazi a disposizione nel kayak. Un'altra priorità era la mia attrezzatura da pesca (canne, mulinelli e esche artificiali).

Alla fine, dopo tanto sforzo ed impegno, con il patrocinio del Canoa Club Milano e grazie al supporto di Rapala, Sufix e Tregoo Extreme, il 14 agosto 2016 sono partito dalla Liguria e ho puntato la prua in direzione dello Stretto di Gibilterra. Ho scelto di non attraversare i centri urbani, o almeno soltanto alcuni, ma di sviluppare il tragitto su lagune, parchi naturalistici e località particolari distribuite sulle coste di Italia, Francia e la Spagna.

Il mio viaggio è durato sessantatré giorni (più cinque per l'ulteriore avventura del rientro che mi ha portato fino in Africa), ho percorso 2.000 km navigando con la costa a vista (mi sono allontanato al massimo di 10 km per tagliare i golfi) e sono arrivato ad Almeria, cittadina spagnola nell'Andalusia). Sarei andato oltre, fino a Gibilterra e poi in Africa e poi ancora fino a Tangeri per rientrare in nave ma - ahimè - i miei giorni a disposizione erano finiti. Non nego che ci sono stati imprevisti e momenti di sconforto: ad



esempio quando la stanchezza e la fatica prendevano il sopravvento, o quando ho perso la videocamera durante una giornata di mare mosso, o quando si è dissaldato il supporto del timone, fino al cellulare non più funzionante e ai problemi alle batterie di accumulo; e ancora alcuni tagli che con il sale non si cicatrizzavano e si infettavano o le piaghe o i vari dolori che si presentavano quotidianamente.

IN APERTURA: TRAMONTO. CON A DESTRA L'ALBA.

DALL'ALTO: SELFIE (SONO IN SOLITARIA...) NATURALMENTE NON C'È NESSUNO CHE MI POSSA FOTOGRAFARE;
17° GIORNO - 23/08/16 - PARCO NATURALE DE CAMARGUE (FRANCIA) - UOMO BARBUTO CON IL SUO HOTEL STELLATO;
ECCO ANCORA L'UOMO BARBUTO.



IN ALTO: 62° GIORNO - 14/10/16 - CAPO DI GATA (VICINO ALMERIA - SPAGNA) - FORTUNATAMENTE HO TROVATO UNO SBARCO DURANTE UNA GIORNATA DI MARE MOSSO E VENTO DI Ponente. HO RISCHIATO DAVVERO TANTO. HO DORMITO NELLA "MAGIC BOAT", UNA BARCA ABBANDONATA CHE MI HA DATO RIPARO. SOPRA: MENTRE IL MARE SI INGROSSAVA E IL VENTO AUMENTAVA HO TROVATO UNO SBARCO DI FORTUNA DOVE HO DORMITO IN MEZZO AGLI SCOGLI.

namente; senza dimenticare la mancanza dei miei figli e di mia moglie. Per non parlare di altri imprevisti come onde alte, venti forti, sottomarini, protocolli di emergenza per la mia intrusione nella base militare in Spagna...

E per non parlare del riversamento della fognatura di San José

in spiaggia mentre ero lì accampato con la tenda...

Ma tutto questo non mi ha mai fermato poiché le emozioni e i momenti positivi erano di gran lunga superiori.

Ogni giorno era sempre diverso dall'altro, i paesaggi mi stupivano per la loro bellezza e semplicità. Ho attraversato dei magnifici parchi naturalistici e sono sbarcato su remote e splendide calette; ho visto cascate e saline, ho cenato su una torretta per l'avvistamento degli uccelli avendo a destra le lagune con i fenicotteri e a sinistra il mare, mentre il cielo si tingeva dei colori del tramonto. Insomma di cose ne ho viste

molte e molto avrei da raccontare.

Pagaiare da solo nel mare, in silenzio, senza il cellulare che squilla, senza clienti, fornitori, bollette, rate del mutuo, in pratica senza alcun pensiero negativo e lontano da questa società che io chiamo il "tritacarne" perché distrugge l'individualità della persona... Tutto è stato un sogno. Dormire in spiaggia sotto il cielo stellato con accanto il fuoco e il rumore delle onde. L'aroma del caffè fatto in spiaggia con il fornellino a gas. Parlare con le persone che - incuriosite e affascinate dall'uomo sportivo barbuto venuto dall'Italia in kayak - venivano a chiedere informazioni e a fotografarmi. Accendere il fuoco e grigliare il pesce che avevo pescato. Mamma mia, quanto pesce ho mangiato! Parlando di pesce sento ancora la melodia della frizione del mio mulinello che partiva per i mostri marini che si attaccavano ai miei artificiali. Il kayak fishing mi ha regalato prede ed emozioni mai provate (mamma mia, quanto ho pescato!). Tutto quello che ho detto sopra mi faceva stare bene, mi sentivo vivo e felice. Non avevo bisogno di nient'altro.

Non ritengo che la mia sia stata un'impresa no limit, ma una ricerca interiore di sé stessi, una sorta di guardarsi dentro in situazioni inusuali che nella vita "normale" non proveresti mai. Dopo esperienze del genere capisci meglio le cose di tutti i giorni, al ritorno ti avvicini ancora di più a chi ami; stando da solo in mezzo al mare pensi e ti accorgi davvero chi ti manca. Ami la vita e quello che essa regala.

"Lo rifaresti?", mi chiede ogni tanto qualcuno. **"CERTO CHE SÌ, PRENDEREI LA MIA PAGAIA E PARTIREI ANCHE DOMANI!"**.

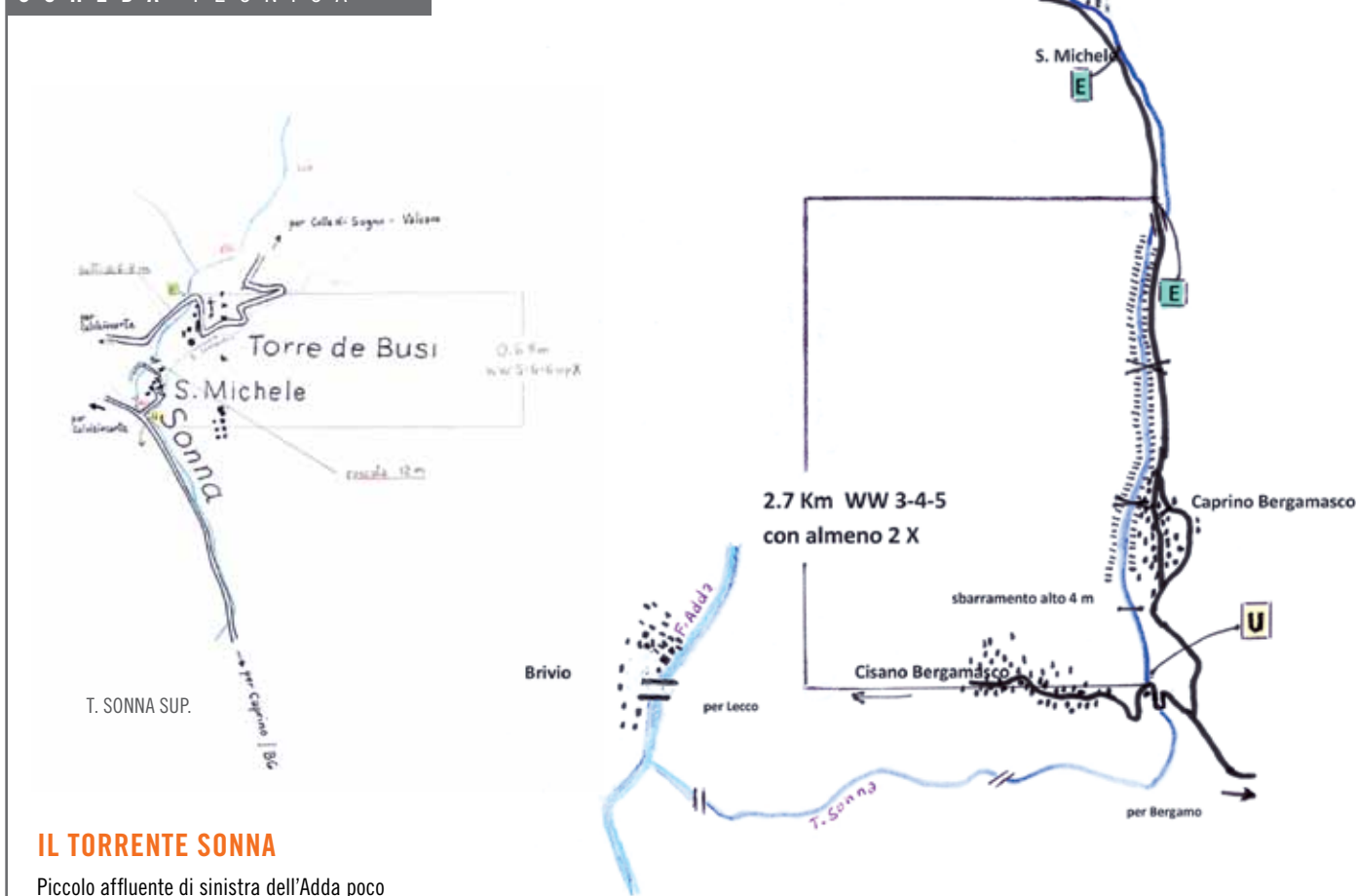


BATTUTA DI PESCA (LAMPUGA E OCCHIATE) ESPLENDIDA CALETTA DOVE HO PESCATO UNA LAMPUGA.



19° GIORNO - 01/09/16 - PALAVAS LES FLOTS (FRANCIA) - FOTO FATTA DA UNA BELLA DANESE. IL PAESAGGIO PARLA DA SE (IO SONO NELL'ANGOLO A SX).

SCHEDE TECNICHE



IL TORRENTE SONNA

Piccolo affluente di sinistra dell'Adda poco dopo Brivio, è discendibile in canoa solo dopo abbondanti piogge; diversamente, è quasi sempre in secca.

Accesso: statale Lecco-Bergamo, dopo il paese di Cisano Bergamasco prendere a sinistra per Caprino - Torre De'Busi. Dopo l'abitato di Caprino si prosegue in direzione Torre De'Busi fino ad un ponte che attraversa il torrente, al confine tra i due comuni. Qui è possibile imbarcarsi (q. 350 m s/m). Volendo, si può partire anche 1 km più a monte, in loc. S. Michele, sotto la chiesa.

Sbarco: a Cisano Bergamasco, prima del ponte sulla statale Lecco-Bergamo, a q. 260 m s/m. È anche possibile, benché il percorso non sia particolarmente interessante dal punto di vista canoistico, arrivare fino alla confluenza con l'Adda; in tal caso, occorre far attenzione ad alcuni salti artificiali.

Distanza: 2.7 km (1km in più se si parte da S. Michele).

Dislivello: 90 m, dal ponte stradale.

Pendenza media: 33 per mille.

Portata: discendibile con 2-4 mc/sec. Sconsigliato con oltre 5-6 mc/sec.

Appoggio automobilistico: impossibile. Il torrente scorre tutto in gola.

Breve descrizione, difficoltà, punti particolari: se si decide di partire da S. Michele, il primo km non presenta particolari difficoltà. A partire dal

ponte stradale, il torrente si ingola e si restringe ulteriormente. Poco più avanti un ponticello segna l'inizio delle prime difficoltà di rilievo. Si incontrano dapprima uno stretto toboga con passaggio a S, poi un salto obliquo seguito da un imbuto con passaggio scavato nella roccia, e, a seguire, un doppio salto, la cui seconda parte compie una curva a destra molto stretta intorno ad un masso; WW 4-5; trasbordo possibile a destra. Segue un impraticabile, costituito da un salto artificiale seguito da una strettoia scavata nella roccia. È situato in prossimità di una costruzione abbandonata (ex-polveriera). Si trasborda con qualche difficoltà a destra, aggirando la casa, a destra. Poco più avanti, uno scivolo; il passaggio, sulla sinistra, è stato trasbordato per la presenza di un albero di traverso (possibilità abbastanza frequente!). Seguono un altro salto-imbuto e un salto-scivolo di 3 metri, da impostare a destra. Poco dopo, la gola si apre e le difficoltà diminuiscono. Si trovano ancora uno stramazzo a scivolo fattibile a destra, e un altro salto artificiale di 4 m da valutare. Complessivamente, difficoltà fino a WW 4-5 nella gola.

Tempo impiegato: 2 ore e mezzo.

Inquinamento: presente, comunque accettabile. Sponde scivolose.

Cartografia: Istituto Geografico Centrale - Torino, carta 1:50.000, foglio n. 22 - Val Brembana, Valsassina e le Grigne.

NOTA DI AGGIORNAMENTO

In caso di prolungate piogge il torrente Sonna presenta più a monte un breve tratto (meno di 1 km) di interesse canoistico di alto livello. Il tratto va dal ponte che si incontra sulla strada che da Calolziocorte va verso Torre De'Busi, in corrispondenza di un tornante, poco prima dell'ingresso in paese, a sotto la chiesa di S. Michele, alla confluenza con un piccolo affluente. Il tratto è stato ricognizionato, e con almeno 5 mc/sec presenta difficoltà estreme. Il torrente forma una forra intorno alla rocca su cui sorge la chiesa di S. Michele. Vi sono due salti, di 6 e 8 m rispettivamente; il secondo presenta un notevole ritorno.

Dopo un tratto veloce, il torrente precipita in una cascata naturale di 13 m; di quest'ultima occorre verificare la fattibilità e il bacino di ricezione. Un eventuale trasbordo appare assai faticoso. Oltre alla difficoltà di arresto, bisogna salire per un sentiero appena abbozzato e abbastanza scivoloso, e poi scendere dal lato opposto, dove c'è una "Via Crucis".

Da qui si può vedere anche l'affluente Sontacchio; anche quest'ultimo presenta un tratto interessante, scavato nella roccia.

Difficoltà: WW5-6-6 sup. e X.

UN FIUME, SPARVARA, UN'PONTE-CANGURO'

Claudio prende un sasso, lo getta alto in aria ed in un punto preciso del fiume. Tende l'orecchio. Pluff, la corrente ha disegnato un leggera ellisse, il sasso è già giù...

TESTI DI:
ALEX ZAMBON



Lui, con la mano poggiata all'orecchio, ammicca da dietro quel paio di baffoni. *"Un metro-e-ottanta"* sentenzia, *"La profondità, lì, intendo"*. Noi lo guardiamo stupiti e lui scoppia a ridere. *"Faccio sovente questo scherzo con i turisti"*. *"Ma lo sapete quanto è bello andare in barca con la neve? Gli uccelli si spostano sulle rive, in cerca di cibo da becchettare"*.

Un'eternità prima di Balossa Bigli, ci si imbarca nelle brume a Bassignana. *"Ma venite anche con questa nebbia?"*. È la sua al telefono, noi ancora sulla A21, lui già sul fiume. E chissà dove.

Bassignana. Il sole rimarrà un miraggio e farà capolino solo tardi. Prima una correntina, poi giochi di ghiaie. La 'poesia fluviale' si dipana. Sfli pagaiando e già sei parte del paesaggio. Un raro pescatore osserva. L'acqua è tranquilla, il greto a tiro di braccio. Emozioni, passaggi affioranti, rami che si sbracciano in cerca di sguardi. Urlano muti di starne discosti. È sogno di pace infranto al passaggio di un ponte, noi sotto. Poi come per magia, il silenzio, la natura che parla. Sigfrido ha convinto Luna, otto kg di pelo, a far parte dell'equipaggio. È lei qui il vero capitano di questi 3 vascelli spersi in alveo. Assapora il mondo e guarda muta, ma riconoscente, il suo pa-

drone. Non osiamo intaccare questo silenzio. Cosa è infatti più importante di un pieno silenzio? La natura ci parla ed insegna stando zitta. Sa come raggiungere il cuore. Oggi i colori latitano, solo luce soffusa. Il Po è grigio, ma verde il greto. Ombre i tanti pioppi su sponde. Poi sedimenti tagliati da cesello d'acqua. Strati e colori di concrezioni effimere, modellate oggi, ricostruite domani altrove. Ciò che strega l'uomo assorto a contemplare un fiume è il sentirlo vivo, pulsante, parlante quasi. Sono emozioni forti che tendiamo sempre a svilire poiché gratuite. O, peggio, non le consideriamo affatto. Nel fiume se solo vuoi, perdi la nozione del tempo e ti lasci navigare per i suoi infiniti rivoli. Ecco, tu vorresti che questo viaggio durasse all'infinito. È il respiro del vivere.

Confluenza con il Tanaro, ghiaioni la annunciano. Ricordo d'aver letto di Sparvara, inghiottito nel '700 da catastrofica piena.

Chissà le mura di quel castello, quel campanile... Ad un tratto Gioacchino grida *"Eccoli i resti, sono là!"*. Risaliamo la corrente, guadagniamo la 'morta', formata da un rudere di mattoni, una volta quel castello. Ci separano tre secoli di storia ed una manciata di metri, ormai. Quante altre volte ci abbiamo navigato accanto sfiorandolo? Il fiume è

così, restituisce oggetti, ma mai in ordine cronologico, sempre secondo il capriccio di correnti e di livelli idrometrici. Carattere di fiume, appunto. Avremo percorso 10 km. È il momento di rifocillarsi. Un brutto gasdotto fa mostra di sé laggiù e ammonisce più di mille discorsi. È poi quell'aria inquinata tipica delle raffinerie. Noi, che uccidiamo giornalmente sogni per qualche litro di greggio, noi che vivendo rappresentiamo uno stillicidio continuo di carburante. Ogni volta che facciamo il pieno profaniamo un pezzo di storia. Luna però non lo sa e corre felice dietro ad un bastoncino e su un ghiaione. Sono poderose le anse di un fiume... Sembra che le sue onde abbiano un animo. E che decidano, ora destra, ora sinistra, poi meandri, là una lanca. Errore di gioventù, volontà del tentare nuove strade. Non siamo forse anche noi come questo fiume? La peggior esperienza che un uomo possa fare è quella d'esser greto rettilineo, veloce. La rinuncia all'indugio, all'ansa, il non voler mai prender tempo. Salvo poi capire, giunti al proprio delta, che la vita era là, in anse mai osate, in percorsi ritenuti inutili ma che ci avrebbero reso interiormente più ricchi, più dubbiosi, sicuramente più saggi. La vita necessita di pause, riflessioni, ripensamenti, ponderazio-

ne. Il bastoncino roteava ricadendo tra le grinfie di Luna. Era ora di riprendere il viaggio. Ponte ad 8 campate, tutto in ferro, classe 1916. Un enorme canguro aveva cristallizzato in otto balzi quell'opera immensa. Pensavo e filmavo (e Gioacchino pagaiava!) mentre il fiume ci intrappolava nel periplo di un ghiaione. Era quinta teatrale e là, là quel ponte che pareva muoversi anch'esso, ma in direzione opposta. Estatico ammiravo un quadro in movimento. È lì che il gesto della pagaiata assurge all'estro d'artista. Noi, con quel semplice gesto ci stavamo autodisegnando, proprio come in un famoso schizzo di Escher. Rivedo il muso di Luna, immobile; poi Neno, Sigfrido, Sergio, pennellare traiettorie e un po' anche se stessi. Attimi eterni nella loro plasticità. A destra i tralicci delle prime due arcate, cadute sotto la stoltezza dell'uomo, delle sue bombe. L'acqua bassa non ha pietà e fa riemergere antichi capolavori, così come stoltezza umana. Lamiere nell'acqua, quanta storia avreste da raccontare sino alla deflagrazione accecante che ha azzerato l'opera orgogliosa di chi costruì quel ponte? I balzi del canguro sono distanti e divengono ormai parte del paesaggio quando ecco in primo piano ricomparire Claudio. Danza pura su barcè a motore. Noi, ammaliati, lo seguiamo sino a riva, alle baracche di Balossa. Due chiacchiere con le gerenti della 'Tana del Lupo'. Qui tutto è immutato. Il sindaco Angelo viene a salutarci, poi la telefonata a Sergio, il bardo di Balossa. Si riannodano vecchi discorsi come se nel frattempo questo fiume non avesse più fluito.

Mi sento di casa qui. Ed è sensazione bellissima.

IN APERTURA:
CLAUDIO ED IL SUO FIDO BARCÈ
DI 9 METRI (MOTORIZZATO).

IN QUESTA PAGINA (DALL'ALTO):
I RESTI DEL CASTELLO DI SPARVARA (1700)
RIAFFIORANO DALLE ACQUE DI PO.

CAMPATE 'SALTANO' VERSO L'ALTRA RIVA.
PESCATORI E VITA SULLE RIVE DI PO.

ALLA TANA EL LUPO CON ANGELO CHIESA,
SINDACO DI MEZZANA E BALOSSA B.



LE PIÙ GRANDI SPEDIZIONI
DI CANOA-KAYAK DI TUTTI I TEMPI

AMAZON!

Il titolo potrebbe sembrare una pubblicità trasversale ad una società di vendite on line ma non è così. È invece il nome di quella che è stata una tra le più grandi spedizioni di canoa fluviale di tutti i tempi. E proprio quest'anno ne ricorre il trentennale. Piotr Chmielinski, polacco trapiantato in USA, Joe Kane,

IN APERTURA IN ALTO A SINISTRA: PIOTR CHMIELINSKI, JOE KANE, KATE DURRANT SULL'APURIMAC (RIO DELLE AMAZZONI SUOERIORE, A 1850 M, NELL'ACOBAMBA ABYSS.
IN ALTO A DESTRA: P. CHMIELINSKI, J. TRURAN, T. BIGGS E F. ODENDAAL A LA PUENTE DEL INCA Q'ESWECHACA, SULL'APURIMAC.
AL CENTRO A SINISTRA: TIM BIGGS NEL BLACK CANYON DELL'APURIMAC.
AL CENTRO A DESTRA: PIOTR CHMIELINSKI, TIM BIGGS, FRANCOIS ODENDAAL E JEROME TRURAN EFFETTUANO UN TRASBORDO SULL'APURIMAC, VICINO A PILLPINTO.
IN BASSO A SINISTRA: PIOTR CHMIELINSKI NEL BLAC CANYON DELL'APURIMAC, A 2900 M.
IN BASSO A DESTRA: JEROME TRURAN, ACOBAMBA ABYSS, APURIMAC SUPERIORE, A 1450 M.

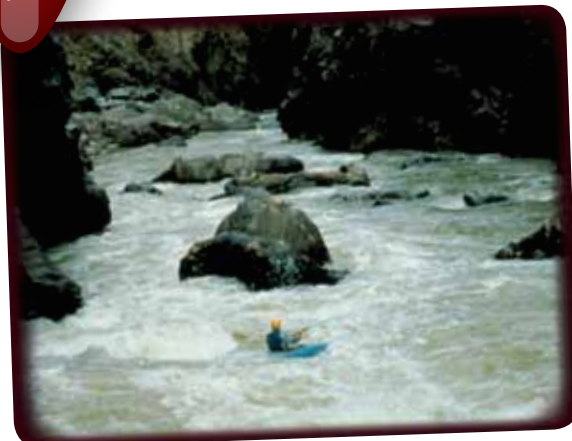


statunitense, Kate Durrant, inglese, Jerome Truran, Francois Odendaal e Tim Biggs, sudafricani, Zbignew Bzdak, Stefan Danielski, Krzysztof "Biczu" Kraśniewski, Jerzy Majcherczyk, Andrzej Piętowski, in tutto tredici canoisti ed esploratori, soprattutto polacchi, fuggiti o allontanati dall'allora regime polacco degli anni '70 e '80, alternatisi durante la discesa del fiume più lungo del mondo, portarono a termine i quasi 7.000 km del Rio delle Amazzoni tra il 1985 e il 1986, non senza immense difficoltà sportive, logistiche ed ambientali. L'unico che invero portò a termine la discesa integrale del fiume, dalle sorgenti dell'Apurimac al delta nell'Atlantico fu Piotr Chmielinski, ideatore, e "padrino" della spedizione nonché titolare della società no profit "Canoandes". Il suo curriculum canoistico era già molto ricco, essendo stato anche il primo a percorrere nel '79 il Canyon



IN ALTO DA SINISTRA IN SENSO ORARIO: VERSO LE SORGENTI DELL'APURIMAC DAL CANYON DEL COLCA, CON I KAYAK SUGLI ASINI; IL PRIMO CAMPO ALLE SORGENTI DELL'APURIMAC; LA DOTT.SA DURRANT, A SUPPORTO MEDICO DELLA SPEDIZIONE; P. CHMIELINSKI, J. TRURAN, T. BIGGS E F. ODENDAAL IL PRIMO GIORNO ALLA ANGOSTURA DELL'APURIMAC; CHMIELINSKY E TRURAN NELL'ACOBAMBA ABYSS ALLINEANO IL RAFT; K. DURRANT, S. LEON E J. KANE CONSULTANO UNA MAPPA.

FOTO E TESTI
VITTORIO PONGOLINI



JEROME TRURAN NELL'ACOBAMBA ABYSS DELL'APURIMAC.



IL RAFT DI SUPPORTO NELL'ACOBAMBA ABYSS DELL'APURIMAC.



SCORTE ALIMENTARI VICINO AL POSTO MILITARE DI LECHEMAYO.



UNO DEI MEETING POINT ALLA FINE DEL TRATTO DI ACQUE SELVAGGE SULL'APURIMAC, VICINO A SAN FRANCISCO, ANCORA IN PERÙ.

del Colca, il più profondo della terra. La prima parte della spedizione fu di carattere, per così dire, idrologica e topografica: si doveva individuare la vera sorgente del rio Apurimac, il vero punto più lontano dalla foce del Rio delle Amazzoni. Ancora non si sapeva dove fosse. Per questo motivo riuscirono ad avere una grossa sponsorizzazione dalla National Geographic Society, la società anglo-americana che pubblica la nota rivista (conservo gelosamente il numero del "magazine" in lingua del 1987 che pubblica tutto il report della spedizione, n.d.r.). Non senza fatica, data l'altezza della stessa e aiutati dalle foglie di coca masticate sotto i denti, riuscirono ad individuarla e a imbarcarsi dal punto in cui le canoe, le Blazer e le mitiche Dancer della Perception degli anni '80, potevano navigare. Ma a tutt'oggi sorgono dubbi sulla vera sorgente del Rio delle Amazzoni e la querelle è ancora aperta. Piotr riportò, tra le altre cose,

che una delle più difficili situazioni accadde dopo l'alta gola dell'Angostura, nel Black Canyon dell'Acobamba Abiss, il Canyon Nero dell'Abisso Acobamba. Rimasero più giorni, talvolta senza supporto dei raft, in quella che era ancora una zona selvaggia, dove nessuno aveva mai messo piede, men che meno l'aveva percorsa in canoa. Era totalmente inesplorata! Si dovevano anche evitare i contatti con "Sendero Luminoso", l'organizzazione di guerriglia maoista che tuttora esiste in Perù, seppur silente e relegata in una zona molto più ristretta. Sappiamo poi che ogni percorso fluviale ha le sue suddivisioni in zone, conosciute per noi in tratti altissimi, alti, medi e bassi. Anche il rio delle Amazzoni, che nasce ad oltre cinquemila metri, rispetta queste suddivisioni ma su quasi settemila km sono su una scala che proprio non riuscia-

mo ad immaginarci. Eppure, progressivamente le difficoltà diminuirono. Un altro problema, dato dalle distanze, fu quello di individuare i punti in cui il Rio delle Amazzoni cambiava nome, come riferimento geografico per la logistica. Data l'infinita lunghezza del fiume questo assume vari nomi: Rio Apurimac, Ene, Tambo, Ucayali (dalla confluenza con l'Urubamba), e, dalla confluenza con il Marañon, Solimões, per poi finalmente chiamarsi Amazonas.

Piotr Chmielinski e gli altri che si susseguirono nel lunghissimo viaggio fino all'Atlantico, cambiarono le canoe da fiume in veloci kayak da acque piatte, i Cheyenne, sempre della Perception, in polietilene. Anche qui però dovettero fare i conti con le zanzare del Mato Grosso e con tutto quello che serve per una logistica di settimane di navigazione in ambiente selvaggio, cambi di vestiti, ten-

de e cibo non sempre disponibili. Alla parte di acqua piatta, la più lunga, vi prese soprattutto parte un altro kayaker polacco, Marcin Gienieccko, che si sobbarcò qualcosa come oltre tremila km in compagnia di Piotr, ma anche di Joe Kane, che, a onor di merito, percorse quasi tutto il fiume. La spedizione, interrotta in più parti temporaneamente, ma senza soluzione di continuità per ciò che riguarda lo spazio percorso, finì dopo quasi due anni, ma fu un successo clamoroso nel nostro ambiente e, più in generale, in quello delle grandi spedizioni sponsorizzate da National Geographic. La storia della discesa è riportata nel libro "Running the Amazon" ed è scritta in inglese da Joe Kane. Si trova on line, commercializzato anche dalla stessa società a cui fa riferimento proprio il titolo di apertura di questo mio pezzo, doveroso tributo di memoria a dei grandissimi esploratori e canoisti, tuttora celebrati per l'impresa.

AMAZON



IL GRUPPO A LUSIANA, SULL'APURIMAC.



PIOTR CHMIELINSKI SULLA NAVE ROBERTO III DI SUPPORTO VICINO A SANTAREM.



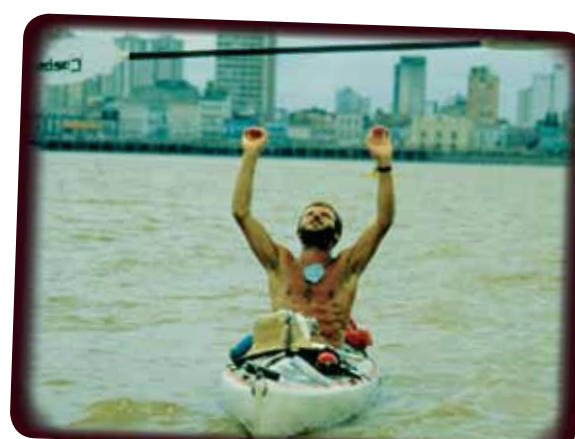
PIOTR E JOE VICINO A BREVES SU FURO TARAPURO.



PIOTR E JOE VICINO A GURUPA.



JOE E PIOTR A PUCALLPA SUI KAYAK DA MARE.



PIOTR CHMIELINSKI QUASI ALL'ARRIVO, VICINO A BELEM SUL FIUME PARA.



A PUCALLPA SULL'UCAYALI, DOVE FU FATTO IL CAMBIO DELLE CANOE DA ACQUE BIANCHE CON I KAYAK DA MARE.



PIOTR E JOE CELEBRANO CON CHAMPAGNE L'ARRIVO DELLA SPEDIZIONE DEL RIO DELLE AMAZZONI A CAPO MAGUARINHO, NELL'OCEANO ATLANTICO.



PIOTR CHMIELINSKI ALLA FOCE DEL RIO DELLE AMAZZONI, AL TERMINE.

REQUIEM PER LA DISCESA FLUVIALE AGONISTICA

TESTO E FOTO:
ANONIMO BREMBANO

Confermando l'apertura della rivista a tutte le voci del mondo della pagaia, pubblichiamo una riflessione di Anonimo Brembano sullo stato della discesa agonistica in Italia. Le opinioni espresse, seppur documentate da fatti, rappresentano per i loro giudizi un punto di vista dell'autore e non della redazione.

Ho iniziato tardi a praticare questo sport, da autodidatta, fra mille difficoltà, bagni e altro. Ma nonostante tutto, fu subito amore a prima vista. E l'opzione privilegiata è stata quella agonistica. Però mancava del tutto o quasi un minimo di formazione tecnica; si veniva giù, le gare erano esclusivamente quelle di primo e secondo grado; scendere senza andare a bagno era l'obiettivo minimo.

Poi, negli anni a seguire, è iniziato un lungo cammino. Le prime esperienze sui fiumi appenninici di terzo grado e sul mitico Brembo, nel tratto tra S. Giovanni Bianco e S. Pellegrino. Ogni domenica da fine febbraio-inizio marzo a maggio inoltrato c'era una gara di discesa (e talvolta, anche più di una). Sui torrenti dell'Appennino emiliano, Ceno, Aveto e Trebbia, Parma, Enza, Panaro, Santerno, e soprattutto, sul Taro, il fiume della maratona, il cui spirito è mirabilmente raccontato in un bellissimo scritto dell'indimenticato Carlo Brizzolara⁽¹⁾, ingegnere, scrittore e canoista "veterano", le prime competizioni di inizio stagione. Percorsi (maratona a parte) sui 10-15 Km, un'ora di gara o giù di lì; e per quelli che come me si erano formati nell'agonismo la gara di discesa era soprattutto l'andar per fiumi. Con il fiume si entrava in simbiosi,

andando qualche volta anche a bagno, ma alla fine era sempre una festa, quando alla premiazione applaudivamo il campione, il mitico Marco Previde Massara, vincitore nella sua lunga carriera di ben quattro titoli mondiali. In quei tempi la febbre delle competizioni aveva contagiato un po' tutti; quasi tutti i club canoistici, grandi o piccoli, organizzavano la loro gara, sul loro fiume.

Poi sono venuti anche i fiumi di quarto grado, il Sesia e il Noce, il Passirio, la Stura di Lanzo e l'Adda superiore, e le prime partecipazioni alle gare di Campionati Italiani assoluti. Le canoe, sempre quelle da discesa. Ricordo di aver provato alcune volte ad andare su fiumi di terzo-quarto con le Passirio del Giannetto, non mi ci trovavo, l'acqua mi montava in coperta, ero troppo abituato ai profili dei kayak da competizione. Per contro, una volta ho persino "osato" scendere un tratto delle gole del Brembo con la mia Peinhaupt da discesa, cavandomela più che egregiamente.

Nella seconda metà degli anni 80 ho iniziato ad andare su fiumi anche con le canoe da turismo. Compagno le prime Taifun in polietilene. Le partecipazioni ai raduni, mitico quello di Eygliers in agosto organizzato dalla 4P della FICT (prima FICF), con centinaia di partecipanti,

e le discese su fiumi e torrenti difficili e impegnativi. Ma non ho mai abbandonato il mondo delle gare.

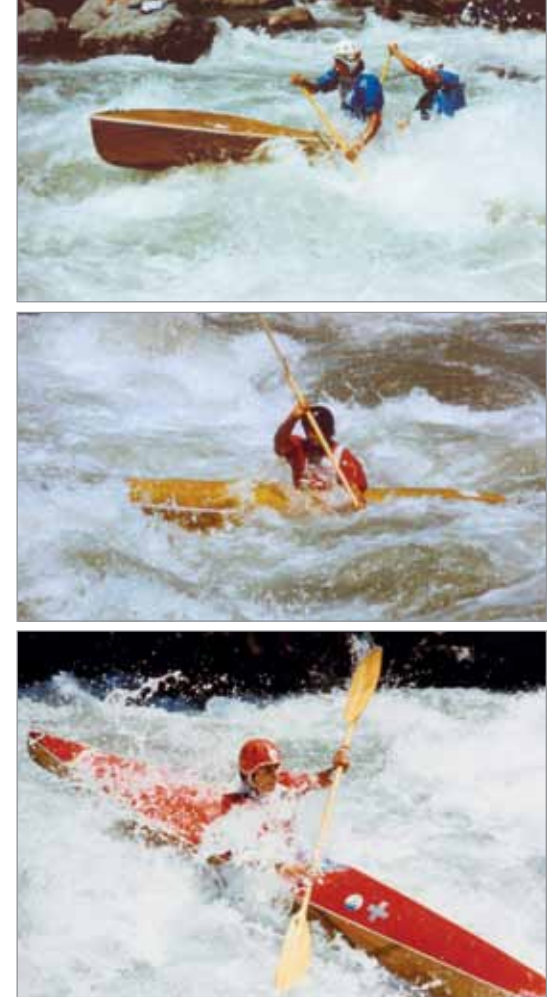
E che gare! Tanto per la cronaca, a quei tempi i Campionati del mondo si disputavano su fiumi quali Lieser, Passirio, Isere, Noce, Soça, quarto grado pieno, e a volte, anche qualcosa in più.

Poi verso la fine degli anni 80, la prima delle innovazioni destinate a cambiare radicalmente la canoa fluviale agonistica: la scoperta delle pagaie a elica, già in uso nella canoa olimpica. Con esse si va certamente più veloce, però è assai più difficile la correzione durante la pagaiata. E come conseguenza, le canoe cambiano forma, diventando estremamente voluminose in punta e scariche al centro. E i torrenti appenninici, particolarmente con livelli medio-bassi mal si discendono con queste imbarcazioni, e al prezzo di notevoli botte e rotture e di un non indifferente aggravio di costi, dato che esse sono per la quasi totalità costruite in fibra di carbonio e resina epossidica, assai care e difficili da riparare. Ricordo una feroce contestazione alla ga-

ra sull'Enza nel 1995 da parte della squadra nazionale svizzera, i cui atleti si erano rifiutati di scendere con un livello idrico ritenuto buono soltanto per distruggere le loro imbarcazioni. Prima dell'avvento di tali canoe le riparazioni delle ammacature erano la regola. Ai Campionati Italiani assoluti del 1981 sul Noce non c'era canoista che tra una discesa di prova e l'altra non fosse indaffarato con resina e carta vetrata. Ma anche questo faceva assolutamente parte delle regole del gioco. Poi, la riduzione a 4,5 Km della lunghezza per le gare di discesa. E le prime vittime di questa "innovazione" sono state la maratona del Taro e la gara sull'Enza superiore, un bellissimo percorso da Selvanizza a Vetto, che nella prima parte scorre in gola non seguito da alcuna strada. E la creazione delle gare "sprint", percorsi di 300-400 metri da compiere in due manche. Il regolamento iniziale prevedeva il miglior tempo, poi si è passati alla somma dei due tempi; adesso mi sembra che la prima manche valga come tempo di qualificazione per l'accesso alla seconda manche finale, riservata ai primi quindici (ora diventati dieci) classificati. E dato che c'è sempre la fila (!) dei partecipanti a tali competizioni, e che si è ben pensato di moltiplicare le categorie (allievi A e B, cadetti A e B, master A, B, C, D, E, F, e non

so quali altre lettere dell'alfabeto, oltre ai C-1 per le categorie allievi, cadetti, ragazzi e quelle femminili, che un tempo non venivano contemplate; si sosteneva, e forse non a torto, che la posizione assunta nella conduzione di una canadese monoposto creasse problemi di postura a ragazzi ancora in crescita; beh, adesso si è deciso che non è più così, più o meno tutti i partecipanti prendono parte alla finale.

Lo scopo della creazione di tali gare sarebbe stato quello di concentrare l'impatto visivo-spettacolare a beneficio di spettatori e di eventuali riprese video, oltre che quello di una miglior gestione dei livelli idrici e della sicurezza. E a tal fine si è iniziato anche a costruire bacini artificiali,⁽²⁾ simili a quelli per le gare di slalom, (spesso veri e propri luna-park acquatici, che stanno al fiume come le palestre artificiali di arrampicata in cartongesso da sagre paesane stanno allo Spigolo Vinci o alla normale del Pizzo Badile in termini alpinistici), adatti a farvi disputare anche delle gare "sprint". E per chi ha percepito le gare di discesa come l'andar per fiumi, questo è stato l'atto che ne ha decretato decisamente la fine. Per converso, osservando quel che c'è in giro oggi, sembra che l'introduzione delle gare "sprint", anziché moltiplicare gli eventi, li abbia decisamente ridotti. Se un tempo



IN APERTURA: ENZA 2002.
A DESTRA: GARA SULL'ADDA SUPERIORE 04/07/1982.

si gareggiava tutte le domeniche, da marzo a fine ottobre, proviamo a dare un'occhiata ai calendari per rendercene conto. E neanche sembra che abbia portato ad un salto di qualità nell'audience; gli appassionati

In tutta Italia con un click.

canoashop.com

Negozi on-line di canoa, accessori e tanto altro.

AI GLORIOSI CADUTI

Percorsi di gare di discesa fluviale uccisi dalla burocrazia delle norme ICF-FICK, nonché dall'assoluta e totale disinteresse di questi organi per questa disciplina.

PIEMONTE - VAL D'AOSTA

Dora Baltea (Pre-St. Didier-La Salle, Chambave, Ivrea)

Stura di Lanzo (Lanzo-Robassomero, Losa-Traves)

Pesio (Chiusa di Pesio)

Pellice (Bobbio Pellice- Torre Pellice)

Orco

Tanaro (Asti-Rocchetta Tanaro)

Vermentagna-Gesso (Tre Fiumi)

Sesia (Balmuccia-Varallo, Scopello-Scopa)

LOMBARDIA

Brembo (S.Giovanni B.-S. Pellegrino)

Adda (Trezzo)-(Lodi)

Adda superiore (Chiuro-Piateda)

Ticino (Robecco-Vigevano, maratona Vigevano-Pavia)

Po (Boretto-Casalmaggiore-Guastalla)

LIGURIA - TOSCANA

Vara (Brugnato)

Magra (Aulla)

Arno (Rignano-Pontassieve)

Sieve

EMILIA-ROMAGNA

Aveto-Trebbia (Salsomino-Marsaglia)

Trebbia (Bobbio-Perino, Ponte Lenzino-Marsaglia)

Ceno (Bardi-Varano de Melegari)

Taro (Maratona, percorso a monte di Borgotaro)

Parma (Corniglio-Miano)

Enza (Selvanizza-Vetto-Ciano)

Scoltenna-Panaro

Santerno

VENETO - TRENTINO A.A. - FRIULI

Noce (Pellizzano-Dimaro, Monclassico-Croviana-Caldes, Piano-Mestriago)

Passirio (classico, percorso cittadino a Merano)

Adige (Naturno-Tel, Trento)

Avisio

Boite (Borca - Vodo)

Cellina (Claut)



di questo sport non sono certamente aumentati a seguito dell'adozione di tali competizioni.

E in merito al discorso sicurezza, è ben vero che è più facile gestirla in 500 metri piuttosto che in qualche Km di fiume. Va però detto che, a parte la tragica fatalità accaduta nel 1986 sulla Rienz (Andrea, canoista di Padova, andato ad infilarsi in un'ansa di un cavo di acciaio lì in mezzo al fiume da chissà quando in un tratto di primo grado e annegato), assolutamente imprevedibile, e l'incidente mortale accaduto a Roberta, ai mondiali del 1991 sulla Soça, caduta al traguardo, che gli sciagurati organizzatori sloveni avevano con totale ed assoluta irresponsabilità posto immediatamente a monte di un sifone mortale in cui la sventurata era andata ad infilarsi dopo essersi ribaltata, non ricordo, in oltre vent'anni in cui ho partecipato e/o seguito gare di discesa, di altri incidenti che non si siano conclusi diversamente che con un bagno fuori programma. Credo che nessun canoista sia mai morto in gare sul Trebbia, sull'Enza, sul Taro o sul Brembo.

La discesa fluviale è decisamente snobbata dalla FICK. Non è disciplina olimpica, dicono. Già, perché a questi dirigenti interessa assai più un unico atleta che vada alle Olimpiadi, che non il fatto che ci siano cinquanta persone o cinque-

centomila a praticare questo sport. Oggi vengono imposte misure di sicurezza al limite del ridicolo. Il caso è obbligatorio sul Po o sul Ticino a Pavia, e deve essere del tipo omologato con la targhetta EURO (non so ben che cosa sia). Stesso discorso per i salvagente; non bastano più i 6 Kg (o 60 N) di spinta. Ci vuole l'omologazione EURO anche per loro, dato che, secondo i "sapientoni" dell'ICF e della FICK, che evidentemente hanno molto da fare, è quel pezzetto di stoffa cucito al salvagente che tiene a galla. E questo ha costretto molti a rottamare validissimi prodotti e spendere qualche centinaio di euro per comprarne altri del tutto identici. E non è finita, ci vuole l'ambulanza, il medico, il defibrillatore e magari anche l'elicottero, e forse altro ancora. E a proposito di ambulanza, mi è stato detto che nella Regione Lombardia questa è obbligatoria per qualsiasi manifestazione, anche non sportiva, che preveda un assembramento di persone. Di questo passo, ci vorrà anche all'uscita di ogni chiesa quando viene celebrata la Messa.

È fin troppo chiaro come tutto questo abbia notevolmente lievitato le spese; mettiamoci pure la crisi, i costi di trasporto sempre più elevati; il tutto, oltre ad inutili fastidi burocratici, diventa un onere insostenibile per le Società canoistiche, che al di là delle loro scarse risorse,

possono soltanto offrire il lavoro volontario e spesso bistrattato dei propri soci. E ciò ha solo ed unicamente creato un sentimento di totale e completa disaffezione.

Non ci si lamenti pertanto se non si fanno più gare. Al raduno sul Vara dell'anno prima dell'alluvione, c'erano non meno di mille canoe sul fiume; in alcuni punti non si riusciva a passare tanto era l'affollamento. In una gara nazionale oggi se si arriva a cinquanta persone, è festa.

Meditate, gente, meditate.

Pace e bene

A.B.

Luigi Colombo per gli amici

⁽¹⁾ Carlo Brizzolara, "Il mio avversario Dialma", in "La vita è sport", Oscar Mondadori, Milano, 1982

⁽²⁾ E a proposito di bacini artificiali, vale la pena di leggere questo surreale dialogo:
 "Papa... il en reste encore des rivières?"
 "Euh? Oui...! J'en connais une, à Vichy."
 "Une vraie?"
 "Non! Elle est artificielle: en béton."
 "Tu en connais, des "vraies"?"
 "Oui, mais elles ne sont "vraies" qu'une fois par an, lorsqu'il y a des compétitions de Canoë-kayak"
 "Et pourquoi?"
 "Parce que ces rivières sont "mises en tuyaux" pour fournir de l'électricité. Une fois pour an, on leur redonne leur vérité pour faire plaisir aux kayakistes!"
 "Mais... il en a plus des vraies "vraies"?"
 "Celles qui coulent toute l'année..."
 Puisse ce dialogue ne devenir que ce qu'il est: de la pure fiction!
 (Claude Roggero, "Il reste encore des rivières", Editions Serre, 1979, Prologue)

Il Presidente dell'AISA ci dà uno spaccato sintetico sull'attività con i diversamente abili, densa di impegno e tanta soddisfazione. Un mondo forse lontano che dovremmo comprendere e sostenere maggiormente.



LA

PARACANOA

risultato, lavorando per cercare di gestire al meglio sia l'aspetto psicologico che atletico. È un percorso che allenatore ed atleta fanno insieme dove la caratteristica fondamentale ed imprescindibile è la bidirezionalità delle informazioni. L'allenatore deve capire e trasformare in opportunità i segnali ed i feedback che l'atleta gli fornisce. Cosa fare se poggiare il tallone provoca un arco riflesso con conseguenti contrazioni? E se una lesione spinale incompleta provoca una spinta diversa tra una gamba e l'altra? Come chiudere la catena cinetica in un atleta con un arto inferiore amputato sopra il ginocchio? E se l'amputazione sopra il ginocchio è bilaterale?

Una nostra atleta, con lesione completa a livello D9, quando veniva posizionata sul simulatore accusava delle forti contrazioni ad entrambi gli arti. Perché sulla carrozzina non manifestava questo effetto e sul pagaiergometro sì? Inizialmente pensavamo che la rigidità della seduta fosse la causa dell'arco riflesso e provammo a risolvere il problema ammorbidendo la seduta con presidi vari senza risultati apprezzabili. L'atleta era costretta a sospendere più volte l'allenamento. Poi osservammo che le contrazioni partivano nel momento in cui poggiavamo i talloni sul puntapiedi per la presenza di due lesioni da decubito in via di cicatrizzazione. E bastato evitare questo, con la costruzione di un apposito presidio, per ridurre drasticamente la problematica. Caso analo-

MASSIMO CECCHETTI
PRESIDENTE ASD AISASPORT

go, ma con cause molto diverse, in un atleta con lesione parziale D11 in cui era proprio la lieve spinta a causargli saltuariamente la contrazione che gli provocava la caduta in acqua. Problema risolto con l'applicazione, durante gli allenamenti, di due presidi bloccanti la gamba. Sono degli esempi, di vita reale ed esperienze vissute, che danno l'idea



BREVE VADEMECUM DI PRIMO SOCCORSO

Sarà di certo capitato ad ognuno di noi di assistere (o più sfortunatamente di andare in contro) a qualche piccolo incidente verificatosi durante lo svolgimento di un'attività sportiva. Il più delle volte viene spontaneo voler aiutare, dare una mano a chi ha subito il piccolo incidente. Ma sappiamo davvero cosa fare? Con questo piccolo articolo vogliamo dunque fornire le indicazioni di base per poter aiutare un amico che si è infortunato, sapere come e cosa fare, senza fare e farci male.

TESTO:

FRANCESCA BEVILACQUA

ILLUSTRAZIONI:

PAOLO SAMARELLI

>STRAPPI E DISTORSIONI

Sono tra le lesioni più comuni degli sportivi. Interessano muscoli, tendini e legamenti. Si possono verificare quando uno dei tessuti suddetti viene allungato eccessivamente e torto in maniera completa o parziale a seguito un movimento troppo brusco. Gli strappi muscolari sono solitamente associati a dolore e formazione di ecchimosi nella zona interessata.

Cosa fare? Far poggiare l'arto infortunato, possibilmente sollevato. Mettere del ghiaccio per alleviare il gonfiore ed il dolore. Bendare successivamente la zona interessata con del cotone, assicurandosi di estendersi fino all'articolazione più vicina. In caso di distorsione della caviglia la benda dovrebbe essere posizionata dalla base delle dita fino al ginocchio. Una volta eseguita la fasciatura, lasciare l'arto in posizione sollevata.

Controllare sempre che il bendaggio non sia troppo stretto verificando la presenza dei polsi periferici. In caso di dolore molto intenso ed impossibilità a muovere quell'arto, non esitare a portare subito la persona in pronto soccorso.

>LUSSAZIONI

Si verificano quando le ossa sono parzialmente o completamente dislocate dalla loro naturale posizione. Si associano a dolore ed incapacità di muovere l'arto, l'area colpita di solito appare gonfia, accorciata e/o deforme. Non cercare mai di riposizionare un'articolazione slogata, perché si rischiano solo ulteriori danni a vasi e nervi. A volte può essere difficile distinguerle dalle fratture chiuse. In caso di dubbio vanno trattate come se fossero tali (vedi dopo).

Cosa fare? Far assumere alla persona la posizione che trova più comoda, con meno dolore all'arto interessato, quindi immobilizzarlo con una fasciatura. Nel caso in cui fosse lussato un arto superiore si può anche eseguire un'ulteriore fasciatura per immobilizzare il braccio contro il torace. In caso di lesioni alle mani o alle dita, è importante togliere quanto prima anelli e bracciali per evitare che con il gonfiore poi non si riescano più a togliere. Cercare di proteggere la mano avvolgendola in un panno pulito e fissarla sul torace con una fasciatura, lasciando la mano posizionata verso l'alto.

>FRATTURE

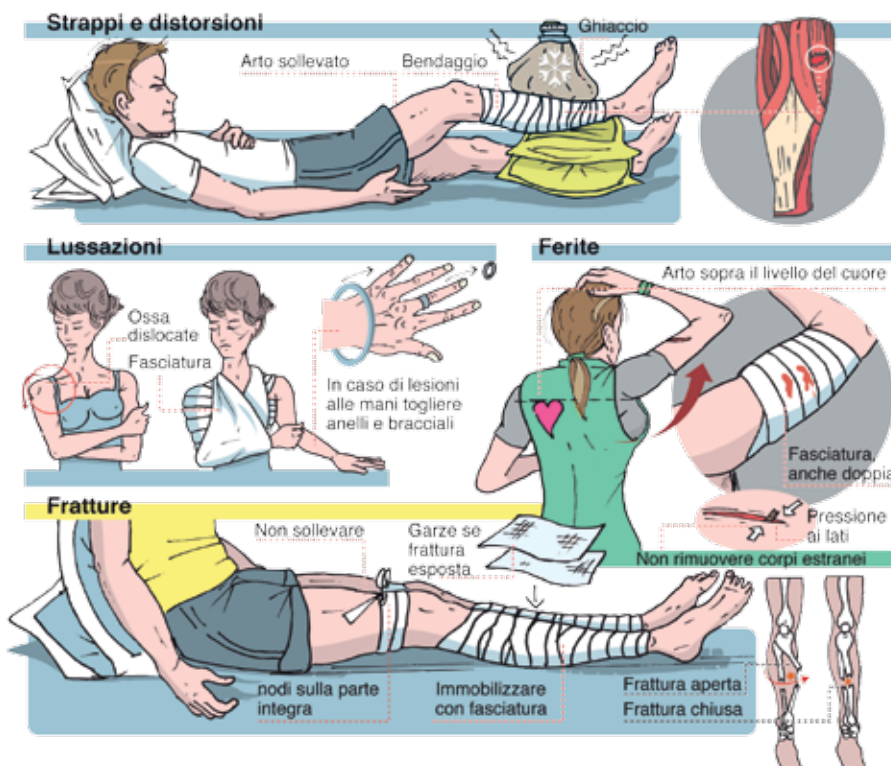
Si dividono in aperte e chiuse a seconda se parte dell'osso sia esposta o meno dalla superficie cutanea. Nelle chiuse la cute intorno all'osso resta integra, ma comunque la frattura potrebbe causare un sanguinamento interno. Si definiscono poi stabili o instabili a seconda se le estremità fratturate dell'osso siano libere di muoversi o meno.

Cosa fare? Tenere l'arto fermo afferrandolo dalle estremità opposte della frattura fino a quando non venga immobilizzato con un apposito bendaggio. Nel caso di fratture dell'arto inferiore, spostare l'arto sano vicino a quello fratturato e legarli l'uno all'altro con una fasciatura ben stretta. I nodi della fasciatura non vanno mai eseguiti direttamente sulla frattura, ma sulla parte integra dell'arto. Non sollevare un arto fratturato! In caso di frattura esposta bisogna prima coprire con delle garze sterili la ferita e l'osso protruso, successivamente eseguire una fasciatura per tenere le garze in posizione e dopo immobilizzare. Non premere mai direttamente sull'osso esposto. Non spostare la persona fino a che l'arto non sia stato immobilizzato.

>TRATTAMENTO DI FERITE CON SANGUINAMENTO

Se ci si è tagliati e la lesione è profonda, innanzi tutto sollevare l'arto sopra il livello del cuore ed esercitare pressione sulla zona del sanguinamento. Se ci fosse un corpo estraneo non rimuoverlo, né premere su di esso, ma esercitare pressione ai lati dello stesso, come per far riavvicinare i lembi della ferita. Eseguire quindi una fasciatura tale che possa mantenere una buona pressione da esercitare sulla zona del sanguinamento. Se il sangue dovesse continuare ad uscire anche con la fasciatura, eseguirne una seconda, ben stretta sulla prima. Controllare sempre che la persona non perda conoscenza a causa del sanguinamento eccessivo. Se la vittima riprende a muoversi e a respirare normalmente, mettetela in posizione laterale di sicurezza e restatele vicino, controllando che continui a respirare con regolarità.

È IN OGNI CASO BENE RICORDARE CHE A PRESCINDERE DA QUALE TRAUMA SI SIA VERIFICATO, PUÒ COMUNQUE ESSERE UTILE TRASPORTARE LA PERSONA PRESSO IL PIÙ VICINO PRONTO SOCCORSO DOPO AVERLE PRESTATO LE PRIME CURE NECESSARIE.



FICT NEWS

Come anticipato nell'Editoriale sono tante le novità che riguardano la nostra Associazione:

1. Abbiamo chiuso il C/C postale e quindi tutto è stato spostato sul Credito Valtellinese (mi raccomando non inviare nessun bonifico o bollettino postale sul vecchio conto!):

FICT - FEDERAZIONE ITALIANA CANOA TURISTICA

CREDITO VALTELLINESE - CODICE IBAN IT86G052160323000000005390

BIC/SWIFT BPCVIT2S

2. Abbiamo rinnovato completamente il sito della FICT, ampliandone le caratteristiche e funzionalità sia dal punto di vista esterno che da quello amministrativo. Non tutto è perfetto ma sistemeremo le imprecisioni nel tempo. Come sempre suggerimenti e segnalazioni sono gradite (info@canoa.org). Particolare enfasi è stata posta sull'anagrafica dei Soci che ora possono verificarla e aggiornarla indipendentemente dal Club di appartenenza. Tutti i Soci sono pertanto invitati a controllare la propria anagrafica. Ricordo che l'anagrafica è indispensabile per l'Assicurazione e per la ricezione di questa rivista. TUTTI i campi vanno riempiti correttamente e la propria mail DEVE essere presente e UNIVUCA.

3. Abbiamo aperto la trattativa con la FICK del CONI, che ha dimostrato finalmente una visione più conciliante nei nostri confronti per arrivare ad un Protocollo di Intesa che riconosca il valore della FICT in campo turistico-amatoriale. Gli sforzi e la serietà dimostrata in tanti anni di attività potranno finalmente essere premiati e questa stessa rivista si arricchirà con contributi provenienti dal mondo agonistico. Il nuovo presidente del CSP (Comitato Sport per tutti) ed il Presidente Federale hanno dato

la loro disponibilità all'accordo. Vogliamo tutti un clima sereno e unitario nel nostro sport che superi le attuali frammentazioni e riconduca i Paddle Sport ad una visione unitaria delle attività. È un passo storico a cui noi tutti teniamo particolarmente. Verrete successivamente informati sul Protocollo di Intesa che pubblicheremo sul Sito nella sezione Documentazione.

4. Stiamo lavorando per effettuare le modifiche necessarie allo Statuto vigente per consentire il passaggio ad APS (Associazione di Promozione Sociale) della FICT, con tangibili vantaggi per i Club affiliati. Verrà fissata (probabilmente fra fine Marzo ed inizi Aprile) la data per un'Assemblea Straordinaria di approvazione del nuovo Statuto che avverrà per VIA TELEMATICA, consentendo a tutti i Soci di poter votare in piena segretezza. La proposta di nuovo Statuto verrà pubblicata sul sito nella prima quindicina di Marzo per poter raccogliere eventuali osservazioni e correzioni da parte degli Associati (mailto: info@canoa.org). Le modalità di voto avverranno con credenziali individuali e collegandosi ad un sito specifico che verrà comunicato. In questo modo riteniamo di poter allargare la base dei partecipanti alla vita dell'Associazione. Ricordo inoltre che per essere iscritti al Registro Nazionale delle APS serve una presenza in 5 Regioni e 20 Province/Aree Metropolitane, per cui i Club che vogliono darci una mano, purché aventi sedi fisiche reali con strutture da ufficio, si dichiarino disponibili. Non ci sono costi o problematiche di tipo fiscale e Amministrativo.

Giuseppe Spinelli
Presidente FICT

APPUNTAMENTI

Raduno Federale di Primavera
10-11-12 Marzo 2017
sul Fiume Vara.

Venerdì 10
Pre-Raduno ore 21:00

Sabato 11
Raduno Federale

Domenica 12
Raduno Federale
ore 16:00 GRANDE RIFFA!!

Edoardo : 327/1088219 Walter : 338/9998561

APPUNTAMENTI

PADDLEFEST
19 MARZO 2017
vicino

programma

09:00 RITROVO al Parco Robinson in strada lungo Ticino a Vigevano
per iscrizioni, consegna magliette e organizzazione recupero

11:00 DISCESA da Cerano a Vigevano
percorso di circa 15 km di 1° grado con 1 solo passaggio di 11° grado

FINE DISCESA pranzo convenzionato presso il Parco Robinson (risotto e salamella)
a cura dello Chef del ristorante la Podazzera di Vigevano.

15:30 RIFFA e premio per il gruppo più numeroso

PROVE LIBERE delle canoe Dragorossi e Rainbow kayak e dei SUP della SAFE
all'indomani prima della partenza e allo sbarco nel pomeriggio
(Possibilità di pernottare in tenda o camper il sabato sera)

Info: Alberto 349 5540578
Prenotazioni sul sito RAFTINGSULTICINO.IT

APPUNTAMENTI

L'IMPORTANZA DI CONOSCERE LO STATUTO DELL'ASSOCIAZIONE

Lo Statuto riporta le regole che disciplinano lo svolgimento dell'attività condivisa tra soci. L'attività associativa è per definizione senza scopo di lucro e democratica. Per questo motivo il legislatore riconosce alle associazioni che rispettano questi principi alcuni benefici contabili e fiscali. Per sancire questo scambio nello Statuto devono essere inserite alcune clausole obbligatorie.

- > Divieto di distribuire, anche in modo indiretto, utili o avanzi di gestione.
- > Effettiva partecipazione dei soci alla vita associativa.
- > Diritto di voto per gli associati maggiori di età per approvare e modificare lo Statuto e i regolamenti e per nominare gli organi direttivi dell'associazione.
- > Eleggibilità libera degli organi amministrativi; principio del voto singolo; sovranità dell'assemblea dei soci, e criteri di loro ammissione ed esclusione.
- > Obbligo di rendiconto economico-finanziario e modalità per la sua approvazione.
- > Criteri e forme di pubblicità per le convocazioni assembleari; la determinazione della quota o contributo associativo che deve essere non trasmissibile e non rivalutabile.
- > Obbligo di devolvere il patrimonio dell'ente, in caso di suo scioglimento per qualunque causa, ad altra associazione con finalità analoghe o ai fini di pubblica utilità.

Il discorso del divieto della distribuzione degli utili ha dato adito a innumerevoli incomprensioni da parte degli organi delle Associazioni e degli associati e va compreso invece a pieno perché è oggi oggetto di controlli a tappeto da parte della Pubblica

Amministrazione. Le Associazioni hanno l'obbligo di reinvestire tutti gli utili e gli avanzi di gestione esclusivamente per lo sviluppo delle attività necessarie al perseguimento dello scopo istituzionale. A riguardo si fa presente che non è vietato il riconoscimento di compensi ad associati (esempio: compensi corrisposti ad un istruttore o ad una guida) che svolgono effettivamente determinate mansioni o a persone che svolgono un determinato lavoro all'interno dell'Associazione (esempio: spese per la pulizia degli spogliatoi, per lavoro di segreteria). Queste forme di corresponsione sono possibili finché vengono concesse nei limiti della legittimità dell'attività svolta senza scopo di lucro e nelle proporzioni determinate dai movimenti delle entrate e delle uscite evidenziate nel rendiconto annuale. Dunque è sulla base delle dimensioni dell'associazione, delle proporzioni della sua attività e dei suoi flussi di entrata e di uscita che sarà possibile decidere come e quanto corrispondere di compensi a collaboratori o istruttori o dipendenti senza che si configuri una distribuzione indiretta di utili (occorre, come dice l'Agenzia delle Entrate nella Risoluzione n. 9 del 25 gennaio 2007, valutare caso per caso se il cumulo di varie tipologie di compensi in capo al medesimo soggetto si traduca in una sostanziale elusione del divieto di distribuzione indiretta tra i soci dei proventi dell'attività sociale, anche in considerazione della proporzione della compagine sociale). Anche la corresponsione di emolumenti ai componenti degli organi amministrativi e di controllo può configurarsi come distribuzione di utile e, anche in questo caso, la definizione di compenso dipenderà: dal dettato del-

lo statuto, dalle dimensioni e proporzioni che caratterizzano l'associazione. Certamente è considerata redistribuzione di utile lo sconto su corrispettivi richiesti ai soci.

Altra questione importante è il principio di democraticità. Esso si riconosce nell'eleggibilità libera degli organi amministrativi, nel principio di voto singolo, nella sovranità dell'Assemblea dei soci, nella determinazione dei criteri di ammissione o di esclusione degli associati, nell'intrasmissibilità della quota, nel riconoscimento ad una partecipazione continua (e non temporanea) degli associati e degli iscritti alla vita dell'associazione, nel diritto di voto per l'approvazione e le modifiche dello statuto e dei regolamenti e per la nomina degli organi direttivi. In altre parole in una associazione senza scopo di lucro vige il diritto dei soci a partecipare alle Assemblee, ad incidere quindi sulle decisioni che costruiscono giorno per giorno, anno dopo anno la vita associativa e la struttura dell'associazione. Insomma l'associazione non è una creatura che nasce e cresce per la volontà espressa di un padrone che fa il Presidente che muove le fila degli associati. L'associazione è un organismo composto da più soci che si riuniscono per comunione di intenti e che firmano tra loro un atto costitutivo e uno statuto per regolamentare l'esercizio di un'attività che condividono. Ciò che prevale in questo stato di cose non è la posizione del singolo e l'attività o l'intento del singolo, ma il fine associativo e l'attività associativa. Chi pone davanti a tutto la singola posizione, la personale attività e la propria iniziativa deve orientarsi verso diverse forme societarie.

ECONAUTA

il piacere della scoperta al ritmo della natura



Kayak da mare

Viaggi nomadi da un giorno a una settimana

Elba
Arcipelago toscano
Corsica
Bocche di Bonifacio
Arcipelago poniziano

tel 0565 976707 - cell 333 2653079
www.econauta.net
info@econauta.net



ECONAUTA di Umberto Segnini

FIUMI E TORRENTI DELLA VALCHIAVENNA



Continua il racconto sulle meraviglie della Valchiavenna egregiamente documentate dall'amico Luigi

TESTO E FOTO:
LUIGI COLOMBO

IL TORRENTE LIRO, DAL PONTE TRA CHIAVENNA E MESE, 1 KM PRIMA DELLA CONFLUENZA NEL MERA.

IL TORRENTE LIRO

Affluente di destra del Mera a Chiavenna, scende dalla Valle Spluga. Ha origine dal versante meridionale del Pizzo Tambò, nella zona del Passo dello Spluga, e già a Montespluga (1910 m s/m) una diga ne sbarrava il corso, dando origine all'omonimo lago. Sotto la diga il Liro scorre nella gola del Cardinello, dove forma numerose pozze di acqua verde; l'ideale per rinfrescarsi in una calda giornata estiva!

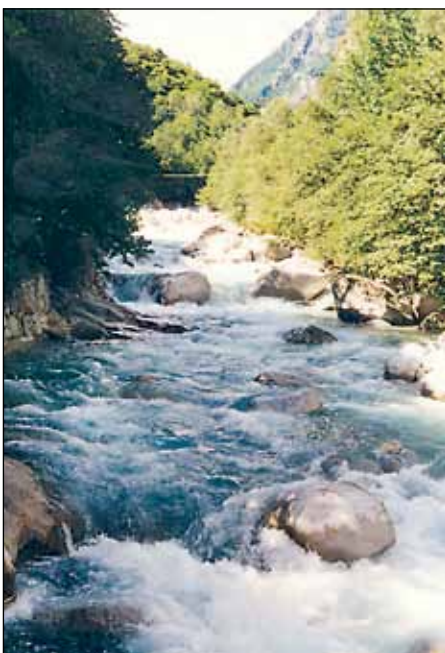
All'altezza dell'abitato di Torni, più o meno all'uscita della gola del Cardinello, il Liro è navigabile, quando c'è l'acqua, per circa 1 Km fino al lago artificiale di Isola. Più sotto, un altro tratto è fattibile, fino alla diga dell'invaso di Portarezza, in comune di Campodolcino. Poi sotto, assolutamente non navigabile per 500 m per eccessiva pendenza. Nella successiva piana di Vho, è navigabile per circa 1 Km fino alla località Cimaganda. Da qui in giù, il Liro scende con pendenze impressionan-

ti; è comunque molto difficile trovare acqua. Con la portata giusta (2-3 mc/sec max) si può tentare di scendere qualche tratto tra Lirone e S. Giacomo Filippo; da quel poco che si è riuscito ad ispezionare, le difficoltà canoistiche sono estreme.

Sotto S. Giacomo Filippo, orrido assolutamente impraticabile.

Affluenti del Liro navigabili in canoa sono il Rio Val Loga, il Rio di Val Febbraro e lo Scalcoggia.

IMMAGINI DEL TORRENTE LIRO TRA CIMAGANDA E S. GIACOMO FILIPPO.



SCHEDA TECNICA

TRATTO ALTISSIMO

Accesso: SS 36 da Chiavenna fino a Campodolcino, poi per Isola; da qui a sinistra per una stradina non asfaltata fin alla località di Torni. Attenzione! Non proseguire oltre un cartello con la scritta "Divieto di accesso ai non autorizzati"; le multe sono salate!!! Un centinaio di metri più a monte si trova il punto di imbarco, sotto un impraticabile, a q. 1280 m s/m.

Sbarco: al lago di Isola, a q. 1250 m s/m.

Lunghezza: circa 1 Km.

Dislivello: 30 m.

Pendenza media: 30 per mille.

Portata: 4-6 mc/sec.

Difficoltà e punti particolari: all'inizio, sotto il passaggio impraticabile, rapida fra massi, WW 5; poi, WW 3-4 torrentizio. Verso la fine, il torrente si divide in due rami; se c'è poca acqua, meglio prendere a sinistra.

Epoca favorevole: mesi di disgelo (maggio-giugno), o dopo piogge.

Inquinamento: assente

NOTA: POCO PIÙ A MONTE, IN CORRISPONDENZA DELLE LOCALITÀ Torni (SINISTRA IDROGRAFICA) E Mottaletta (DESTRA IDROGRAFICA), A MONTE DELL'IMPRATICABILE, C'È UNA CASCATA DI CIRCA 7 METRI CHE SEMBREREBBE FATTIBILE; SI DICE CHE QUALCUNO L'ABBA DISCESA; INFORMAZIONE DA VERIFICARE.

TRATTO ALTO

Accesso: SS 36 da Chiavenna per Campodolcino e poi per Isola.

Imbarco: a monte o a valle della seconda galleria stradale di protezione sulla strada tra Campodolcino e Isola, a q. 1170 m s/m.

Sbarco: all'invaso di Portarezza, in comune di Campodolcino, a q. 1060 m s/m.

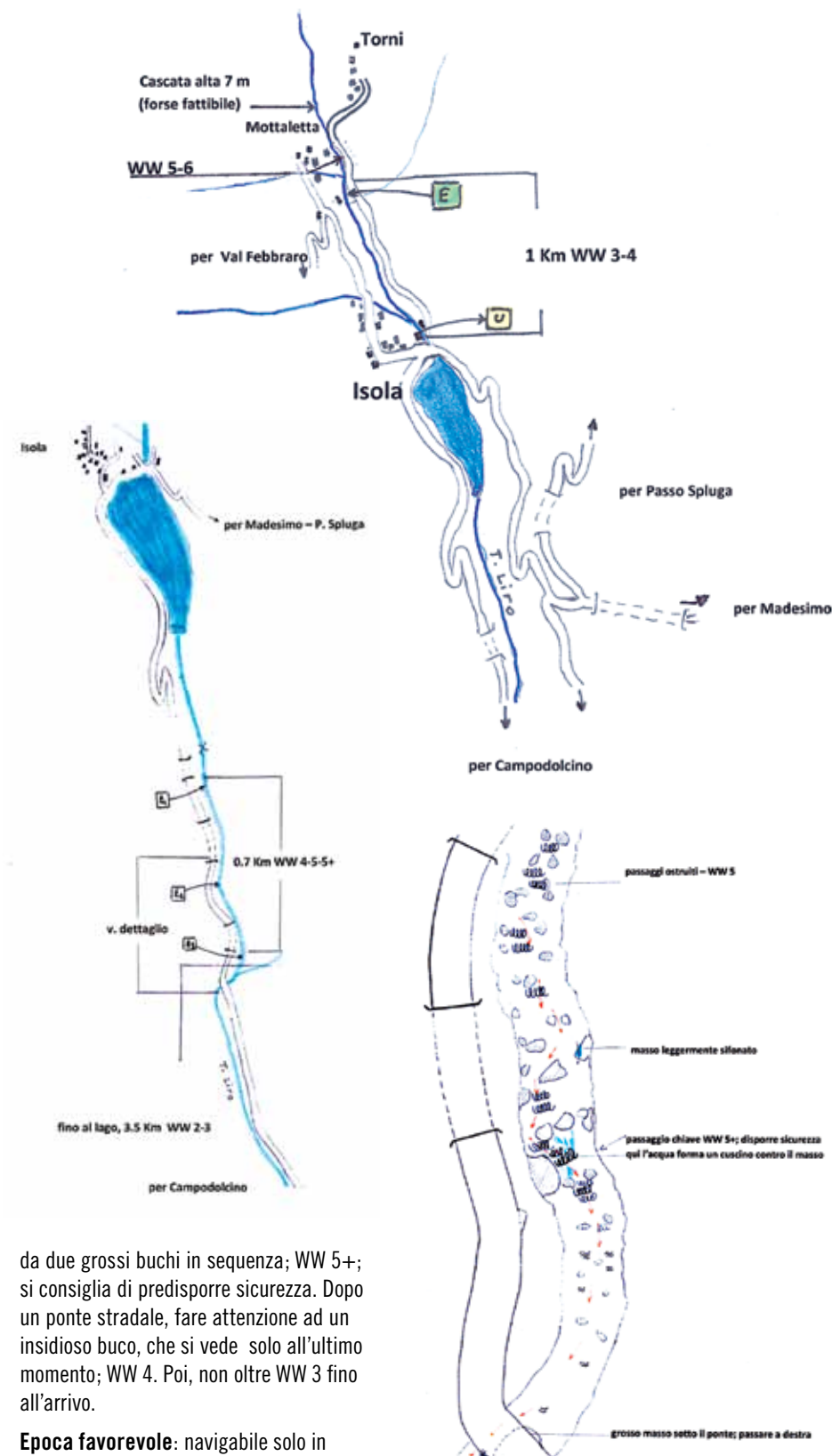
Lunghezza: 4.2 Km.

Dislivello: 110 m.

Pendenza media: 26 per mille.

Portata: discendibile con almeno 5 mc/sec.

Difficoltà e punti particolari: la prima parte, difficile; a valle della seconda galleria, rapida ostruita, a forte pendenza, WW 5; poi dopo un breve tratto meno difficile, poco a valle della prima galleria paramassi, la rapida più impegnativa del percorso, costituita da un salto da fare in obliquo a ridosso di un masso sulla destra, seguito



da due grossi buchi in sequenza; WW 5+; si consiglia di predisporre sicurezza. Dopo un ponte stradale, fare attenzione ad un insidioso buco, che si vede solo all'ultimo momento; WW 4. Poi, non oltre WW 3 fino all'arrivo.

Epoca favorevole: navigabile solo in occasione di rilasci (molto rari!!!), o di abbondanti piogge.

Inquinamento: scarso.

TRATTO DI VHO

Accesso: SS 36 da Chiavenna; in località Cimaganda, prendere una stradina asfaltata per la località Vho. Il tratto è navigabile solo dopo piogge, o dopo prolungato disgelo, o in occasione di rilasci (rari!).

Imbarco: per raggiungere il punto d'imbarco bisogna percorrere per circa 10 minuti canoa in spalla, un tratto del sentiero della vecchia "Via Spluga" in direzione Campodolcino fino ad un cartello con l'indicazione "SCRIBAITA"; da qui si accede facilmente al torrente. Il punto d'imbarco, a q. 935 m s/m, è proprio in corrispondenza dell'imbocco a monte della galleria stradale sulla SS 36; in questo punto il Liro è attraversato da una condotta sospesa.

Sbarco: alle prime case di Cimaganda, a q. 900 m s/m. Da qui in giù ha inizio un tratto estremo, con cascate e passaggi al limite della praticabilità.

Lunghezza: 1.6 Km.

Dislivello: 35 m.

Pendenza media: 22 per mille.

Portata: fattibile con non meno di 5 mc/sec.

Difficoltà e punti particolari: all'inizio, WW 4 torrentizio, poi più facile. Poco prima dello sbarco, subito prima di un ponticello, un salto artificiale; valutare secondo la portata.

Epoca favorevole: la navigabilità di tutto il Liro è fortemente condizionata dalla regimazione idrica.

Inquinamento: scarso.

TRATTO INFERIORE (da Cimaganda a S. Giacomo Filippo)

Come già accennato, questo tratto presenta pendenze e difficoltà estreme (WW 5-6 e X). Estremamente difficile trovare le condizioni di acqua giusta; o non ce n'è, o ce n'è troppa, in caso di prolungate piogge. Un eventuale tentativo di discesa in canoa potrebbe essere fatto con non oltre 2-3 mc/sec.

Da quanto si è potuto ispezionare, vi sono tratti con salti, passaggi molto impegnativi, anche ostruiti; spesso difficoltà estreme; sono presenti tratti impraticabili; in particolare, una spettacolare cascata-orrido a S. Giacomo Filippo, sotto il ponte della strada per Olmo - S. Bernardo.

RIO VAL LOGA

È l'affluente più settentrionale del Liro. Ha origine dal versante SW del Pizzo Tambò e percorre l'omonima valle per circa 3-4 km, prima di formare, insieme con altri rii, il lago di Montespluga, a 1910 m s/m, in comune di Madesimo.



Epoca favorevole: mesi di massimo disgelo (giugno), preferibilmente nel tardo pomeriggio. Se sul sentiero per il bivacco Cecchini c'è ancora neve, si può far scivolare la canoa trainandola verso l'imbarco, e compiere un imbarco svizzero lasciandosi scivolare sulla neve direttamente nel torrente: un'esperienza da provare!

Inquinamento: nullo; acqua da bere.

NOTA: AMBIENTE SPLENDIDO; LA DISCESA SI SVOLGE CON LA VISTA MOZZAFIATO DEI TREMILA INNEVATI DELLA VALLE SPLUGA.



PER SAPERNE DI PIÙ

CARTOGRAFIA

● Kompass, 1:50.000, foglio n. 92, Chiavenna - Val Bregaglia.

● Carta Nazionale Svizzera 1:50.000, foglio n. 278, Disgrazia.

BIBLIOGRAFIA

● Libero Della Briotta - Comunità alpine fra Lombardia e Svizzera: la valle di S. Giacomo, Sondrio, 1979.

● Dario Benetti-Massimo Guidetti - Storia di Valtellina e Valchiavenna - Jaca Book.

● Thomas Riedli - La strada del Cardinello - Storia e documenti, Chiavenna, 2007.

● Guido Lisignoli - Bregaglia, Rotalit edizioni, 1996.

● Guido Lisignoli - Le più belle escursioni, Lysis, 2008.

● Mario Vannuccini - Escursionismo e alpinismo facile in Valtellina e Valchiavenna, Lysis, 2002

● Via Spluga, Camminare attraverso culture diverse, edito a cura del Consorzio per la promozione turistica della Valchiavenna.

● Valchiavenna Vacanze - Periodico edito a cura del Consorzio per la promozione turistica della Valchiavenna, vari numeri.

● Guglielmo Granacci - Nuova guida ai fiumi d'Italia, Longanesi, Milano, 1990.

● Guglielmo Granacci - Carta fluviale del fiume Mera, ad uso di canoisti e navigatori fluviali.

● Vie d'acqua in Valtellina, IKONOS, Bergamo, 1992.



IMMAGINI DEL RIO VAL LOGA.
FOTO (SOPRA) DI GIORGIO COLOMBO.

AISA



TESTI E FOTO:
MASSIMO CECCHETTI
FARMACISTA, PRESIDENTE ASD AISASPORT
DAL 2011. ISTRUTTORE FICK ACQUA PIATTA
ED ISTRUTTORE FICK DI PARACANOVA



L'ASD AISASport nasce nel 2003 come espressione sportiva dell'AISA Onlus e svolge la sua attività sulle rive del lago di Castelvetro. AISA è l'acronimo dell'Associazione Italiana per la lotta alle Sindromi Atassiche. L'atassia è una malattia caratterizzata da una progressiva riduzione della coordinazione dei movimenti muscolari rendendo difficoltosa l'esecuzione dei movimenti volontari. L'osservazione che l'esercizio fisico coordinato, come quello del kayak, provoca un rallentamento della progressione della patologia, ci ha spinto ad affrontare questa sfida ed a trasformare una struttura fatiscente, che durante le olimpiadi di Roma costituiva la biglietteria delle gare olimpiche di kayak, in una sede piccola ma funzionale ed iniziare questa attività.

Gli anni successivi, grazie anche all'esperienza acquisita sul campo ed attraverso corsi di specializzazione, abbiamo allargato la nostra "offerta" a tutte le persone con disabilità che avevano il desiderio di cimentarsi con lo sport della canoa per cercare di tirar fuori l'atleta che è dentro ognuno di noi.

Oggi, grazie a tutto il lavoro svolto, ai protocolli di intesa siglati con importanti centri quali il Santa Lucia di Roma ed ai risultati sportivi ottenuti, siamo uno dei centri

di riferimento per l'handykayak ed una delle prime società in Italia nell'ambito della Paracanoa, di cui siamo polo di specializzazione nazionale (unico nel centro Italia) all'interno della FICK che, pur tra mille difficoltà, ha la ferma volontà di continuare la strada intrapresa per dare la possibilità di praticare sport, e magari di affermarsi, a chi pensava o credeva di non averne più la possibilità. Parallelamente a questa attività, che rappresenta la nostra mission principale, a partire dal 2010 abbiamo dato il via ad un progetto C.A.S. con lo scopo di avvicinare i ragazzi allo sport della canoa dando ancora più valore al concetto di integrazione. Grazie a questa scelta l'ASD AISASport negli ultimi anni si è affacciata alle gare di acqua piatta dove i nostri ragazzi cominciano a fare esperienza e ci rende l'unica società di canoa in Italia ad aver fatto un percorso inverso: la disabilità che apre alla normalità.

Da anni occupiamo posizioni di vertice all'interno della classifica nazionale di Paracanoa della federazione. Questo non solo grazie all'attività dei nostri volontari ma anche per i risultati sportivi ottenuti, in ambito nazionale ed internazionale, durante tutti questi anni di attività. Ultimi in ordine di tempo le 5 medaglie d'oro conquistate nel K1 200m categoria TA, nel K1 500m LTA, nel

K2 200m LTA, nel K2 200m B1 e nel K4 200m Star, le 2 medaglie d'argento nel K1 200m LTA e nel V1 200m LTA, la medaglia di bronzo 500m LTA conquistate dai nostri atleti Giannini Simone, Bogdan Marius, Di Gaetano Giuseppe e Scognamiglio Alessandro agli ultimi campionati assoluti di Milano (Idroscalo) svoltisi la scorsa estate.

Molto sviluppato anche il settore del Dragonboat, per due motivi fondamentali: 1) la spiccata caratteristica socializzante e 2) la fruibilità, con gli opportuni accorgimenti, da parte degli atleti di Paracanoa.

La convocazione, in qualità di tecnico, del nostro Direttore Sportivo, Filiberto Desideri, alle recenti Paralimpiadi di Rio De Janeiro, è stato per noi motivo di vanto.



Via Dei Pescatori, 1
Castelvetro (RM)

Presidente:

Massimo Cecchetti 342 6140541
aisasport@libero.it
presidente@aisasport.it
www.aisasport.it

DONATO CONSERVA PRESENTA: I KAYAK ARTISTICI FATTI A MANO



Quando tecnologia, eccellenza creativa e bellezza trovano un punto di sintesi nelle mani di un abile artigiano nascono prodotti unici destinati a colpire i sensi. Questi kayak, costruiti rigorosamente a mano con la passione artigianale di un tempo ma con materiali pregiati e tecniche all'avanguardia, sono stati progettati per rendere il massimo della bellezza, del confort e della sicurezza oltre all'alto livello estetico.

Donato Conserva, figura espertissima della costruzione navale a capo di uno staff di giovani talenti, costruisce questi gioielli con **compensati marini pregiati** (non in listelli di legno o "legno" come troppo genericamente viene liquidato l'argomento) **le migliori resine epossidiche e stratificati con speciali tessuti in fibra di vetro**

Questo accurato processo produttivo è finalizzato a raggiungere il nostro obiettivo principale: offrire ai nostri clienti standard di sicurezza elevatissimi senza rinunciare alla leggerezza e alla robustezza.

Lo scafo è diviso in cinque compartimenti stagni che garantiscono il massimo della galleggiabilità e della sicurezza; le linee della carena sono

studiate e modellate per consentire la massima performance e stabilità anche con mare agitato.

Il pozzetto, ampio e comodo, la poltroncina e lo schienale imbottiti e tappezzati con eco-pelle, il puntapiedi ampio e regolabile rendono il posto di guida confortevole come in una vettura di lusso. I gavoni, due a prua e due a poppa, consentono il trasporto di materiale e compiere lunghi percorsi in mare. Sicurezza, confort, stabilità, galleggiabilità (il compensato marino è un galleggiante naturale) e capacità di carico sono le qualità essenziali in un kayak da mare, soprattutto per chi ama le lunghe spedizioni:

La stratificazione, il trattamento con resine epossidiche, prodotti poliuretanici e acrilici garantiscono alle **nostre barche duratura e brillantezza quasi illimitate nel tempo**. Inoltre, grazie a questi trattamenti **non hanno bisogno di alcuna manutenzione**. **L'unica "manutenzione":** Lavarle con acqua dolce dopo l'uso.

L'estro e l'eleganza del "made in Italy" completano questi autentici capolavori, unici sul mercato, che, **su richiesta, si possono personalizzare**.

Le nostre barche hanno **un solo difetto: sono troppo belle...** sono talmente belle che non sembra vero poterle utilizzare; in realtà non chiedono di meglio.

SUL NOSTRO SITO WWW.DONATOCONSERVA.IT
POTRETE VEDERE MOLTO DI PIÙ ANCHE IN VIDEO.



K 170 SPECIFICATIONS

Building materials: fine marine plywood, epoxy resin, special fiberglass cloth.

Length: 17' - **Lunghezza:** 5,18 m

Beam: 25" - **Travature:** 43,18

Midship hull depth: 12"

Watertight compartments: 5

Forepeaks: 2 - **Gavoni di prua:** 2

Afterpeaks: 2 - **Gavoni di poppa:** 2

Passengers: 1

Weight: 55 lbs - **Peso:** 25 kg

Max load: 350 lbs - **Carico max:** 160 kg

*Dimension and weights are approximate
as handmade products.*



Donato Conserva
Kayak classici realizzati a mano
Italian Hand Crafted classic Kayaks



RISCOPRI IL FASCINO DELL'ARTE



Donato Conserva – Martina Franca (TA)
Kayak Classici Realizzati a mano
www.donatoconserva.it



OZONE KAYAK

WWW.OZONEKAYAK.COM

VIA NOALESE 46 QUINTO DI TREVISO

INFO@OZONEKAYAK.COM

TEL. 0422 370 215