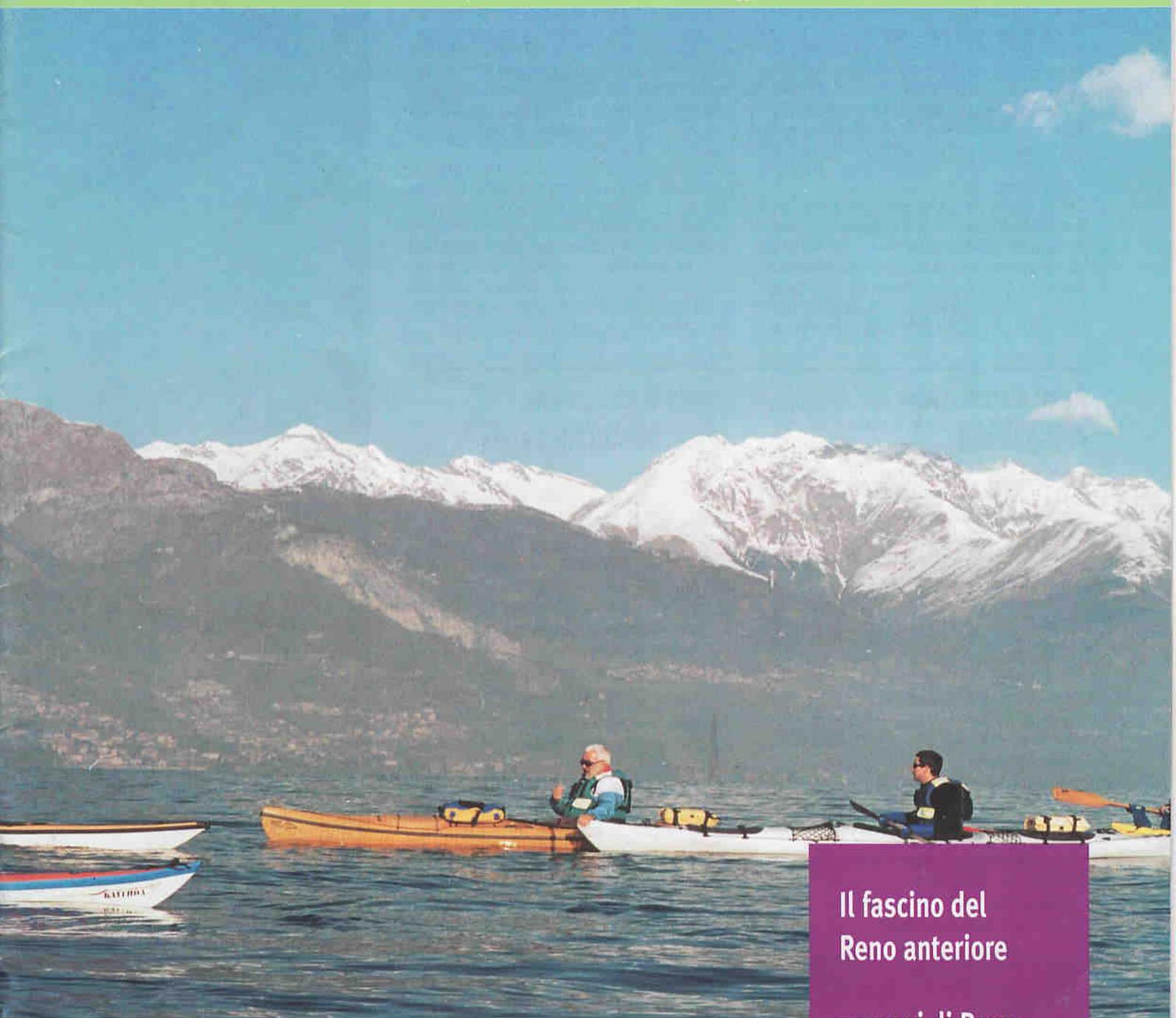


# PAGAIANDO

PERIODICO DI INFORMAZIONI A CURA DELLA FEDERAZIONE ITALIANA CANOA TURISTICA

Anno VII - n° 1 - febbraio 2004 - Sped. in A.P. - 45% - Art 2 comma 20/b legge 662/96 Filiale di Sondrio



## INVERNALE sull'Alto Lario

Il fascino del  
Reno anteriore

30 anni di Parco  
Ticino

La formazione dei  
tecnici FICT

# AFFILIAZIONE (& ERRATA CORRIGE)

Come vi abbiamo annunciato nello scorso numero di Pagaiando (dicembre 2003), per l'anno in corso la nostra Federazione non si è potuta esentare da alcuni piccoli ritocchi sulle quote di affiliazione, che trovate in questa stessa pagina, più in basso. Sono state anche introdotte altre novità per quanto riguarda le modalità di versamento delle quote sia per club che per singoli soci. Tali modalità sono state presentate nella circolare n. 2, allegata insieme ai bollettini di conto corrente postale al numero scorso, dove sono state inoltre pubblicate le schede di affiliazione da compilare e spedire. Sia la circolare che le schede sono ancora rintracciabili sul nostro sito internet ([www.canoa.org](http://www.canoa.org)).

Anche in questo numero troverete invece un bollettino di conto corrente postale che potrete utilizzare per effettuare il versamento, con le tariffe che troverete ripetute sul retro dello stesso. A questo proposito, ci scusiamo con i lettori per un'imperdonabile disattenzione durante la correzione delle bozze, che può cau-

sare probabilmente un po' di confusione: sul retro del bollettino nell'elenco di destra vi è una cifra errata (10 anziché 15 euro), mentre in quello di sinistra è corretta ma potete sempre confrontarla con l'elenco delle quote qui sotto. I versamenti delle quote inoltre possono essere fatti tramite bonifico bancario, come è indicato sempre qui sotto.

Altra novità riguarda la dimensione delle tessere, in formato carta di credito e con il nuovo logo FICT. Pertanto sia i club che le persone singole che avevano in dotazione le vecchie tessere del 2003 sono pregate di non farne più uso, ma di eliminarle.

Vi ricordiamo ancora che i primi due numeri di Pagaiando del 2004 verranno inviati indistintamente tutti gli iscritti 2003 mentre dal terzo numero l'invio sarà riservato unicamente ai soci in regola con il pagamento della quota. Nel caso che alcuni di voi non ricevano la rivista, o per qualsiasi altra richiesta di ulteriori chiarimenti, potete telefonare o meglio scrivere alla Tesoreria, che è come al solito a vostra disposizione.

## Punti distribuzione di Pagaiando

(per chi non lo riceve, ma vuole conoscerlo)

- GYMSPORT - via Michele Amari 43, Roma (Massimo Di Sabatino) - tel. 06/78345302, 7853978
- GRUPPO CANOE ROMA - Base nautica c/o Soc. Pangea s.r.l. - Scheggino (PG)
- TUTTOCANOA - v. Gaggia 26, 20139 Milano tel. 02-5693347
- Bertoni Campeggio Sport - v.le Fulvio Testi 140, 20092 Cinisello Balsamo (MI) - tel. 02-2406307
- Idroscalo Club - via Circonvallazione Idroscalo 29 20090 Segrate (MI) - tel. 02-7560379
- Punto Blu - via Petruccioli 90, 19037 Lerici (SP)
- Libreria Accursio - via G. Oberdan 29/B - Bologna tel/fax 051-220983
- a Ivrea (TO), presso Massimo Aiello tel. 0125-54758
- Zeus Canoe - via Palomba 26 09129 Cagliari (tel. 070-304300)
- Amatori Kayak Fertilia - via Orsera 11 / int. 7 07040 Fertilia Alghero (SS)
- alla segreteria FICT
- inoltre presso tutte le Guide Fluviali

Il prossimo numero di PAGAIANDO chiuderà in redazione il **19 Marzo 2004**. Gli annunci e le collaborazioni a PAGAIANDO, vanno inoltrati all'e-mail [peppo.delconte@tiscalinet.it](mailto:peppo.delconte@tiscalinet.it) oppure a mezzo posta, possibilmente prendendo accordi telefonici con la direzione. Sono graditi i pezzi che giungono sotto forma di file, perché si risparmia tempo e si evitano errori di trascrizione. Meglio se il formato è compatibile con Word o Excel per Windows. Anche foto e pellicole per stampa devono essere spedite per posta (o per e-mail) alla direzione.

## Quote di affiliazione tesseramento anno 2004

- 5,00 euro Socio iscritto al club senza ricevere Pagaiando
- 5,00 euro Socio familiare
- 10,00 euro Socio ordinario iscritto al Club con diritto di ricevere Pagaiando
- 15,00 euro Socio non iscritto a Club con diritto di ricevere Pagaiando
- 30,00 euro Guida fluviale
- 30,00 euro Guida Marina
- 30,00 euro Istruttore Fluviale
- 30,00 euro Istruttore Marino
- 30,00 euro Socio Sostenitore
- 55,00 euro Socio Benemerito
- 30,00 euro Affiliazione del Club senza scuola di canoa
- 105,00 euro Affiliazione del Club con scuola di canoa e copertura assicurativa della scuola

### Potete effettuare il versamento tramite:

Conto Corrente Postale N° 32630238

Intestato a:

FEDERAZIONE ITALIANA CANOA TURISTICA

Via Francesca, 17 - 25037 PONTOGLIO BS

oppure tramite bonifico bancario indicando le seguenti coordinate:

ABI 07601 CAB 11200 Conto Corrente 000032630238

Per ulteriori informazioni contattare il tesoriere:

Gianni Camossi

Telefono 030-7471136 - Fax 030-7472036

Cellulare 335-6080911

e mail: [gianni.camossi@numerica.it](mailto:gianni.camossi@numerica.it)

Attenzione! Si prega i soci di verificare la correttezza dei dati sui bollettini e in particolare il numero del conto corrente postale.



Federazione Italiana Canoa Turistica  
di fiume, di lago, di mare

## SOMMARIO

In copertina: Sul Lario tra cime innevate  
foto di Luciano Belloni

Info dalla Tesoreria pag. 2

2004: un anno decisivo pag. 3  
di Peppo Delconte

Galoppate sul Reno anteriore pag. 4/5/6  
di Augusto Fortis

Buon compleanno Ticino! pag. 7  
di Claudio Lo Giudice

APPUNTAMENTI pag. 8/9/10

CSPT: Andiamo Avanti! pag. 11  
di Valerio Gardoni e Claudio Sghia

Cimento invernale sull'alto Lario pag. 12/13  
di Luciano Belloni

Corso per istruttori FICT pag. 14/15  
di Maurizio Consalvi

Tutte le novità della canoa turistica  
sul sito Internet ufficiale della  
Federazione <http://www.canoa.org>

### PAGAIANDO

organo di stampa della  
Federazione Italiana Canoa Turistica  
c/o Peppo Delconte - Via Padova 154  
20132 Milano

Tel. 02/2841066 - 339/2239284

e-mail: [peppo.delconte@tiscalinet.it](mailto:peppo.delconte@tiscalinet.it)

Direttore Responsabile: Peppo Delconte

Registrazione Tribunale di Ivrea n. 196  
del 17/2/1998

Iscrizione al R.O.C. n. 8024

### Redazione:

Flavio Ciarrocchi, Maurizio Consalvi,

Walter Filattiera, Luciano Lucchini,

Antonio Piro, Raymond Varraud.

Consulenza Grafica: Marzia D'Alessandro,

Chicca Miretta

Pubblicità - P.R.: Gianni Camossi

Stampa: Grafica & Stampa snc

Via Termopili 25 - 20127 Milano

Finito di stampare il 25 febbraio 2004

Dopo la riunione del Consiglio Direttivo

# 2004: UN ANNO DECISIVO

di Peppo Delconte

Sabato 14 febbraio 2004, presso la sede del CCM a Castelletto di Cuggiono si è tenuta la riunione del Consiglio Direttivo FICT: presenti il presidente Arcangelo Pirovano e i consiglieri Carmela Olivieri, Silvia Fedozzi, Gianni Camossi, Guido Ciuffoli, Peppo Delconte, Ascanio Pilotti, Claudio Sghia, Valerio Zacchi e Flavio Ciarcocchi (subentrato al dimissionario Ino Cum), nonché gli ospiti Mauro Ferro e Piero Di Stefano in rappresentanza di Sottocosta.

Numerosi e di notevole importanza i temi all'ordine del giorno, che di per sé illustrano tutto il significato dell'annata in corso: il 2004 non è, né poteva essere, un anno qualsiasi, in quanto l'attuale Consiglio Direttivo dovrà concludere il suo mandato e preparare le elezioni del nuovo C D.

Non è casuale che la discussione sia stata aperta dal presidente sul tema delle **nuove normative per i club** che in futuro si vorranno affiliare alla Federazione: numero minimo di soci e di consiglieri, elezioni interne e statuti, regole alle quali dovrebbe sottostare qualsiasi associazione non a scopo di lucro. Per favorire l'aggregazione spontanea la FICT prevede d'introdurre a questo proposito dal prossimo anno nuove norme, a cominciare da un numero minimo di 10 soci per ogni club.

Quasi di conseguenza, da tale argomento la discussione si è poi spostata sulla necessità di modifiche e aggiornamenti allo Statuto della stessa FICT. Su proposta del consigliere Camossi è stato deci-

## FEDERAZIONE ITALIANA CANOA TURISTICA



sa la creazione di una **Commissione delle Carte Federali**: i tre componenti di questa Commissione affronteranno nei prossimi mesi i lavori per attuare la revisione dello Statuto e dei regolamenti e per realizzare un servizio informativo (sui temi legali e gestionali) per tutti i club affiliati e quindi porteranno le loro proposte a un'Assemblea straordinaria da tenere entro il prossimo ottobre. È stato eletto presidente della Commissione Claudio Sghia, che ha proposto al suo fianco Gianni Camossi e Valerio Zacchi. Un'ampia discussione si è sviluppata anche sul tema del **Comitato Sport Per Tutti**, sul lavoro svolto finora e sullo sviluppo delle trattative con la FICK che per molti vanno troppo a rilento.

Anche nell'intento di mostrare tutta la volontà di proseguire nelle iniziative che promuovano concretamente la nostra attività di "sport e turismo", il presidente Pirovano si è impegnato a riprendere al più presto la tradizione del Raduno itinerante di primavera, che quest'anno la FICT organizzerà sul Vara nei giorni 20 e 21 marzo.

Si sono inoltre esaminati i risultati della recente riunione dell'Accademia delle

Guide e i programmi per i prossimi corsi di formazione. Si è discusso poi sui problemi relativi al **tesseramento** e alle coperture assicurative, secondo quanto richiesto dagli ospiti di Sottocosta, per cercare rassicuranti soluzioni specialmente per quanto riguarda l'urgenza di registrare nuovi tesserati nei corsi di avviamento. Si sono anche definite in linea di massima le modalità d'intervento a favore del club di Montirone (BS), la cui sede è stata distrutta recentemente dall'incendio doloso (pag. 16).

Infine si è anche parlato a lungo dei problemi di *Pagaiando*: nonostante i riconosciuti miglioramenti sul piano della qualità dei servizi e della veste grafica, restano tutte le difficoltà derivanti dalla limitatezza dei mezzi, dai modesti introiti pubblicitari, dalla scarsa puntualità dei collaboratori e quindi della regolarità delle uscite. Per queste ragioni il sottoscritto si dichiara direttore dimissionario, ma conferma il suo impegno e quello del nuovo comitato di redazione a seguire la testata fino a elezioni concluse. A questo punto il mandato sarà rimesso nelle mani del nuovo CD, cui verrà affidato in futuro il movimento della canoa turistica.

**AKP Porto Viro e canottieri Adria organizzano nel giorno 27/06/2004  
la quinta edizione della manifestazione**

## IN CANOA NEL DELTA DEL PO

**escursione naturalistica fra scanni, mare, canneti, per scoprire gli angoli più suggestivi del Delta.**

**Il ritrovo per l'iscrizione (con consegna di magliette e prodotti tipici del Delta) alle ore 9:00**

**presso lo scivolo della centrale ENEL di Porto Tolle.**

**Gli organizzatori apporranno apposite indicazioni.**

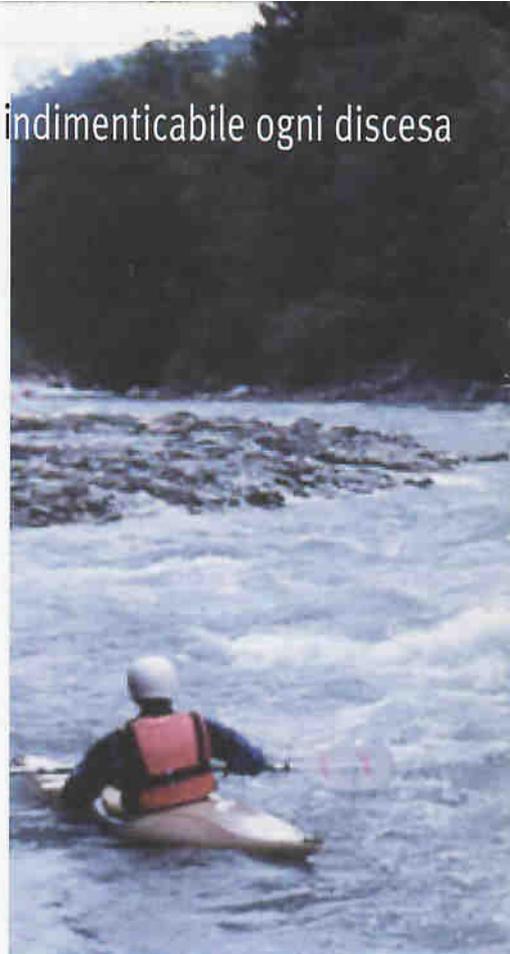
**Iscrizione 8 euro, pranzo al sacco - Per maggiori informazioni telefonare 0426/633474 (Germano)**

La meravigliosa orografia di questo angolo di Svizzera rende indimenticabile ogni discesa

# UNA LUNGA GALOPPATA SUL RENO ANTERIORE

di Augusto Fortis - foto Vittorio Pongolini

**Il fiume svizzero è frequentato ed apprezzato da canoisti di ogni livello per la varietà delle sue rapide e la bellezza del suo paesaggio**



gola, formò soprattutto in altri tempi un punto di raccordo importante, anche se pieno di pericoli, attraverso le Alpi. Fra i due rami del Reno, quello Posteriore e quello Anteriore, si ergono monti che raggiungono i 3500 m, formati da roccia cristallina e giurassica.

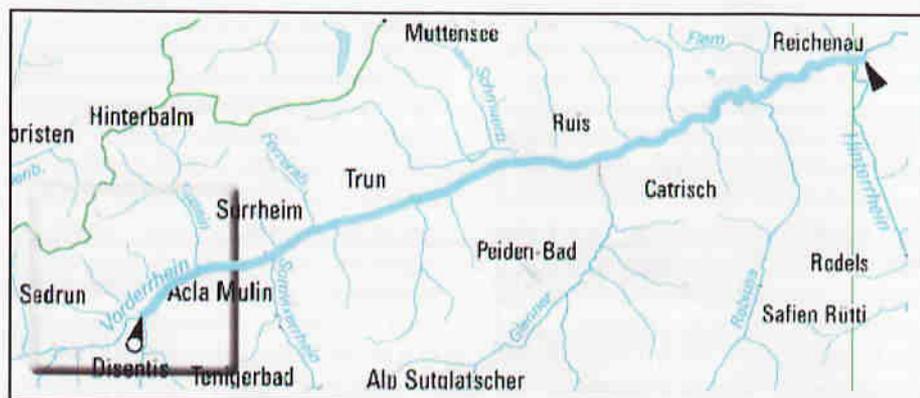
## Descrizione generale

Percorso molto interessante sia dal punto di vista sportivo che paesaggistico. Fiume da turismo con acqua di provenienza glaciale, in parte regolato da dighe e da prese d'acqua fino a Ilanz, poi naturale nelle gole di Flims, di straordinario fascino, con pochi paragoni in Europa. Portata d'acqua di circa 30 mc/sec, quando l'idrometro di Ilanz segna 700 sulla scala. Vi si accede all'idrometro subito dopo il ponte sradale di Ilanz, con una strada sterrata che corre parallela tra il fiume e i binari ferroviari.

Partenza a Compadias, se si percorre il tratto superiore che precede le gole di Flims. Partenza invece da Ilanz se si decide di percorrere solo le gole di Flims.

Sbarco a Rechenau, alla confluenza del Reno Posteriore, se si percorrono solo le gole di Flims. Altri sbarchi alla diga di Tavanasa se si è percorso il tratto superiore con imbarco a Compadias.

**Accesso:** vi si giunge dal passo di Lucumagno dall'Italia attraverso il Lago Maggiore e la valle del Ticino superiore fino a Biasca. Oppure dal tunnel del San Bernardino con l'autostrada Milano-Laghi, Como-Bellinzona fino a Reichenau, da qui, risalendo la valle del Reno Anteriore, sia passando da Flims, sia passando dal-



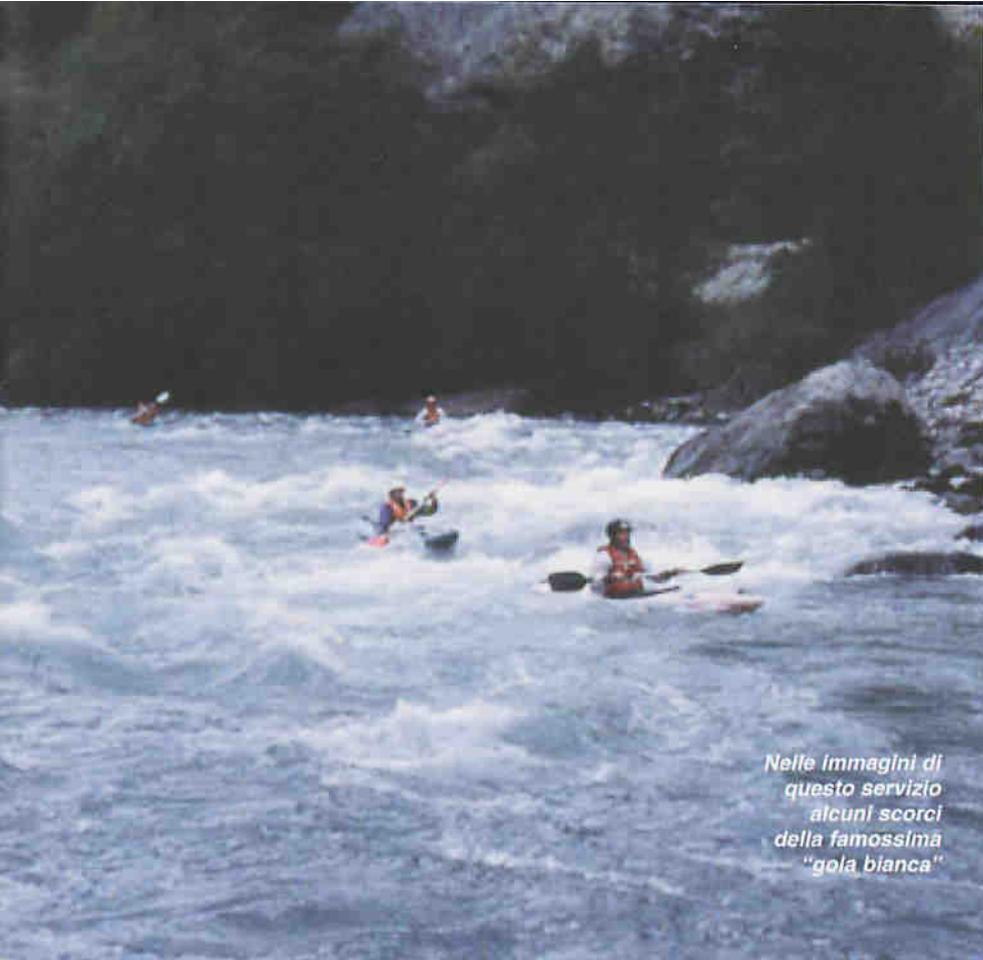
L'era glaciale in Europa sta per finire. Le grandi colate delle Alpi si sono spinte fino al Lago di Costanza, quasi a saldarsi con la calotta polare che scende sino al cuore della Germania e ora hanno incominciato a ritirarsi.

I ghiacci si sciolgono e viene a mancare l'azione che per migliaia di anni ha tenuto sotto pressione, come una mano potente, le ripide pareti laterali dei monti circostanti la valle del Reno Anteriore. E così queste incominciano a sfaldarsi e a cedere, prima con piccole frane, poi con grandi scoscendimenti, e infine la catastrofe, che così sicuramente sarebbe stata chiamata se all'ora vi fossero state radio e televisione, come accade oggi. Qualcosa di spaventoso accadde qui, nella valle dove ora scorre il Reno Anteriore all'altezza di Flims: dal Cap da Flem, dall'immane testata oggi tagliata a piano inclinato, che si spinge verso Vorab, si mette in moto la più vasta e gigantesca frana che forse l'Europa abbia mai visto. La quantità di materiale è tale che penetra anche per 4 km nella valle laterale della Rabiusa, risalendo e tutto colmando in direzione di Safien. La geografia del luogo cambia di colpo: al posto di un'ampia valle glaciale dal piatto fondovalle, vi è un accumulo informe di terra e di rocce. Nessun paragone nelle Alpi può reggere con un simile evento catastrofico.

Il Reno, bloccato, inizia a riempire il bacino della Foppa sotto Ilanz, nella zona si formano

enormi depositi di ghiaia e di argille, fino a quando le acque del fiume iniziano ad erodere la frana. E qui inizia il lento lavoro che porterà al risultato che vediamo oggi: una fantastica gola formata da straordinarie pareti, da creste sottilissime, da torri, da funghi di erosione, da Ilanz fino alla confluenza del Reno Posteriore, poco sotto Tamins.

La valle del Reno Anteriore, Rein Anterior per i romanci e Vorderrhein per i tedeschi, poco dopo il suo inizio a Reichenau, dove i due grandi bracci del Reno si uniscono sembra essere sbarrata da un'immane groppa boscosa, la frana di cui ho accennato sopra. La ferrovia retica vi penetra ardita, tra silenzi di altri tempi, mentre la strada prende quota e, al di là di Trun, raggiunge Flims. Qui scavalca una sorta di passo a 1000 m per ridiscendere a Laax e da lì a Ilanz, dove ritrova a 700 m slm il Reno Anteriore. Chiunque si addentri in questa zona, sia canoista o turista, rimarrà meravigliato dall'orografia e ancor di più dall'immane gola di Flims, con valloni e pareti foggiate a torri e pinnacoli, sul cui fondo scorre impetuoso il Reno. Il Vorderrhein nasce a soli 40 km dal Rodano (che poi sboccherà nel Mediterraneo), a 2100 m di quota, al passo dell'Oberalp, andando poi a portare le sue acque al Reno Posteriore, o Hinterrhein, conosciuto fin dall'era romanica per la difficoltà del superamento di uno stretta gola denominata Via Mala. Questa strana



*Nelle immagini di questo servizio alcuni scorci della famosissima "gola bianca"*

la più suggestiva e panoramica strada che percorre la sponda destra del fiume fino a Ilanz. Vi si può anche giungere dal passo del San Gottardo se si proviene da Nord via Andermatt-Disentis, oppure da Coira, in circa 60 km.

Appoggio automobilistico possibile solo ai ponti. Nelle gole di Flims possibile alla stazione di Versam.

**Pernottamenti:** campeggio molto consigliato a Trun, sponda sinistra, direttamente sul fiume. Altri campeggi a Waldhaus, Ilanz Disentis-Muster. Camere nei centri di Flims e Trun.

Nel campeggio di Trun ogni anno nella seconda settimana di luglio (29 settimana dell'anno), la Federazione di canoa kayak svizzera, organizza un raduno, la Wildwasserwoche, settimana dell'acqua selvaggia, dove si discendono oltre al Reno Anteriore, anche il Glenner, l'Albula, il Lanquard, il Moesa e il Furkareius.

**Documentazione canoistica:** Wildwasser (Acqua selvaggia). "I più bei percorsi in Italia, in Europa e nel mondo", 50 itinerari di canoa kayak rafting hydrospeed, di Augusto Fortis - Edizione Alberti Arezzo Italia 1998.

"In canoa nei torrenti alpini", 50 discese in acque selvagge di Robert Steidle, edizione Zanichelli-Bologna Italia 1982.

#### **Descrizione dei tratti da percorrere**

**Primo tratto:** da Disentis fino a Compadials distanza da percorrere 6 km pendenza 20 per mille difficoltà: III-IV, con un passaggio di (IV-V) Carta: svizzera (Schweizerische Landeskarten) 1: 50.000 foglio 256 (Disentis).

Questo tratto superiore del Reno Anteriore a

causa delle prese d'acqua delle centrali elettriche è navigabile solo in maggio-giugno, nel periodo del disgelo delle nevi, fino alla centrale elettrica di Madernal che restituisce l'acqua prelevata dalla val di Russein. Da qui in avanti il percorso del Reno Anteriore è navigabile sempre anche in piena estate. Il percorso piuttosto tecnico si svolge in fondo ad una gola boscosa in parte visibile anche dalla strada, che però corre abbastanza in alto.

L'imbarco è dal campeggio di Disentis alla confluenza del Medelser che confluisce da destra. Il tratto prima della centrale elettrica è di III grado e si incontrano due ponti, quello di Cavardiras, sotto il paese di Disentis e quello fra Madernal e Pardonat. Dal km 4,8, dopo la centrale elettrica che restituisce l'acqua prelevata dalla val Russein, il fiume è navigabile anche in piena estate e continua con difficoltà di III fino al km 5,3 dove si incontra un tratto difficile, caratterizzato da grossi massi portati da un affluente di destra che origina una rapida di IV-V grado, trasbordo possibile sia a destra che a sinistra. Poi ancora III fino allo sbarco al ponte di Compadials in sponda destra, con ampio parcheggio.

**Secondo tratto:** dal ponte di Compadials fino allo sbarramento di Tavanasa, lunghezza: 11 km, pendenza: 12 per mille, difficoltà: III-II, con 5 passaggi di III-IV, carta svizzera 1: 50.000 foglio 256 (Disentis).

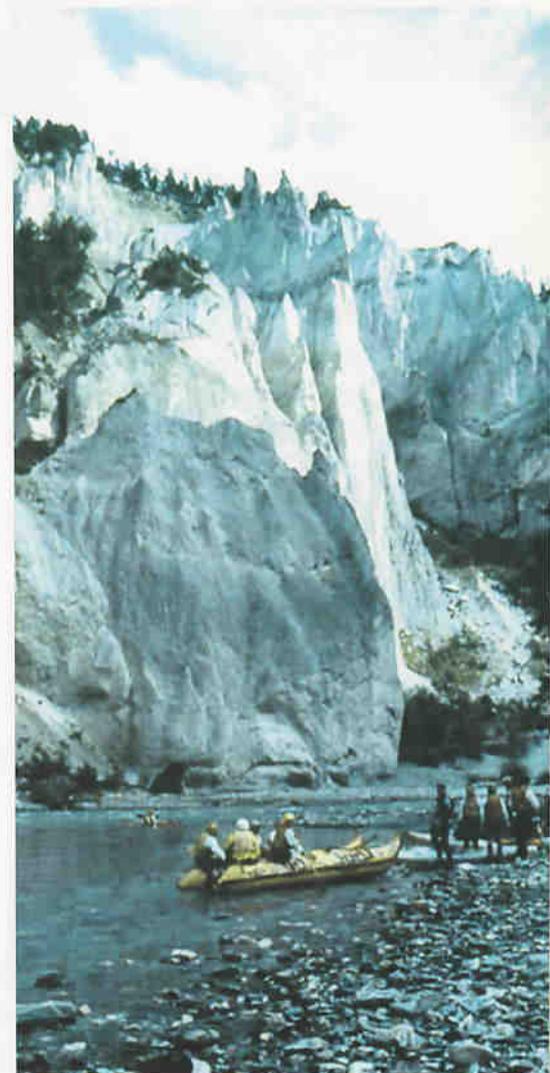
Bel percorso di slalom su ampio fondovalle, di media difficoltà, con corrente veloce e rapide sempre valutabili dall'imbarcazione.

Partenza sulla sponda destra al ponte sopra

Compadials: difficoltà di III grado, dopo 900 metri si incontra il ponte sotto il paese di Compadials subito dopo il ponte curva a sinistra con rapida di III-IV in controroccia, segue rapida ondosa diritta di III-IV, poi II.

Al ponte di Surrhein (Km2,7) sbarramento navigabile di massi a scivolo alto 1 m, poi di nuovo II. Dopo la confluenza da destra del Somvixerheins rapida sassosa di III, poi di nuovo II interrotto da una bella rapida di III con grossi massi.

Prima di Trun si trova il ponte di Schutzenhaus e dopo poco più di un chilometro sulla sponda sinistra in corrispondenza di uno sbarramento a scivolo navigabile in centro (III-IV) ecco il campeggio di Trun, utile base per la discesa del Reno Anteriore. Qui, a luglio, si svolge la Wildwasserwoche (settimana dell'acqua selvaggia), organizzata dalla federazione Svizzera di canoa-kayak. Superato Trun, dopo un piccolo ponte pedonale con cava di ghiaia, sotto il ponte stradale ci aspetta una bella rapida sassosa di III-IV, poi si prosegue con difficoltà di II-III grado fino al "Tunnel strecke" (percorso del tunnel), una bella rapida lunga 200 m di III-IV a seconda del livello, che termina nel lago di sbarramento della centrale di Tavanasa dove si sbarca in sponda sinistra.



## Specialisti di acqua viva in zona

L'organizzazione più efficiente di Rafting in Svizzera è la Swissraft, presente su quasi tutto il territorio. Qui, nelle gole del Reno Anteriore, la si può trovare a Laax, al seguente numero di telefono: 086/34141.

Da qui in avanti con livello basso, (di solito metà luglio-metà settembre), non è possibile proseguire per totale presa d'acqua. Fino al 1990, prima della ritenuta di Tavanasa, il tratto fino a Ilanz era molto frequentato, con un bel campo da slalom permanente, sotto il ponte di Tavanasa.

**Terzo Tratto:** da Tavanasa fino a Ilanz, fattibile in maggio-giugno, nel periodo dello scioglimento delle nevi sulle Alpi. Lunghezza km 12, pendenza: 7 per mille, difficoltà: II-III con un passaggio di III-IV. Carta svizzera 1.50.000 foglio 256 (Disentis), foglio 257 (Safiental). Peccato che la ritenuta della centrale di Tavanasa, ultimata nel 1990, abbia privato dell'acqua questo tratto nel periodo estivo,



inviando tutta l'acqua prelevata alla grande centrale di Ilanz. Nei mesi di maggio-giugno quando il livello del fiume è medio-alto, e l'acqua fuoriesce dallo sbarramento di Tavanasa è possibile compiere questa discesa che si svolge in prevalenza su difficoltà medie con rapide sempre valutabili dall'imbarcazione, nell'ampio fondovalle, con la strada che segue sempre il fiume in sponda sinistra. L'imbarco è sotto lo sbarramento della centrale di Tavanasa, sponda sinistra. Al ponte di Tavanasa rapida di III-IV con grossi massi, poi solo III e, dal ponte successivo, la navigazione è facile. Si incontrano due ponti: il primo a Walsemberg, il secondo, in legno. Poco oltre attenzione ad uno sbarramento di massi a scivolo. Al km 8,4 il fiume è sbarrato da grossi massi che annunciano il passaggio più difficile di questo tratto (III-IV grado) con percorso a slalom. Si può facilmente trabordare sulla sponda destra.

Dopo 3 km entra da sinistra il grosso scarico della centrale di Ilanz, che restituisce tutta l'acqua prelevata nel tratto superiore del fiume. Da qui in avanti il fiume è sempre navigabile.

Si sbarca in sponda destra al ponte di Ilanz.

**Quarto tratto:** da Ilanz fino a Reichenau (Gole di Flims), lunghezza: 20,6 km, pendenza del 5 per mille, difficoltà: II-III (IV), idrometro di Ilanz: livello basso 691,40 - livello medio 692,00 - livello alto 692,60. Carta svizzera 1.50.000 foglio 247 (Sardona)

Ricco di acqua a partire da Ilanz, il Reno Anteriore offre, nelle gole bianche di Flims, uno dei più bei percorsi da turismo europei. La gola bianca di Flims, infatti, è uno dei punti culminanti di questo paesaggio e non solo del Reno Anteriore, ma di tutti i fiumi della Svizzera.

Nelle gole, lunghe ed impetuose rapide quasi sempre disseminate da grossi massi rocciosi danno l'idea della grande energia di questo fiume. Poco prima della stazione fer-

## Da vedere

Disentis-Muster, antica abbazia benedettina di S. Martino, con chiesa barocca e due campanili a cupola del 1750 circa, con annessa anche la chiesa di S. Giovanni Battista (1604-1643). Tamis, castello Reichenau, sul vecchio corso del Reno anteriore restaurato nel 1775.

Flims, chiesa riformata del 1512 con campanile romanico.

Coira, nota città medioevale, con cattedrale di S. Maria Assunta consacrata nel 1521 e torre restaurata nel 1811, con decorazione interna di epoca carolingica, altare maggiore tardo-gotico stupendamente intarsiato nel legno.

roviera di Versam, in corrispondenza di un affluente di destra, il Reno piega decisamente a sinistra.

A questo punto non c'è più visuale dall'imbarcazione, bisogna sbarcare a destra e visionare la lunga rapida, denominata "Schwarzes Loch" ("buco nero"), una lunga rapida ad "S", che termina in una buia e nera caverna scavata nella roccia in quel punto strapiombante sulla sinistra; la rapida è stata teatro, nel 1994 e nel 1996, di numerosi incidenti mortali.

Si può comunque tranquillamente sbarcare e trabordare sulla destra. Da qui in avanti le difficoltà del percorso diminuiscono sensibilmente. Ci si può fermare per uno spuntino a metà delle gole, alla stazione di Versam, per poi proseguire nel tratto successivo fino allo sbarco. Sia a Versam, che allo sbarco a Reichenau, si può caricare l'imbarcazione sul treno, in una carrozza che le ferrovie Retiche mettono a disposizione su questa tratta, e ritornare tranquillamente alla partenza a Ilanz.

## Informazioni gastronomiche e suggerimenti.

Chi vuole ristorarsi a Valendas, si rechi alla Gasthaus "Am Brunnen", semplice e senza pretese, dove si possono gustare "capuns" e ottime merende di pane, salumi e formaggi. A Falera, si trova il ristorante "Seell", in una vecchia e tipica casa, che prepara specialità del Grigione come le "pizzochel"; il negozio "La Hermerina" vende ricami a mano, a punto croce su lino, con tipici garofani stilizzati e lavori all'uncinetto.

A Laax, gli amanti della natura non devono perdere la Alpin Naturlehpfad, sul Cassonsgrat: si arriva in funivia a 2600 m, su una delle grandi bastionate che circondano Flims e si percorre un sentiero naturalistico-geologico di 6 km dove si possono vedere marmotte, camosci, stambecchi e aquile. Consigliata è anche la prova di triathlon svizzero che si tiene a metà agosto; 1,5 km di nuoto nel laghetto di Cauma, 48 km in bici tutt'attorno alle gole del Reno, e per finire 12 km di corsa.

Per i buongustai da non perdere la calorica porzione di "Flimseorte" a base di biscotti, crema, vaniglia e mandorle al "Cafè Flimsersdorf".

Per ulteriori informazioni si consiglia di rivolgersi agli uffici turistici di Falera: tel. 081/9213030, o di Laax tel. 081/9214343.

15 e 16 Maggio 2004: appuntamento per il Trentennale del Parco

# BUON COMPLEANNO, TICINO!

di Claudio Lo Giudice



Sul Ticino s' impara a pagaiare, a osservare la natura e persino a fare i cercatori d'oro



Fra tutti i grandi fiumi dell'Europa occidentale il Ticino è quello che ha subito meno interventi da parte dell'uomo (canalizzazioni, dighe ecc.) e occupa un posto davvero speciale, al centro del più grande parco europeo. Intorno alle sue rive infatti è nato dal 1974 il primo Parco Regionale d'Italia. È iniziata allora, da parte del Consorzio Lombardo della Valle del Ticino, un'opera di protezione e mantenimento di questo prezioso patrimonio naturale, grazie alla quale il Parco del Ticino nel novembre 2002 ha ricevuto il riconoscimento di **Riserva della Biosfera**, all'interno del progetto MAB (Man And Biosphere) promosso dall'UNESCO.

Nell'ambito delle celebrazioni per i 30 anni del Parco, l'associazione **Onda Blu Canoa & Rafting** e il **Centro Parco Colonia Enrichetta** organizzeranno un raduno canoistico per i giorni sabato 15 e domenica 16 maggio.

L'intenzione degli organizzatori è di avvicinare gli amanti della canoa ad un ambiente naturale protetto e incontaminato come quello del Parco del Ticino. Due giornate pensate per vivere al meglio in un clima di festa popolare questo straordinario ambiente attraverso una vivace attività sportiva sul fiume e la promozione di cibi caratteristici mediante la proposta di menù biologici preparati con prodotti locali di alto livello qualitativo. Inoltre, in alternativa alla discesa fluviale, sono previste escursioni, con guide naturalistiche, a piedi o in bicicletta.

La prima giornata prevede la discesa da Magenta, in prossimità della riserva orientata "La Fagiana", ad Abbiategrosso, sede

del Centro Parco Colonia Enrichetta. La domenica si proseguirà alla volta di Besate. In totale si percorreranno circa 21 km, con la possibilità di osservare flora e fauna caratteristici del Parco del Ticino in un periodo dell'anno denso di profumi, forme e colori; aironi, garzette, cavalieri d'Italia e anatre sono solo alcuni esempi dell'avifauna che si potranno osservare, mentre il ranuncolo d'acqua e la *Polygonum persicaria* scorreranno a fianco dei canoisti, al ritmo delle loro pagaie.

## Sabato 15 maggio:

ore 11.00 ritrovo ed iscrizioni presso il Centro Parco Colonia Enrichetta, Strada Chiappana - Località Enrichetta, Abbiategrosso (MI)

ore 13.00 trasferimento per inizio discesa  
ore 20.00 cena

## Domenica 16 maggio:

ore 9.00 ritrovo ed iscrizioni  
ore 10.00 inizio discesa  
ore 13.00 pranzo  
ore 14.00 estrazione premi

La manifestazione, non agonistica, assegnerà diversi premi ad estrazione tra i presenti al pranzo della domenica:

- 1 viaggio offerto dal tour operator Il Ventaglio: viaggio 2 per 1, formula stand by 7 giorni, località e periodo a scelta (escluse le alte stagioni), tra i villaggi Ventaclub
- 1 canoa sit on top offerta da Tuttocanoa

- altri premi offerti dal Parco del Ticino

La manifestazione prevede un pacchetto base, al costo di 32.00 \_ così composto:

- borsa con gadget del Parco del Ticino;
- escursione guidata di due giorni con mezzo proprio;
- assistenza per il recupero;
- cena biologica a buffet;
- pernottamento in sacco a pelo o tenda;
- utilizzo dei servizi della struttura.

Oltre al pacchetto base è prevista la possibilità di usufruire di servizi aggiuntivi o di effettuare la discesa con mezzo proprio.

Per gli accompagnatori, o per quanti volessero effettuare un solo giorno in canoa, sono state previste anche attività alternative all'interno del Parco del Ticino:

- Escursione guidata in mountain-bike (sabato pomeriggio e domenica mattina): 5.00 \_
- Visita guidata a piedi (sabato pomeriggio o domenica mattina): 3.00 \_

Il numero massimo di partecipanti è 120 persone; **la prenotazione è obbligatoria** al numero 347/82.98.027 o 02/45.01.391 (Claudio), [info@scuoladicanoa.it](mailto:info@scuoladicanoa.it); per maggiori dettagli potete consultare il sito [www.scuoladicanoa.it](http://www.scuoladicanoa.it).

Non è previsto un numero massimo di partecipanti alla sola discesa con mezzo proprio.

# APPUNTAMENTI 2004

chiedere sempre conferma prima di mettersi in viaggio!

Ricordiamo agli amici lettori che questo è un periodico bimestrale e come tale può segnalare qualche iniziativa che nel frattempo è stata soppressa o ha subito variazioni. Per un aggiornamento continuo potete sempre telefonare ai responsabili organizzativi o verificare sui siti internet. Invitiamo intanto tutti i club a inviarci al più presto i loro calendari 2004 e gli eventuali aggiornamenti..

## MARZO

**7/3 Discesa del fiume Mis.** Percorso da stabilire. Org. Associazione Canoistica 360 gradi. Info: 041-912676 o 340-5276217. 360gradi@soafmc.it

**7/3 Discesa del fiume Nera.** Difficoltà I-II. Org. Gruppo Canoe Roma. Info: Maurizio Consalvi 06-5041413 / 340-3996045 o Tiziana Lazzari 347-8525758 www.gruppocanoeroma.it

**7/3 Sul lago d'Iseo.** Imbarco alle 10 da Sale Marasino per escursione. nella parte nord del lago, sosta all'Orrido di Zorzino e rientro a Sale: percorso di circa 30 km. Info: ACF - Luciano Belloni 031-696704. E-mail: luciano.belloni@tin.it

**7/3 Campionato Regionale di Canoa Slalom e meeting per disabili sul fiume Reno.** Org. Canoa Club Bologna. Info: 051-575354 www.canoaclubbologna.it

**20/21/3 Raduno itinerante di primavera sul fiume Vara.** Org. FICT. Info: Arcangelo Pirovano 338-4755710 arcpir2002@virgilio.it - www.canoa.org

**21/3 Discesa del fiume Borbera.** Org. Gente d'Acqua. Info: lno 02-39262577 o 339-4053440. E-mail: gentedacqua@iol.it

**28/3 Discesa del fiume Volturno.** Difficoltà II-III. Org. Gruppo Canoe Roma sez. Sora. Info Flavio Paesano 338-8988433 flavio-p@libero.it o Walter Paesano 329-7223055 walterp@76inwind.it www.gruppocanoeroma.it

**21/3 Sul lago Maggiore.** Imbarco alle 10 da Meina per Pallanza, Isola dei Pescatori e ritorno a Meina: percorso di circa 30 km. Info: ACF - Luciano Belloni 031-696704. E-mail: luciano.belloni@tin.it

**27-28/3 Discesa dei fiumi Aulella e Magra.** Percorsi da stabilire, secondo i livelli d'acqua. Info: ACF - Peppo Delconte 02-2841066 o 339-2239284

peppo.delconte@tiscalinet.it

**28/3 Discesa del fiume Vara (o Borbera).** Org. Canoa Club Milano - Gente d'Acqua. Info: lno 02-39262577 o 339-4053440. gentedacqua@iol.it www.canoaclubmilano.it

**28/3 Prima Grigliata all'Isola di Campalto (VE).** Imbarco ore 10 al passo di Campalto e inizio del corso per principianti. Organizzazione Associazione Arcobaleno. Info: 041-900591 pamio@inwind.it

**28/3 Escursione all'isola di Bergeggi e Capo Noli (SV).** Percorso facile per tutti. Org. Canoa verde. Info: Luisa 010-3726417 canoaverde@yahoo.com

## APRILE

**3-4/4 Raduno sui fiumi Sentino ed Esino.** Org. Canoa Club Marchexplorer. Info: FabioVita 339-4378191.fabiov@martheonline.net www.marchexplorer.com

**4/4 Discesa del fiume Adda Inferiore.** Percorso da stabilire. Info: ACF - Peppo Delconte 02-2841066 o 339-2239284 peppo.delconte@tiscalinet.it

**8-15/4 Vacanza sui fiumi della Corsica.** Dall'8 al 12, scuola di canoa con discese in 5 fiumi diversi (difficoltà III-IV); dal 13 al 15 tre discese per esperti (difficoltà IV-V). Org. Scuola di Canoa River Gipsy. Info: Vladimiro 0187-673033 (ore serali) rivergipsy@libero.it

**10-18/4 Vacanza sui fiumi della Grecia (o della Provenza).** Per esperti. Org. Gruppo Canoe Roma. Info: Maurizio Consalvi 06-5041413 / 340-3996045 maurizioconsalvi@yahoo.it www.gruppocanoeroma.it

**11/4 Ticinata.** Discesa (con grigliata) per tutti. Org. Gente d'Acqua. Info: lno 02-39262577 o 339-4053440. E-mail: gentedacqua@iol.it

**12/4 Sul lago d'Orta.** Imbarco alle 9,30 da Gozzano Lido e giro del lago con sosta a Omegna: percorso di circa 32 km. Info: ACF - Luciano Belloni 031-696704. E-mail: luciano.belloni@tin.it

**24/4 Discesa notturna del fiume Brenta.** Org. Onda Selvaggia. Tel. 0424-99581 o 347-3767729 info@ondaselvaggia.com www.ondaselvaggia.com

**24-25/4 Weekend sui fiumi della Corsica.** Percorsi da stabilire. Org.

## Legenda

La rubrica Appuntamenti ha una chiave di lettura che permette di distinguere il tipo di raduni in base alle indicazioni:

 molto facile, uscita in acque calme (lago, fiume tranquillo, laguna)

 percorso in mare

 percorso su acque mosse

Gran parte delle uscite sono organizzate da un club affiliato FICT, sono non competitive e fruiscono della assistenza delle Guide Fluviali, se richiesta: rientrano quindi nella convenzione assicurativa stipulata con UNIPOL.

Al momento però non siamo in grado di indicare con precisione i club che hanno rinnovato l'affiliazione. Perciò è consigliabile informarsi presso i club organizzatori. Gli appuntamenti proposti dai club non iscritti alla FICT sono in caratteri corsivi.

Canoa Club Milano (Valerio). Info: 02-6070489 www.canoaclubmilano.it

**24-25/4 Il Meeting della canoa-Memorial Ugo Barison.** Sabato escursioni in kayak lungo la costa di Alghero e domenica gara di canoa polinesiana. Org. Amatori Kayak Fertilia. Info: Sergio mail@kayakfertilia.it 347-1806174 o 347-6309498.

**24-25/4 Raduno Internazionale sui fiumi del Piemonte -Memorial Guglielmo Granacci.** Percorsi da stabilire. Org. 4 P Kanu Group. Info: Arcangelo Pirovano 338-4755710 arcpir2002@virgilio.it

**25/4-1/5 XXVI Discesa del fiume Tevere.** Da Città di Castello a Roma, con pernottamento in strutture sportive. Percorsi di 4/6 ore con difficoltà max. di II o III grado. Info: Andrea Ricci 329-6883135 (fax 178-2725633). E-mail: discesadeltevere@tiscali.it www.discesadeltevere.org

**25/4-1/5 Scuola di canoa sull'Ardeche (Francia).** Org. Canoa Club Bologna. Info: Segreteria (martedì e venerdì dalle 17 alle 19) 051-575354 (tel./ fax.). ccboologna@libero.it www.canoaclubbologna.it

## MAGGIO

**1/5 Festa di Primavera a Monselice (PD).** Giochi in kayak sul canale della Battaglia. Org. Associazione Arcobaleno. Info: 041-900591 pamio@inwind.it

**1/5 Discesa notturna del fiume Brenta.** Org. Onda Selvaggia. Tel. 0424-99581 o 347-3767729 info@ondaselvaggia.com www.ondaselvaggia.com

**2/5 Discesa del fiume Piave.** Dal ponte di Vidor a Colfosco. Difficoltà max III. Org. Associazione Arcobaleno. Info: 041-900591 pamio@inwind.it

**1-2/5 Raduno sul fiume Trebbia.** Percorsi da stabilire. Org. Gente d'Acqua. Info: lno 02-39262577 o 339-4053440. gentedacqua@iol.it

**1-2/5 Escursioni da Ventimiglia e Mentone.** Per canoisti esperti. Org. Canoa Verde. Info: Elisabetta 010-3726417 canoaverde@yahoo.com

**8/5 Discesa notturna del fiume Brenta.** Org. Onda Selvaggia. Tel. 0424-99581 o 347-3767729 info@ondaselvaggia.com www.ondaselvaggia.com

**8-9/5 Gara di Rodeo sul Naviglio Grande.** Appuntamento annuale con il mondo del freestyle sul Naviglio. Org. Canoa Club Milano. Info: Massimiliano 02-6070489 www.canoaclubmilano.it

**15-16/5 Wild Water Women's Day: Raduno sul fiume Limentra per le ragazze della canoa (ma sono invitati anche i maschietti...).** Info: Canoa Club Bologna 051-575354 ccbologna@libero.it www.canoaclubbologna.it

**15-16/5 Trentennale del Parco Ticino.** Sabato 15, discesa da Magenta ad Abbiategrasso, domenica 16 da Abbiategrasso a besate. Org. Onda Blu Canoa & Rafting e Centro Parco Colonia Enrichetta. Info: Claudio 347-8298027 claudio@scuoladicanoa.it

**15/5 Discesa del fiume Brembo.** Un classico tra i fiumi primaverili. Da S. Giovanni Bianco a Zogno. Org. Canoa Club Milano - Gente d'Acqua. Info: lno 02-39262577 o 339-4053440. gentedacqua@iol.it www.canoaclubmilano.it

**22-23/5 VI Lario Marathon - Memorial Erica.** Raduno al camping la Fornace di Onno. Partenza sabato ore 14 per escursione sul ramo di Lecco, domenica ore 9,30 per maratona (km.44) o maratonina (km 25). Info: ACF - Luciano Belloni 031-696704 luciano.belloni@tin.it

**29-30/5 Il Raduno sui fiumi Nera e Corno.** Difficoltà II-III. Org. Gruppo Canoe Roma. Info: Francesco Lovascio 335-311450 francescoicq@yahoo.it o Paolo Palmieri 339-2093954 www.gruppocanoeroma.it

**29-30/5 Lucciolata sul Naviglio e discesa del fiume Ticino.** Possibilità di pernottamento in tenda presso la sede del Canoa Club Milano a Castelletto di Cuggiono. Info: CCM (Valerio) 02-6070489 www.canoaclubmilano.it

**30/5 Vogalonga a Venezia.** Manifestazione aperta a tutte le imbarcazioni a remi (o pagaie). Percorso di circa 30 km, con partenza dal bacino di S.Marco. Comitato Organizzatore Vogalonga 041-5210544/041-5200771 (fax). info@vogalonga.it

**30/5 Festa del Naviglio Martesana - Memorial Granacci.** Discesa per tutti da Bellinzago al Parco Gorla di Milano, con sosta e picnic a Cernusco sul Naviglio. Info: ACF - Peppo Delconte 02-2841066 o 339-2239284 peppo.delconte@tiscalinet.it

**GIUGNO**

**5-6/6 Archeuscita in Laguna Nord (VE).** Con pernottamento all'isola di Mazzorbetto, tra Torcello e Burano. Org. Associazione Arcobaleno. Info: Antonella 333-4502323 e Giorgio 339-2071737.

**6/6 Discesa dei fiumi Sture di Lanzo, Valgrande o Viù.** Percorso da stabilire. Org. Canoa Club Milano (Mattia). Info: 02-6070489 www.canoaclubmilano.it

**6/6 Discesa del fiume Brenta.** Percorso da stabilire. Org. Associazione Canoistica 360 gradi. Info: 041-912676 o 340-5276217. E-mail: 360gradi@soafmc.it

**13/6 Discesa del fiume Mera.** Raduno ore 10.30 al lago di Novate (SO), imbarco al ponte di Mese. Dettagli da stabilire. Info: ACF - Peppo Delconte 02-2841066 peppo.delconte@tiscalinet.it

**19-20/6 Due giorni di scuola sul fiume Soca (Isonzo).** Org. Canoa Club Bologna. Info: 051-575354 (telenofo e fax). ccbologna@libero.it www.canoaclubbologna.it

**20/6 Stralagodorta .** Percorso di circa 14 km, con partenza ore 14 dal Lido di Gozzano. Org. Polisportiva Navigatori di Luzzara. Info: guido Maino 0321-456188.

**20-27/6 VII Elba Mare Marathon.** 50 miglia solo per kayak da mare. Raduno a Marciana Marina. Org. Sottocosta. Info: Gaudenzio

Coltelli 348-2290711 (fax 0565-996609) gaudenzio.c@libero.it www.sottocosta.it

**24-27/6 Escursioni da Marsiglia a St. Tropez.** Per canoisti esperti e allenati. Org. Canoa Verde. Info: Paola 010-3726417 canoaverde@yahoo.com

**26-29/6 Sui fiumi della Slovenia e del Friuli.** Per esperti. Org. Gruppo Canoe Roma. Info: Maurizio Consalvi 06-5041413 / 340-3996045 maurizioconsalvi@yahoo.it www.gruppocanoeroma.it

**27/6 Discesa del fiume Soca (Isonzo).** Organizzazione Canoa Club Milano. Info: Francesco www.canoaclubmilano.it 02-6070489.

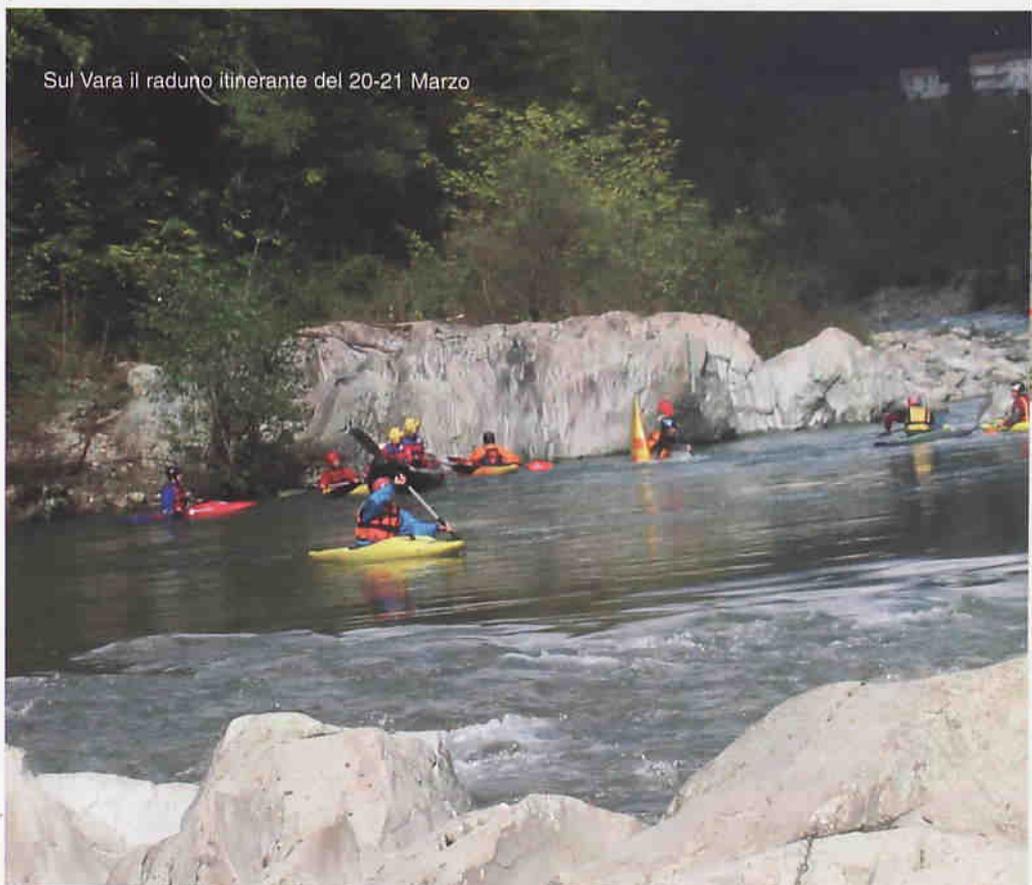
**27/6 Quinto Raduno nel Parco del Delta del Po.** Percorso facile di circa 20 km sul Po di Tramontana e Isola della Batteria. Partenza ore 10,30 da Pila (Porto Tolle). Info: Germano o Fabio 0426-633474 / 347-8856193 wtrocc@tin.it

**LUGLIO**

**3/7 Aquathlon.** Manifestazione sportiva multidisciplinare a squadre (kayak, nuoto, mountain bike, canoa canadese, podismo) presso la sede nautica del Canoa Club Milano. Info: Marco www.canoaclubmilano.it 02-6070489.

**3-4/7 Weekend nel golfo di Trieste.** Sabato 3, ore 15 dal camping di Panzano alle risorgive del Brancolo. Domenica 4 pagaia del due castelli (Duino e Miramare). Org. Associazione Arcobaleno. Info: 041-900591 pamio@inwind.it

**3-4/7 Cazziadi.** Giochi a squadre sull'acqua (in canoa e non). Org. Associazione Canoi-



Sul Vara il raduno itinerante del 20-21 Marzo

stica 360 gradi. Tel. 041-912676 o 340-5276217. 360gradi@soafmc.it

**3-4/7 Raduno sul Lago d'Idro.** Sabato 3, Trofeo alta velocità per kayak da mare. Domenica 4, giro turistico del lago. Info: ACF - Alfredo Margola 030-2007557 alfredo.margola@libero.it

**4/7 XXXIII Regatalonga del Lario.** Gita sul lago di Como per tutti i tipi d'imbarcazioni, con raduno a Lezzeno ore 10 e partenza ore 11. Org. Comitato Regatalonga e Canottieri Lezzeno. Info: Sig.ra Bazzoni 031-914551 o 031-915228

**4-10/7 Tatrarundfahrt (Repubblica Slovacca).** *Discese guidate sui fiumi dei monti Tatra (Cierny Vah, Belà, Orava, Dunajec). Ritrovo il 4/7 ore 20 Autocamp Borova Sihat, Liptovski Hradok. Org. Maria Bazantova, Bratislava: bazantova@smu.gov.sk Info: Andrea Ricci ar\_canoa@libero.it 329-6883135*

**10-11/7 Escursioni nell'Area delle Cinque Terre (SP).** *Per tutti. In canoa e a piedi in uno dei tratti più suggestivi della Liguria di Levante. Org. Canoa Verde. Info: Luisa e Marina 0103726417 canoaverde@yahoo.com*

**16-18/7 Maratea Mare Marathon.** Percorsi da stabilire sul tratto di costa da Castrocucco di Maratea a Capo Palinuro. Info: Ildefonso idelc@virgilio.it 333-3111855, Federica sbergami5@hei.unige.ch 339-2874195.

**16-18/7 Tre giorni in Laguna di Venezia ("coi foghi del Redentore").** Pernottamento in tenda. Org. Associazione Arcobaleno. Info: Carmela e Tito 041-900591 / 328-7661202 pamio@net24.it

**17-18/7 Weekend in Val di Sole.** Con discese sul fiume Noce. Org. Canoa Club Milano. Info: Paolo. www.canoaclubmilano.it 02-6070489.

**24/7 Discesa del fiume Sesia.** Percorso Riva ValDobbia-Mollia. Org. Canoa Club Milano. Info: Daniele. www.canoaclubmilano.it 02-6070489.

**24/7 Giro notturno del lago di Martignano.** Per tutti. Org. Gruppo Canoe Roma. Info: Carlo Alberto Caponi 335-7632210 carlocaponi@yahoo.it o Paolo Palmieri 339-2093954 www.gruppocanoeroma.it

**25/7 Lario in voga.** Percorso alternativo di 8 o 12 km, con partenza ore 10 da Gra-

vedona, località Serenella. Org. Associazione Remiera Gravedona 0344-89215.

**26/7-1/8 Artic Sea Kayak Race/Ramble (Norvegia).** Percorso itinerante di complessivi 120-150 km nell'arcipelago delle Vesteralen, nel mare del Nord. Per iscriversi bisogna essere sul posto il 25 luglio. Org. ASKR di Sortland . karl-einar.nordhal@tin.no Info: Luciano Belloni 031-696704 luciano.belloni@tin.it

## AGOSTO

**1-16/8 Raduno internazionale estivo a Eyglers (Francia).** Organizzazione 4p Kanu group Info Arcangelo Pirovano 338-4755710 arcpir2002@virgilio.it - www.canoa.org

**8/8 Sul lago di Como.** Percorso di circa 50 km (o alternativo di 35 km). Imbarco a Como ore 9, con destinazione Isola Comacina pe ritorno a Como. Info ACF Luciano Belloni 031-696704 luciano.belloni@tin.it

**14-21/8 Stage di canoa slalom sulla Durance (Francia).** *Base a L'Argentiere, Camping Les Ecrins. Org. Canoa Club Bologna. Info: 051-575354 (tel./fax). ccbologna@libero.it www.canoaclubbologna.it*

**14-15/8 Escursioni da Nervi a Lavagna.** *Per canoisti esperti e allenati. Org. Canoa Verde. Info: Giulio 010-3726417 canoaverde@yahoo*

**15/8 Festa dei canoisti di Framura (SP).** Gita per tutti sulla riviera ligure di Levante. Partenza ore 10 dal porticciolo di Framura. Info: ACF Peppo Delconte 02-2841066 339-2239284. peppo.delconte@tiscalinet.it

**27-29-8 Raduno sui fiumi Velino e Turrone.** Difficoltà I-II. Org. Gruppo Canoe Roma. Info: Roberto Nardi 347-0331365 robertonardi@caltanet.it www.gruppocanoeroma.it

**28-29/8 Discese sui fiumi della Slovenia.** Percorsi da stabilire. Org. Associazione Canoistica 360 gradi. Tel. 041-912676 o 340-5276217. 360gradi@soafmc.it

**28-29/8 Weekend sul fiume Soca (Slovenia).** Percorsi da stabilire. Campeggio al Kamp Koren di Kobarid. Org. Associazione Arcobaleno. Info: Carmela e Tito 041-900591 / 328-7661202 pamio@net24.it

## BREVI

### NUOVO SITO INTERNET

Il 22 dicembre 2003 (ahimè in ritardo per la pubblicazione sul precedente numero di *Pagaiando*) è stata pubblicata la nuova versione del sito internet federale.

L'intera impostazione e la veste grafica sono stati rivisti e realizzati dalla società Wintrade srl di Verona, specializzata nella fornitura di servizi web. Il nuovo sito dispone di alcune pagine dinamiche, rapidamente aggiornabili, che diventano così lo strumento principe per la rapida comunicazione tra la Federazione e i suoi associati. Appena disponibili verranno pubblicate tutte le informazioni utili riguardanti le attività: raduni, corsi, etc. Naturalmente l'indirizzo internet rimane quello di sempre: [www.canoa.org](http://www.canoa.org).

Buona navigazione.

### CORSI DI SICUREZZA

Onda Selvaggia Centro Sport Fluviali organizza corsi di sicurezza fluviale e di canoa a vari livelli.

Ecco le date:

**Aprile** nei giorni 3/4 - 24/25 corso di sicurezza fluviale I e II livello con opzioni corso di conduzione gommone e BLS. Sempre ad aprile nei giorni 10/11/12 in Slovenia una tre giorni sulla sicurezza e un corso di canoa per principianti ed esperti.

**Ottobre** nei giorni 2/3 - 9/10 corso di sicurezza fluviale di I e II livello.

Per info: [www.ondaselvaggia.com](http://www.ondaselvaggia.com)

tel. 0424-99581 - 347-3767729

e-mail: [info@ondaselvaggia.com](mailto:info@ondaselvaggia.com)

### ULTIME DAL COMITATO SESIA

La Provincia rende disponibile l'accesso allo "Studio su Sesia e affluenti".

Nel sito della Provincia all'indirizzo [www.provincia.vercelli.it](http://www.provincia.vercelli.it) trovate il link per accedere alla pagina di presentazione dello studio e per poter richiedere il CD che contiene lo studio stesso. Il Comitato invierà un comunicato per riferire i contenuti tecnici dello studio. Crediamo che se la Provincia ricevesse molte richieste per il CD (costo 7.80 Euro) passerebbe un messaggio di forte e presente interesse per la salvaguardia del Sesia. C'è da segnalare, inoltre, la presentazione di quattro progetti (di cui alcuni già respinti in passato) sui torrenti Egua, Sermenza e Mastallone. Non sono cose nuove; la novità sta nel fatto che i derivatori hanno alzato moltissimo le cifre spettanti annualmente a ogni Comune coinvolto dai progetti (fino a 100.000 Euro annui). Il Comitato presenterà le proprie controdeduzioni ad ogni singolo progetto entro i termini di legge.

Comitato Sport Per Tutti e formazione dei tecnici

# ANDIAMO AVANTI!

di Valerio Gardoni e Claudio Sghia

**Le due Guide, che rappresentano la FICT all'interno della commissione tecnica del CSPT, hanno partecipato al primo incontro con i rappresentanti FICK. Fra i temi affrontati spiccano in particolare la promozione del nostro sport, la sicurezza, i percorsi formativi.**

Torniamo a parlare di Comitato Sport Per Tutti. Come è già stato più volte ribadito, tra gli obiettivi c'è anche quello della formazione comune dei tecnici. Stessa formazione e stesse metodologie di lavoro. Su questo sta lavorando la Commissione Tecnica del CSPT, di cui facciamo parte dopo essere stati nominati dal Presidente FICT Arcangelo Pirovano. Con cadenza più o meno mensile ci troviamo intorno a un tavolo coi rappresentanti delle altre sigle per disegnare i profili e i percorsi formativi dei futuri nuovi tecnici. Ovviamente ogni partecipante contribuisce con le proprie specificità. La FICT collabora col proprio bagaglio di promozione e sicurezza.

**Promozione.** Le capacità organizzative di molti club FICT, grandi e piccoli, sono ormai testate sul campo con decine di manifestazioni di ogni livello sull'intero territorio nazionale. Ricordiamo che promozione significa allargamento della base, visibilità dell'intero movimento canoistico nazionale e attenzione dei media. Aumentare la base significa anche, parallelamente, più agonisti e potenzialmente più campioni.

**Sicurezza.** Da sempre l'argomento principale nella formazione dei tecnici FICT. Le Guide nascono proprio col compito di accompagnare in ambiente (sia fluviale che marino) in sicurezza dei gruppi di canoisti. In passato a volte si è forse chiuso un occhio sulla tecnica, ma mai sulla sicurezza. Sicurezza nella formazione dei tecnici e sicurezza nella formazione dei principianti. La sicurezza dev'essere una condizione mentale per tutti, a prescindere dal livello.

Queste sono le nostre peculiarità e questo è il principale contributo che forniamo al CSPT. La FICK, rappresentata da Pietro Cozzini, collabora con la straordinaria esperienza agonistica e con la cultura tecnica del Centro Studi, nonché la consulenza dei Maestri di Canoa con Michele Gorgati. Al tavolo, in attesa di ufficializ-

zare la posizione, anche Stefano Carpita presidente dell'Area Acquaviva di UISP. Questi sono i valori in campo.

Per quanto riguarda la Commissione Tecnica CSPT, stiamo delineando i **profili dei nuovi tecnici**, divisi in tre livelli: 1° livello, per animatori in grado di fornire i primi rudimenti della canoa; 2° livello, per tecnici con competenze per dei veri corsi di canoa; un 3° livello, per specialisti in grado di curare ogni specifico dettaglio. Una volta definiti i profili, abbia-

nici di canoa CSPT.

Unire le forze è una volontà che va oltre l'essenziale aspetto tecnico. È la consapevolezza che il meraviglioso mondo della canoa può diventare sempre più un punto d'aggregazione per conoscere e vivere la natura da un'altra dimensione, cioè dall'acqua, per entrare in un paesaggio naturale di estrema bellezza, affascinante e irripetibile, un ambiente che va amato, rispettato e difeso dalle troppe violenze e ferite inferte dalla



mo evidenziato i **percorsi formativi**, i corsi e le modalità per abilitare a questi nuovi standard i tecnici già esistenti nelle varie Federazioni.

Ovviamente stiamo elaborando soltanto delle bozze al momento stiamo elaborando delle bozze. I documenti definitivi dovranno poi essere vagliati e approvati dai vari organi delle Federazioni firmatarie degli accordi CSPT. Se tutto funziona, il 2004 sarà l'anno in cui verranno rilasciati finalmente i primi brevetti per tec-

niche dei consumi. Scendere in canoa insieme vuol dire mettere in acqua le proprie esperienze e le proprie energie, mettersi in gioco perché la canoa diventi sempre più uno sport dove tutti possano vivere l'avventura del fiume. Per credere in questo bisogna uscire dagli argini artificiali che ci siamo inconsapevolmente costruiti, seguire la saggezza del fiume, esondare e dare vigore realizzativo ai progetti con la forza d'una piena.

Cronaca di un weekend in sea kayak tra i picchi innevati

# CIMENTO INVERNALE SULL'ALTO LARIO

di Luciano Belloni

**La lunga pausa invernale è una dura prova per tutti i pagaiatori. E già a gennaio sono in molti (stufi di abbuffate e tombole natalizie) a sfidare i rigori della stagione pur di riprendere l'attività, magari con un appuntamento tradizionale come quello sul lago di Como**

L'incontro di due giorni a fine gennaio tra sea-kayaker, che non ne possono più della pausa invernale, è divenuto ormai una tradizione annuale, tanto che, indipendentemente dalle condizioni del tempo, richiama sempre un discreto numero di appassionati. L'Alto Lario offre dal punto di vista paesaggistico delle incantevoli visioni, rese ancor più rese interessanti dai monti innevati che si aprono sulla Val Chiavenna, sulla Valtellina e dalle cime che fiancheggiano il lago.

La base di partenza è sul lago di Mezzola, in località Dascio: luogo ospitale e adattissimo per un raduno che per definizione necessita di parcheggi auto e di una certa riservatezza per i preparativi prima dell'imbarco, oltre ad offrire un'adeguata capacità alberghiera, che in questa stagione è più apprezzata del

campeggio nautico.

Dopo una settimana di freddo intenso (ma non certo polare come minacciavano i metereologi), si presentano all'appuntamento una trentina di pagaiatori, provenienti da diverse parti del nord Italia e persino dalla lontana Napoli. La voglia di ritrovarsi è troppo forte: così il cattivo tempo e l'influenza di stagione non hanno condizionato più di tanto le presenze. Per quelli che hanno rinunciato ci sarà certamente una prossima volta...

Preso il via, dopo le indicazioni di massima sul percorso del giorno, ci si dirige verso il lago di Como, facendo scivolare le imbarcazioni sul canale della Mera, che collega il lago di Mezzola con il Lario, sotto un cielo coperto, ma senza il minimo movimento d'aria. Solo all'altezza di Gera Lario si comincia ad avvertire una leggera brezza da sud, che sembrerebbe vento di

Breva, un po' inusuale per questo periodo, e lo specchio del lago inizia ad incresparsi; più si avvanza più le onde prendono consistenza e la brezza si trasforma in venticello freddo. I kayak da mare, lunghi e scorrevoli, fondono le onde frontali e spingendo di più sulla pagaia si avvertono sensazioni di maggior sicurezza, che diventano ancor più piacevoli quando il vento di prua si pone di tre quarti, evidenziando le caratteristiche di navigabilità di queste imbarcazioni. Altra considerazione fatta durante questo tratto del percorso è quella sull'uso della pagaia eschimese (o dritta) che si sta diffondendo, non certo per moda, ma piuttosto per maggior consapevolezza di come l'antico popolo degli inuit usasse questo attrezzo per necessità giornaliere di sopravvivenza in acque e venti freddi (forse meglio dire gelidi), e quindi con la necessità di percorrere



senza troppa fatica lunghe distanze in ambienti non privi di difficoltà. Il che calza perfettamente con gli intenti di chi pratica il kayak da mare per finalità turistiche, in condizioni di sicurezza e non solo in acque ferme e tiepide. La meta prefissata, Gravedona, non offre garanzie di riparo per la sosta; per cui, dopo aver superato Domaso, a gruppo compatto si raggiunge una spiaggia protetta in zona Vercana e qui si scopre un altro dei vantaggi offerti da queste imbarcazioni: dai

sereno e l'Alto Lario conquista definitivamente i partecipanti. L'imbarco è sul lungolago di Dervio e la traversata su Rezzonico è fatta all'insegna dei panorami che ci circondano con un lago inizialmente piatto e poi increspato per il Tivano (vento da nord) che dà le sue prime avvisaglie e certo non è mai vento debole. Scendendo dai monti e dalle valli intorno al lago, soffia quasi sempre contrario alla navigazione, almeno sino a Punta La Gaeta, dove è prevista una

breve sosta prima di riattraversare verso Varenna (circa 3 miglia).

La nuova traversata inizialmente tranquilla, da circa metà lago, si fa più faticosa per le raffiche sempre più consistenti di Tivano e le onde in aumento, con qualche frangente in cresta. In queste occasioni non è facile mantenere unito il gruppo e affiancare i più in difficoltà. È solo in questi momenti che tutti, esperti e non, si pongono alcune domande del tipo: "ma il mio kayak è veramente inaffondabile? la mia attrezzatura è adeguata? cosa mi manca? devo quindi decidermi all'acquisto di qualcosa che mi permetta di uscire anche a gennaio in condizioni di maggior sicurezza sia per me e che per gli altri"... Per la sosta pranzo si trova riparo dal vento e ci si gode un tiepido sole, pur sapendo che il rientro a Dervio sarà faticoso. Infatti il Tivano mantiene la sua pressione, le raffiche sono intense e alcuni decidono saggiamente di fermarsi: "domani il lavoro ci chiama e allora perché rovinarsi una bella giornata?".

Per chi affronta il tratto finale di rientro con vento contrario ancora una volta si dimostrano assai apprezzabili le caratteristiche dei kayak da mare e della pagaia eschimese che offre minor resistenza alle raffiche. Alla fine ci poniamo tutti una domanda: "ma perché gli amici fluviali, soprattutto quando i fiumi sono in secca, non si allenano sulle acque dei laghi, che molto spesso non sono poi tanto calme?".



gavoni esce di tutto, anzi di più... Qualsiasi cosa utile sia per un'uscita giornaliera che per una di più giorni. Prima di passare alla cucina o quanto può servire per rifocillarsi, l'operazione base è togliersi tutto quanto si indossi di umido o bagnato e rivestirsi con "tutto asciutto": il clima è piuttosto rigido, ma con un po' di previdenza si evita di prendersi un'infreddatura.

La sosta è sempre momento di festa, di scambi, di assaggi sia solidi che liquidi, alcolici e non.

Il vento cala, è ora in favore e malgrado ciò, per alcuni affiora un po' di stanchezza; quindi l'arrivo a Dascio è ben accolto e dopo una doccia tonificante tutto va meglio. Coloro invece che non sono mai sazi di pagaia, si spingono sul lago di Mezzola per completare la giornata. La sera ci attende una bella tavolata, tanto parlare di kayak, della stagione passata e delle mete marine per la stagione a venire, ma anche delle prossime uscite sui laghi.

Il secondo giorno si presenta con un cielo



Cronaca di due weekend didattici

# IL CORSO DI FORMAZIONE PER ISTRUTTORI FICT

di Maurizio Consalvi

**Comunicare agli allievi il proprio entusiasmo per l'ambiente fluviale e fornire loro un adeguato bagaglio tecnico per affrontare in sicurezza quest'attività ludico-sportiva: ecco i compiti fondamentali e i principi a cui si dovranno attenere i futuri istruttori FICT**

L'esperienza maturata, il confronto costante con le altre realtà del mondo della canoa, la ricerca di quanto già fatto da altri ci ha convinto che fosse indispensabile proporre un corso di formazione che preparasse e fornisse un bagaglio tecnico-didattico adeguato a chi vuole affrontare l'impegnativo compito dell'Istruttore di canoa fluviale nell'ambito della Federazione Italiana Canoa Turistica e che preparasse gli aspiranti istruttori ad affrontare il successivo esame.

Il corso, sviluppato in due weekend intensivi nel settembre scorso, ha affrontato

tutti quegli aspetti che, secondo noi, è importante conoscere per poter affrontare adeguatamente il delicato compito dell'insegnante. In precedenza i corsisti sono stati dotati del Manuale Istruttori FICT, dello Statuto della Federazione e di una dispensa sulla didattica, così da potersi presentare al corso già a conoscenza della parte teorica. Altro materiale su sicurezza e didattica, nonché il regolamento dei Tecnici FICT, è stato consegnato durante lo svolgimento del corso.

Innanzitutto è stato inquadrato l'ambito in cui l'Istruttore FICT andrà ad operare, spe-

cificando con quale spirito si dovrà avviare a quest'attività ludico-sportiva: appassionare ed entusiasmare gli allievi, fornendo loro un adeguato bagaglio tecnico, facendo loro scoprire ed apprezzare l'ambiente fluviale in condizioni di massima sicurezza. Si è quindi precisato il ruolo dell'istruttore: quali sono le motivazioni che lo spingono a intraprendere tale attività e successivamente quali possono essere le motivazioni che hanno portato l'allievo a scegliere di fare un corso di canoa e in che modo riuscire a mantenerle vive durante e dopo il corso.



Sono stati poi analizzati, per il momento solo in aula, i fondamentali descritti nel Manuale Istruttori della FICT, la posizione base, l'impugnatura, etc. Dopo una breve pausa ci si è spostati al lago per illustrare i mezzi tecnici (canoa e pagaia), l'abbigliamento dell'istruttore e le dotazioni di sicurezza (corda da lancio, moschettoni, coda di vacca, salvagente, fischietto). Dopo aver mostrato alcuni esercizi di riscaldamento e stretching, si è entrati in acqua, passando al vaglio tutti i fondamentali in acqua ferma. Si è iniziato con la spiegazione, passando poi all'esecuzione, alla cura del gesto e agli interventi per correggere ciò che non va; successivamente, alternandosi, ci si è cimentati a fare l'allievo e l'istruttore. Si è così preso in considerazione il ruolo specifico da svolgere, cominciando a sviluppare la capacità di esecuzione, osservazione e valutazione.

Un buon Istruttore deve saper spiegare in modo sintetico e comprensibile per l'allievo, dev'essere adeguatamente dimostrativo e fedele alla spiegazione durante l'esecuzione, saper osservare l'allievo, valutare la prestazione e proporre interventi correttivi. A tale proposito sono stati indicati esercizi propedeutici, integrativi e correttivi, che favoriscono l'apprendimento motorio attraverso lo sviluppo nell'allievo della sensibilità al nuovo ambiente e ai nuovi attrezzi che andrà ad utilizzare. Altri esercizi sono destinati a sviluppare equilibrio e destrezza.

Il giorno seguente è stato dedicato alla presentazione dell'ambiente fluviale, agli effetti dell'idrodinamica sui mezzi tecnici e nel letto del fiume. Si è affrontata poi la tecnica d'uscita dal kayak in caso di capovolgimento, come l'allievo dovrà comportarsi quando è a bagno e come dovrà poi recuperare l'attrezzatura portata a riva dall'istruttore.

A questo punto si sono esaminate le manovre fondamentali per la conduzione del kayak in corrente, ripetendo la progressione didattica seguita il giorno precedente al lago e continuando a potenziare la capacità di esecuzione, osservazione e intervento. Fornite agli aspiranti istruttori le indicazioni necessarie, anche attraverso commenti e osservazioni fatte da loro stessi, durante la discesa di un breve e facile tratto di fiume (l'Istruttore FICT, come da regolamento, è abilitato ad operare su percorsi fino al 2° grado di difficoltà) sono stati proposti altri esercizi propedeutici all'insegnamento dei fondamentali in corrente, utili ad agevolare l'apprendimento all'allievo. Le indicazioni date hanno seguito sempre, quello che per noi è un modello consono a sviluppare una corretta progressione didattica e cioè: spiegazione, dimostrazione, osservazione, correzione, ripetizione.

Nel weekend successivo, a questo iter, sono stati abbinati esercizi che seguono le fasi - esplorativa, dissociativa, stabilizzan-



te - legate al processo di apprendimento delle abilità motorie. Questo sia per rispettare le esigenze dell'allievo che per stimolare l'apprendimento attraverso il feed back. Elemento fisiologico indispensabile alla codifica - da parte degli organi interni e profondi del corpo umano - dei nuovi atti motori che l'allievo sta acquisendo. Si sono quindi analizzati i materiali minimi necessari alle manovre di sicurezza, con esercitazioni a secco e in acqua. Per noi è importante che l'istruttore si dimostri capace di intervenire nelle situazioni che frequentemente si presentano durante i corsi. L'allievo deve percepire netta la sensazione che in qualsiasi momento l'istruttore sappia intervenire in modo tempestivo e adeguato e deve egli stesso iniziare a prestare cura agli aspetti e alle attrezzature minime necessarie, cura che dovrà avere sempre se vorrà proseguire l'esperienza canoistica in ambiente fluviale. Fanno parte delle manovre di sicurezza lo sviluppo dell'acquaticità fluviale, come il nuoto in corrente e in rapida e le sue applicazioni: la posizione di sicurezza, il traghetto e l'ingresso in morta o in corrente. Come sopra accennato, nel secondo weekend vengono illustrate le fasi legate all'apprendimento e gli esercizi utili a stimolare queste fasi che, attraverso un'appropriata progressione didattica, condurranno gli istruttori a una reale unità didattica, senza che ciò reprima la fantasia, le potenzialità e le caratteristiche degli allievi che di volta in volta s'incontreranno. A questo proposito si è voluto affrontare anche l'aspetto importante della comunicazione didattica, che consentirà di mantenere un flusso continuo, uno scambio costante tra allievo e istruttore in modo da avere chiari gli obiettivi del corso, formularli al meglio e adattarli a ogni singolo allievo. Durante la formazione sono stati

suggeriti e sperimentati esercizi finalizzati allo sviluppo della sensibilità, dell'equilibrio e della destrezza dell'allievo nei confronti degli attrezzi che utilizza e dell'ambiente che si appresta a conoscere, nonché i metodi utilizzabili dall'istruttore per affrontare il difficile compito dell'insegnante.

Altro tema trattato, l'organizzazione di una discesa con gli allievi. Qui l'attenzione è stata posta soprattutto a come disporre gli allievi, alla segnaletica da utilizzare durante la discesa-lezione, a come comportarsi se più allievi dovessero rovesciarsi contemporaneamente.

Per concludere i lavori è stato presentato agli aspiranti istruttori un questionario sulle tematiche affrontate durante il corso e sulle loro personali interpretazioni su didattica e ruolo dell'istruttore. Le risposte al questionario costituiscono un momento fondamentale del corso poiché, attraverso il confronto, soprattutto indiretto, che ne scaturisce sono giunti, per tutti, motivi di riflessione e verifica di quanto fino a quel momento si era fatto e di quanto ancora bisognava fare. È stata un'esperienza molto significativa che ha rafforzato la convinzione che necessita introdurre in FICT corsi di formazione per istruttori e formatori, in modo organico e sistematico, dando così la possibilità a chi vuole cimentarsi in questo delicato ruolo, di affrontarlo con un bagaglio di conoscenza adeguato e responsabile.

Un ringraziamento a Claudio Allevi, che indirettamente ma con efficacia ha contribuito ad accrescere la qualità del corso e un sentito grazie anche ai corsisti per la disponibilità, la pazienza e l'impegno con cui si sono sottoposti all'intensivo tour de force, consapevoli e volitivi nel cercare di affrontare al meglio l'esame che li attende.

# PAGAIANDO ON LINE

a cura di PABO

## Disastro di Montirone

### Aiutiamo gli amici bresciani colpiti da un vergognoso atto vandalico

Come molti di voi già sapranno, nella notte tra sabato 7 febbraio e domenica 8, ignoti hanno incendiato la sede del Canoa Club Brescia e della Polisportiva No Frontiere a Montirone (BS), distruggendo tutto: uffici e depositi, canoe, pagaie, salvagenti, attrezzature per le gare e per la gestione della sede.

Il gesto appare ancora più ignobile se si pensa alla meritevole attività di volontariato e di promozione del nostro sport che da anni viene svolta dal Canoa Club e dalla Polisportiva che si dedica agli atleti disabili. I dirigenti della FICT si sono trovati tutti d'accordo nell'aprire subito una sottoscrizione per la raccolta di fondi e materiali a sostegno degli amici bresciani. Molti club affiliati si sono già mossi e siamo certi che molti altri (associazioni e singoli) lo faranno prossimamente...

Da queste pagine ricordiamo soltanto che la FICT ha messo a disposizione il **conto corrente postale 32630238** o (per chi preferisce il bonifico tramite banca) le seguenti coordinate bancarie: **ABI 07601- CAB 11200 - CONTO CORRENTE 000032630238**.

Si accetta qualsiasi somma. Ricordiamo di scrivere nella causale del versamento **DISASTRO DI MONTIRONE** e l'eventuale nominativo del versante (ma ovviamente si accettano anche versamenti anonimi).

È anche possibile inviare materiale (nuovo o usato), ma in questo caso dovete contattare il Canoa Club Brescia per le modalità di conferimento del materiale stesso.

Canoa Club Brescia

via Berardo Maggi, 9 25123, Brescia

tel. 030/47191 fax 0302400416

info@canoaclubbrescia.it

<http://www.canoaclubbrescia.it>

Ricordiamo che è stata duramente colpita anche la Polisportiva Bresciana "No Frontiere", nata nel 1985 con lo scopo principale di dare la possibilità a persone con disabilità fisiche e mentali di praticare attività sportive o di rieducazione motoria.

Collegamento: <http://www.iww.it/nofrontiere/>

Gli aggiornamenti sulla sottoscrizione li troverete nel prossimo numero di Pagaiaando

o nel sito federale [www.canoa.org](http://www.canoa.org)

oppure ancora on line: <http://www.pbases.com/pagaia/montirone>

<http://it.groups.yahoo.com/group/canoakayakitalia/messagesearch?query=montirone>



"Pagine Web: [www.tuttocanoa.it](http://www.tuttocanoa.it)"

"E-mail: [info@tuttocanoa.it](mailto:info@tuttocanoa.it)"



**TUTTOCANOA** S.R.L.

20139 Milano (Italy) - Via Gaggia n. 26

Tel. 02/5693347 - Fax 02/5693347

Diffusione kayak canoe, pagaie, accessori  
sicurezza abbigliamento  
in tutta Italia

**A RICHIESTA IL CATALOGO GENERALE CON I PUNTI VENDITA NELLE VARIE REGIONI ITALIANE**