

PAGAIANDO

Periodico di informazioni a cura della Federazione Italiana Canoa Turistica

OBIETTIVI SUL SESIA

**IL NUOVO CORSO
PER GUIDE**

**KAYAK DA MARE
IN SICUREZZA**

**AVVENTURE
NELL'EPIRO**

**ALLA SCOPERTA
DELLA VALNERINA**

APPUNTAMENTO A EYGLIERS

Rieccoci in pieno dentro le torride giornate dell'estate e con la voglia di trovare un po' di sollievo, magari nelle fresche vallate delle Hautes Alpes. Saranno in tantissimi anche stavolta i canoisti che si ritroveranno all'appuntamento di Eyglers, per il XXV raduno internazionale organizzato dalla 4 P (vedi Appuntamenti, pag.8). La vita spensierata del campeggio, le varie attività sportive intorno al lago e soprattutto le discese sulla Durance e sui suoi affluenti saranno le occasioni per riunire tanti vecchi e nuovi amici. Per i principianti è anche previsto un corso in acque bianche, tenuto da Valerio Gardoni, una delle nostre migliori Guide Istruttori.

Per quanto riguarda le tariffe si parte da una base di Euro 4,60 a notte, che comprende piazzola per una tenda, una vettura (oppure un camper, o vettura e roulotte) e una persona con relativa tassa di soggiorno. A questa quota base vanno aggiunti: Euro

3,04 per ogni persona adulta in più; Euro 2,74 per ogni bambino (ma è gratuito sotto i 2 anni). Inoltre: per elettricità (a 5 amp.) Euro 2,44; animali 1,25; tasse soggiorno adulti 0,25 e bambini 0,13; cauzione per card magnetica d'entrata Euro 30.



QUOTE AFFILIAZIONE-TESSERAMENTO ANNO 2002

3,00 euro	Socio iscritto al club senza ricevere Pagaiando
	Socio familiare
9,00 euro	Socio ordinario iscritto al Club con diritto di ricevere Pagaiando
14,00 euro	Socio non iscritto a Club con diritto di ricevere Pagaiando
27,00 euro	Affiliazione del Club senza scuola di canoa
	Guida fluviale
	Istruttore Federale
	Socio sostenitore
54,00 euro	Socio benemerito
105,00 euro	Affiliazione del Club con scuola di canoa e copertura assicurativa della scuola

A chi effettuare il versamento: Conto Corrente Postale N° 32630238
Intestato a: FEDERAZIONE ITALIANA CANOA TURISTICA - Via Francesca, 17 - 25037 PONTOGLIO BS



Per ulteriori informazioni contattare il tesoriere:

Gianni Camossi

Telefono 030-7471136 - Fax 030-7472036

Cellulare 335-6080911 e mail: gianni.camossi@numerica.it

Punti distribuzione di Pagaiando (per chi non lo riceve, ma vuole conoscerlo)

a Roma

- GYMSPORT - via Michele Amari 43 (Massimo Di Sabatino) - tel. 06/78345302, 7853978
- GRUPPO CANOE ROMA - Base nautica c/o Soc. Pangea s.r.l. - Scheggino (PG)

Il prossimo numero di PAGAIANDO chiuderà in redazione il **6 settembre**. Gli annunci e le collaborazioni a PAGAIANDO, vanno inoltrati all'e-mail peppo.delconte@tiscalinet.it oppure a mezzo posta, possibilmente prendendo accordi telefonici con la direzione (02-2841066). 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 e-mail) alla direzione.

a Milano

- TUTTOCANOA - v. Gaggia 26, 20139 Milano tel. 02-5693347
- Bertoni Campeggio Sport - v.le Fulvio Testi 140, 20092 Cinisello Balsamo (MI) - tel. 02-2406307
- alla segreteria FICT - tel. 02-39262577
- Idroscalo Club - via Circonvallazione Idroscalo 29 20090 Segrate (MI) - tel. 02-7560379

e fuori ...

- 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)
- inoltre presso le Guide Fluviali

S O M M A R I O

in copertina: Sul Sesia con gli striscioni - foto di Luciano Lucchini

Appuntamento a Eyglers pag. 2

Sommario pag. 2

Abbonamenti e distribuzione pag. 2

Ancora sul Sesia pag. 3
di Luciano Lucchini

Due comunicazioni pag. 3
di Arcangelo Pirovano

Nera: un fiume al tartufo pag. 4-5
di Walter Filattiera & Maurizio Consalvi

Introduzione al Rafting - 2° parte pag. 6
di Antonio Piro

Un museo per il Tevere pag. 7
di Francesco Bartolozzi

APPUNTAMENTI pag. 8-9

Avventure in Epiro pag. 10-11
di Frederik Beccaro

Kayak da mare e sicurezza pag. 12-13
di Raymond Varraud

Nuovo corso per Guide Fluviali pag. 14-15
di Claudio Sghia

On Line pag. 16
di Pabo

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 Delconte - Via Padova 154 - 20132 Milano

Tel. 02/2841066 - 339/2239284

e-mail: peppo.delconte@tiscalinet.it

Direttore Responsabile: Peppo Delconte
Registrazione Tribunale di Ivrea n.196 del 17/2/1998

Redazione:

Francesco Bartolozzi, Flavio Ciarrocchi, Ino Cum, Luciano Lucchini, Mauro Martini, Antonio Piro

Pubblicità - P.R.: Gianni Camossi

Stampa:

Tipografia Polaris - via Vanoni 79 - 23100 Sondrio
Finito di stampare il 28 giugno 2002

Soddisfazione nel Comitato per la difesa del Sesia per i risultati dell'iniziativa Successo della manifestazione ai mondiali

di **LUCIANO LUCCHINI**

Con le medaglie d'oro di Panato nel C1 (gara classica e sprint) e quelle d'argento di Pontarollo e della squadra nel K1, i nostri rappresentanti ai recenti mondiali di canoa discesa si sono fatti onore. Ma ancor più onore si sono fatti i rappresentanti di tutti i canoisti che si sono assiepati lungo le rive con striscioni, bandiere e cartelli in difesa di quello stesso fiume su cui si stava gareggiando, il Sesia.

Nello scorso numero di *Pagaiando* avevamo presentato la situazione di questo splendido fiume, minacciato dalla costruzione di 23 piccole centrali idroelettriche, e avevamo pienamente appoggiato la proposta del Comitato per la difesa del Sesia che chiamava a raccolta tutti i canoisti in occasione dei mondiali di canoa per rendere visibile una grande dimostrazione di protesta.

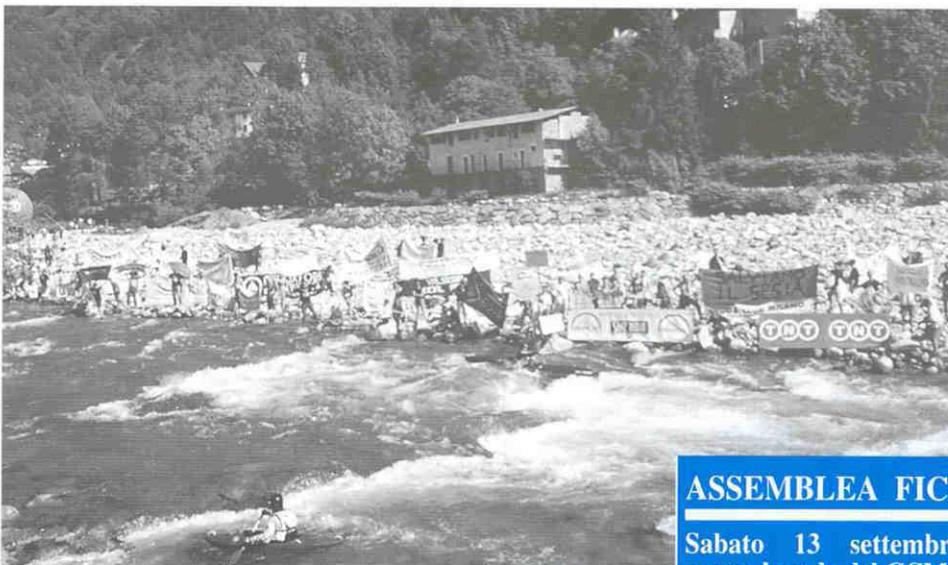
Oltre 150 gli striscioni presenti lungo il percorso della gara sprint, in rappresentanza dei canoisti di tutta l'Italia, dal Trentino alla Calabria, ma anche di ogni parte del mondo, dal Messico al Sud Africa, dall'Islanda alla Spagna. Molti naturalmente anche gli striscioni di club affiliati alla FICT e tanti i canoisti iscritti alla Federazione, provenienti anche dal centro e dal sud Italia, pre-

senti sulle sponde a manifestare il loro sostegno all'iniziativa. La nostra Federazione era ben rappresentata anche nell'organizzazione del mondiale, dalle Guide Fluviali per l'assistenza, in acqua, agli atleti; ma di loro parliamo più ampiamente nelle ultime pagine.

Moderatamente soddisfatti gli organizzatori per l'eco suscitata dalla manifestazione, che ha trovato spazio sia sulla carta stampata (Repubblica, Gioia e vari quotidiani locali) sia sul piccolo schermo (TV, Raisat e Euro-

news) che alla radio (Radio Rai e Radio Popolare).

Adesso però, dopo un doveroso ringraziamento al Comitato e a tutti coloro che hanno aderito all'iniziativa, **spente le telecamere attorno al mondiale, non dobbiamo mollare la presa** e la nostra attenzione deve essere sempre viva, perchè il problema delle centrali sul Sesia è tutt'altro che risolto e sicuramente dovremo trovare altre forme per far sentire la nostra voce.



ASSEMBLEA FICT

Sabato 13 settembre, presso la sede del CCM a Castelletto di Cuggiono (MI), si terrà l'Assemblea ordinaria dei soci FICT: o.d.g. approvazione del bilancio. Prima convocazione: ore 8. Seconda convocazione: ore 10.

SULLA QUESTIONE ROMANA

Francesco Bartolozzi mi ha fatto pervenire personalmente una lunga, articolata lettera nella quale precisa che la lealtà nei confronti della Federazione, l'impegno a promuoverne l'immagine, la disponibilità a ricostituire il Comitato Regionale del Lazio, sono caratteristiche abituali della militanza di chiunque mostri un minimo di coerenza, di correttezza, di attaccamento al sodalizio nel quale ha deciso di restare; la lealtà dei romani non è mai venuta meno ma è arbitrario interpretarla come rinnovato consenso alla linea gestionale nazionale; che il consenso ci sia non è affermazione credibile se proviene dalla parte interessata ad attribuirselo; sarebbe, invece, affermazione senz'altro da credere, qualora provenisse da chi il consenso lo avrebbe accordato.

Arcangelo Pirovano
presidente della FICT

Rinnovato impegno per il kayak da mare

Il Comitato Direttivo della nostra Federazione nella riunione di Bologna il 14 febbraio scorso ha deciso di cooptare all'unanimità dei presenti aventi diritto al voto l'amico **Raymond Varraud**, kayaker di lunga e provata esperienza e Presidente della prestigiosa **Sottocosta** (Associazione per la Cultura e lo sviluppo del kayak da mare), che da anni si batte per rendere più sicura tale disciplina e per portarla ai livelli europei.

La nostra Federazione, che a novembre con assemblea straordinaria ha modificato il suo nome (da Fluviale a Turistica), con questi nuovi contributi rafforza e potenzia la sua penetrazione in un settore sinora trascurato o almeno poco curato nel passato. La FICT si apre quindi al costruttivo apporto del **Kayak mer**, di cui Sottocosta è senz'altro una delle componenti migliori.

Il lavoro che andiamo ad incominciare è notevole, ma notevole è l'apporto che

questo sodalizio può portare, unito all'impegno del C. D., dei quadri tecnici, Guide e Istruttori, alla venticinquennale esperienza della Federazione, nonché alla penetrazione del notiziario *Pagaiando*.

Diversi problemi all'interno del C.D. ci hanno fatto perdere tempo prezioso. Ora è nostro preciso dovere far di tutto per recuperare il tempo perso.

A Raymond Varraud, che entra come Consigliere Federale con la carica di Delegato al Kayak da mare, e a Mauro Ferro che entra come Tecnico nell'Accademia della Canoa, sempre per quanto riguarda il Kayak da Mare, a tutti i componenti di Sottocosta oltre al doveroso ringraziamento per la scelta di campo, un sincero "in bocca al lupo". **Ed incominciamo assieme a lavorare: ce n'è tanto bisogno.**

Arcangelo Pirovano

Una valle per volta



Il Nera, nel cuore verde dell'Umbria

UN FIUME AL TARTUFO

Una cascata celebrata anche dai poeti. Un fiume che è stato più volte aggredito dall'uomo e fin dai tempi antichi asservito alle sue esigenze, ma che non ha ancora perso il suo straordinario fascino. Una valle aperta ad ogni genere di turismo, da quello sportivo a quello gastronomico...

di WALTER FILATTIERA & MAURIZIO CONSALVI

COME ARRIVARE E CHI CONTATTARE

Autostrada A1 fino ad Orte, direzione Terni. Da Terni seguire le indicazioni per la cascata delle Marmore Belvedere Inferiore, che vi porteranno a Collestatte.

Ottima la sistemazione in uno dei numerosi agriturismo della zona.

In particolare per i turisti della canoa e del rafting ci sono associazioni e personaggi che possono dare informazioni e appoggio logistico:

Gruppo Canoe Terni Tel.074440735, Pangea S.r.l. Tel. e Fax. 0630887490, Centro Canoa e Rafting "Le Marmore" Tel. e Fax. 0686212249, Gruppo Canoe Roma Tel.3403996045.

Le guide fluviali del Lazio: Claudio Allevi, Massimo Angelini, Ettore Bartolozzi, Maurizio Consalvi, Andrea Cortoni, Claudio Fanucci, Franco Nazzareno Sibio, Daniele Squilla.

Sembra quasi impossibile, ma la notorietà del fiume Nera è principalmente dovuta a una delle prime e più antiche opere di ingegneria idraulica artificiale.

Le cascate delle Marmore, prodotte dalle acque del Velino deviate per bonifica a formare il lago di Piediluco, precipitano dopo un salto di 160 metri nelle acque del Nera dando vita a uno spettacolo incredibile.

L'origine della cascata è appunto artificiale, e risale ai lavori di bonifica e di canalizzazione del fiume Velino, intrapresi in età romana dal console Manlio Curio Dentato (271 a.C.).

Il Nera è un fiume di carattere spiccato e perciò non ama i compromessi: o è placido e tranquillo o è spettacolarmente irruento, come accade appena le acque del salto delle Marmore gliene danno la forza.

Questo fiume nasce dai monti Sibillini, che raggiungono altezze vicine ai 2.000 metri, e percorre la Valnerina mentre viene derubato più volte della sua naturalità.

I numerosi prelievi, le centrali, le fabbriche hanno condizionato prepotentemente l'aspetto di questa valle, tanto che qui si parla di "Archeologia Industriale" e il suo

scorrere cheto, a cascata chiusa, sembra quasi un modo di arrendersi rassegnato alla volontà dell'uomo.

Lo scalpitare puntuale delle acque del lago di Piediluco, che vi precipitano fragorose, asetticamente annunciate dai tre segnali acustici della sirena, sono uno dei richiami turistici di maggiore

interesse per questa splendida valle.

Il Nera, nel tratto sotto la cascata, che era descritto dagli esperti fino a qualche decina di anni fa come una gola di difficoltà estrema o addirittura impraticabile, è diventato oggi uno dei tratti maggiormente frequentati dagli appassionati di canoa e rafting.

La vicinanza con la capitale, ma anche con altre città del Centro Italia di grande tradizione culturale (come Terni, Perugia, Rieti, L'Aquila, Firenze, Siena, Arezzo) rende questa valle facilmente fruibile per tutti gli amanti di attività turistiche fuoriporta.

GLI ITINERARI FLUVIALI

Per i canoisti si possono prendere in considerazione due tratti.

Tratto da Castel San Felice a Collestatte

Imbarco di Castel San Felice.
Sbarco/Imbarco di Scheggino
Sbarco/Imbarco di Ceselli
Sbarco/Imbarco di Mecenano
Sbarco/Imbarco di Ferentillo
Sbarco/Imbarco di Arrone
Sbarco: Collestatte

Il tratto è particolarmente semplice. Attenzione però a tronchi e rami; talvolta interi alberi che possono trovarsi nel letto del fiume.

Il tratto Ferentillo-Arrone è utilizzato per gare di discesa.

Tratto dalla cascata delle Marmore a Papigno

Imbarco: sotto la cascata delle Marmore
Sbarco: Località Papigno su sponda destra
scala metallica alla fine del campo slalom
Difficoltà: Dalla cascata al campo slalom prestare attenzione e chiedere informazioni dettagliate alle guide del centro rafting "Le





Marmore", il Nera in questo tratto è impegnativo e ha le caratteristiche di un fiume in piena.

Il campo slalom nel tratto finale non presenta particolari difficoltà.

Informazioni per i rilasci della cascata presso A.P.T. Terni o direttamente al centro rafting.

LE ALTRE ATTRATTIVE

Oltre alla cascata delle Marmore ci sono i laghi della zona che possono offrire ampie possibilità di relax: Piediluco, Corbara, Trasimeno...

Inoltre è possibile praticare speleologia nelle grotte del Monte Cucco, nelle Tane del Diavolo, in località Fosso del Bagno, nei Pozzi della Piana, nella Grotta del Chiocchio e nella Grotta Eolia. È anche possibile praticare speleologia urbana nel sottosuolo di Narni, Amelia, Orvieto.

Dal punto di vista culinario, si sa, l'Umbria



è il massimo. Sono famosi i salumi di Norcia ed è impossibile non menzionare il tartufo, che da queste parti è un simbolo. Si possono gustare anche innumerevoli prodotti aromatizzati con il tartufo, compresa un'ottima grappa.

Tra le specialità locali ricordiamo inoltre le ciriole, specie di rustiche tagliatelle, la porchetta, le beccacce alla norcina, i budellacci, la lepre, il pesce d'acqua dolce, etc.

E per finire il vino, quello storico: cioè l'Orvieto. Naturalmente!

NOTIZIE IN BREVE

Nome: Nera

Lunghezza: Tratto navigabile con kayak, canoa canadesi e rafting per circa 25 Km da Castel San Felice a Papigno.

Regime: Sorgivo, pluviale, regolato

Affluenti da sinistra: Fiume Velino, lago di Piediluco, fiume Corno.

Affluenti da destra: Torrente Tescino

Percorribilità in canoa: Navigazione interdetta dal 1/11 al 28/02 di ogni anno ad esclusione dei tratti da Ferentillo ad Arrone. Nel tratto cascata delle Marmore-Papigno solo con cascata aperta.

Periodi di maggiore interesse: Sempre, lungo tutto l'anno, grazie alle innumerevoli attività sportive che si possono praticare nella valle.

Particolarmente indicato per: Ad eccezione del tratto dalla cascata delle Marmore al campo slalom di Papigno è particolarmente indicato per gruppi di principianti e scuole.

Periodo minimo di permanenza in zona: Per chi arriva dalla capitale anche una giornata, week-end o più giorni pernottando nei numerosi agriturismo presenti nella valle.

Distanza media dalle principali città: Roma 105 Km, Perugia 80 km, Napoli 315 km, Milano 530 Km, Firenze 230 Km, L'Aquila 95 Km, Venezia 410 Km.

Percorsi canoistici alternativi nelle vicinanze o lungo la strada di avvicinamento: Fiumi Corno, Chiascio, Turano, Tevere, laghi Trasimeno e Piediluco.

Zone di particolare interesse nelle vicinanze: canoisticamente il Corno e il Turano. Spoleto, Norcia, Ferentillo (con le sue mummie) e comunque tutti i paesi medioevali caratteristici di questa regione.

Flora: Macchia mediterranea, pini d'Aleppo, lecci, roverelle, querce, carpini, aceri, faggi. Per la felicità del palato crescono in modo spontaneo asparagi selvatici e i pregiatissimi tartufi neri.

Fauna: Il lupo, il gatto selvatico, il cinghiale, il capriolo, la trota fario, il gambero di fiume.

Attività sportive che si possono praticare nelle vicinanze: Cicloturismo e mtb, equitazione e turismo equestre, escursionismo a piedi, golf, pesca sportiva, roccia, sci, sci nautico, volo a vela e deltaplano, wind-surf e barca a vela, speleologia. E naturalmente canoa, torrentismo, rafting e hydrospeed.



CANOE KAYAK & ACCESSORI

a **ROMA** da:

GYM SPORT

"il Negozio con la Piscina"



CENTRO TEST KAYAK - CORSI PER PRINCIPIANTI E DI ESKIMO

VIA MICHELE AMARI, 43 - METRO A: PONTE LUNGO - BUS: 87, 360, 628, 649

Tel. 0678345302 - Cellulare 03392212014 - Fax 067853978 - E-mail: gymkayak@virgilio.it



La pagaia è l'elemento fondamentale per avanzare o timonare

INTRODUZIONE AL RAFTING

di ANTONIO PIRO

La pagaia

La pagaia va afferrata con la mano interna al di sopra del fusto (oliva) e quella esterna ben distanziata in basso a circa una spanna dalla pala.

La pagaia dovrà essere regolare e continua da ambo i lati con un ritmo di circa una al secondo se in avanti un po' più lento se indietro.

Possiamo considerare la propulsione del gommone come ad un mezzo cingolato dove l'avanzamento è possibile solamente se entrambi i cingoli lavorano simultaneamente e con la stessa velocità.

Occorre quindi che il ritmo tra destra e sinistra sia identico e ciò è facilitato se una sola persona si incarica di determinarlo e questa deve essere visibile da tutto l'equipaggio.

Tale pagaiatore sarà quindi posto avanti al resto dell'equipaggio (*risulta utile adottare come riferimento il pagaiatore anteriore che si trova più a valle in quel momento in quanto da tutti più visibile*).

La pagaia deve risultare come un'azione in cui il peso della persona non è scaricato sul remo ma rimane fisso sul gommone.

• Nella **pagaiata d'avanzamento** l'ingresso della pala in acqua dovrà avvenire piuttosto avanti rispetto al fianco del pagaiatore e in posizione più verticale possibile.

L'azione degli arti superiori sarà quella di spinta per l'arto interno e di trazione per quello esterno.

La linea d'azione del remo in acqua sarà parallela all'asse longitudinale dello scafo e terminerà all'altezza del fianco del pagaiatore.

Per incrementare la velocità è conveniente aumentare la frequenza delle remate e non la linea di trazione che deve restare costante.

• Nella **pagaiata per retrocedere** l'azione si svolgerà con una trazione dell'arto interno

Dopo la preparazione del gommone, che abbiamo visto nel numero precedente, eccoci finalmente in acqua: adesso dobbiamo condurre l'imbarcazione sulle rapide

facendo fulcro con il fusto del remo sul fianco esterno dopo aver inserito la pala posteriormente alla posizione del pagaiatore.

L'azione termina con un'inclinazione del busto verso dietro, in modo da allungare l'azione della pala in acqua.

La timonata

Il timoniere si preoccuperà di mantenere la pagaia sempre in acqua stabilizzando all'occorrenza la direzione del gommone.

Lo scafo in corrente manterrà un'inclinazione leggermente diagonale verso il lato opposto alla posizione del timoniere in modo da garantirgli maggior campo visivo e tale da consentire un immediato allineamento con un solo colpo di timone in dietro.

L'azione del timone tenderà a spostare la coda del gommone a destra o a sinistra, restando in asse con il flusso della corrente, in modo da non ostacolare l'eventuale azione dei pagaiatori.

Le azioni del timone tenderanno ad essere quindi ortogonali a quelle dei pagaiatori.

Per facilitare la manovrabilità del mezzo conviene intervenire con il timone in condi-

zione di movimento del gommone rispetto all'acqua.

E' preferibile quindi dare un comando di "un colpo avanti" o "un colpo in dietro" prima di timonare.

Le pagaie particolari

In determinate situazioni, per ottenere delle variazioni di direzione più favorevoli, può essere conveniente intervenire con la pagaia in modo diverso da come prima descritto.

Richiamo: consiste nel pagaiare dall'esterno verso il gommone in modo da farlo traslare nella direzione opposta alla trazione.

Ciò risulta utile ad esempio se eseguito da un componente anteriore dell'equipaggio per agevolare la giusta inclinazione dello scafo rispetto al flusso della corrente.

Aggancio: si esegue nelle manovre in avanti (positivo) e consiste nel tentativo del pagaiatore anteriore di creare un punto fisso, in una zona d'acqua ferma o corrente, per agevolare la rotazione del gommone.

(2 continua)



La "Casa della Discesa" raccoglie testimonianze della ormai storica canoata che raggiunge Roma NASCE IL MUSEO DEL TEVERE



di FRANCESCO BARTOLOZZI

Alla Discesa Internazionale del Tevere, in concomitanza con la sua XXIII edizione, giunge, oltre che un attestato di stima e di simpatia, anche un luogo per accogliere testimonianze, documenti, reperti relativi alla sua lunga storia.

Aderendo con entusiasmo a una proposta del Comitato Organizzatore della Discesa la Pro loco di Sant'Angelo di Celle, che da anni accoglie i partecipanti che giungono alla tappa di Deruta ed elargisce pregevoli regali in ceramica, oltre ad un applaudito momento conviviale, ha messo a disposizione uno spazio di sei metri per sei per ospitare La Casa della Discesa, una sorta di museo permanente della storica canoata che giunge alla capitale. Vi sono già stati collocati un Kayak ed una canadese appartenuti a personaggi che hanno fatto la storia della manifestazione, nonché la serie completa dei poster e dei manifesti di ognuna delle edizioni dall'82 al 2002. Presto vi giungeranno la copiosa rassegna stampa suddivisa per annate, i tagliandi che i club stranieri usano consegnare all'organizzazione della discesa, i videotape della varie trasmissioni televisive che hanno seguito negli anni i canoisti che percorrono la via d'acqua in direzione di Roma; foto, diapositive, cimeli, ricordi. L'organizzazione è altresì in grado di reperire, fra le carte accumulate, l'elenco - per quanto possibile completo - dei nominativi dei partecipanti ad ogni singola edizione.

Un punto di riferimento

La Casa vuole essere anche un punto di riferimento per chiunque intenda arricchirne la documentazione esistente. La discesa, peraltro, solo dal 1982 ha preso cadenza annuale; il compianto Guglielmo Granacci, al tempo interpellato per sapere delle edizioni precedenti, suggerì di denominarla terza, per rispetto di chi l'aveva indetta in precedenza. Tuttavia, oltre alla discesa del '69, organizzata dallo stesso Granacci sembrano essercene state

non solo un'altra. Insomma, proprio come è avvenuto per la datazione dell'era cristiana, anche per la conta delle edizioni della discesa del Tevere è probabile si sia incorso in qualche errore: potrebbero essercene state di più di quelle numerate. Un contributo alla individuazione di eventuali altre edizioni precedenti all'82 è molto gradito, specie se accompagnato da reperti, ritagli di giornale, semplici testimonianze. A tale scopo già gli amici del Canoa Club di Città di Castello, Sandro De Riu, Raffaello Chiucchiù, veterano della canoa e fine ceramista di Deruta hanno preannunciato memorie personali, preziose testimonianze e materiale documentale da fornire.

Un vero turismo fluviale

Oggi, come si sa, la moda di soffermarsi a giocare per ore su una rapida è molto in voga. Si tratta di un esercizio di destrezza per nulla da disprezzare se serve ad acquisire una preparazione adeguata a percorrere un fiume con maggiore sicurezza. Non deve però divenire un esercizio fine a se stesso altrimenti sarebbe un videogioco a pagaia dove la dimostrazione della propria abilità è l'unico narcisistico proposito. Invece, ben altra cosa è godersi la natura e gli scorci di panorama che solo un percorso fluviale rende disponibili; il tutto in perfetta armonia con i compagni di viaggio, poiché non in gara con loro ma, anzi, legati da un implicito patto di solidarietà; infine frugalità totale nella fruizione del tempo libero. Come si noterà, si tratta di valori in desuetudine in una società che, contemporaneamente, teorizza la competizione in

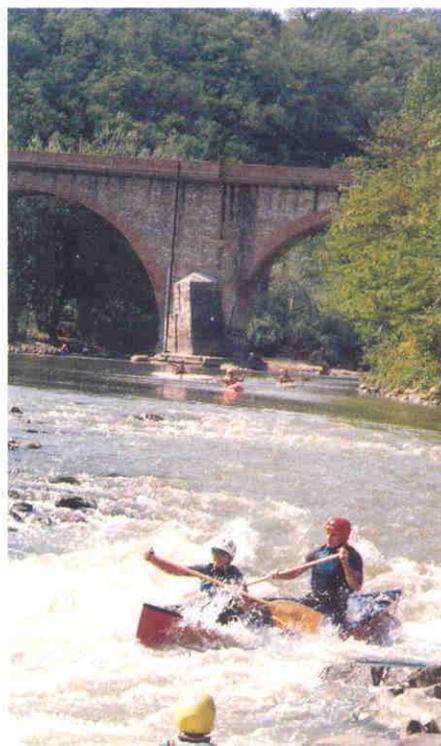
ogni aspetto della vita, effettua a piene mani il saccheggio dell'ambiente, esaspera il consumismo.

Il crescente successo

Ebbene, nonostante la tendenza generale, la discesa del Tevere, espressione integrale di turismo fluviale, non mostra flessioni del suo successo, né in termini di partecipazione né in termini di riconoscimenti; insomma non si limita a sopravvivere, ma gode ottima salute. Infatti, quest'anno gli iscritti sono stati 120 fra i quali stranieri di sei diverse nazionalità: slovacchi, tedeschi, austriaci, belgi, inglesi e svizzeri. Parecchi i ritorni, sia italiani che stranieri, anche ad anni di distanza, a testimoniare che lo spirito che pervade la discesa non si è corrotto nel tempo. Gli uomini che guidano la discesa possono cambiare ma le modalità adottate, le sensazioni e le amicizie prodotte, la solidarietà diffusa, lo spessore culturale restano immutati. Dunque, alla via così. C'è tuttavia un'amarezza che non può essere repressa. L'effetto serra incombe sul pianeta e

sui suoi abitanti; sulla pratica della canoa fluviale in genere e, prima ancora, sui fiumi ad andamento pluviale. Una magra come quella del 2002 non s'era vista mai prima; il rischio - purtroppo concreto non catastrofista - è quello che la Discesa del Tevere diventi una serie di trasbordi tra una pozza e l'altra lungo il letto del fiume.

Domanda: i governanti che negano l'evidenza dei guasti all'ambiente prodotti dalle loro industrie, per finalità dichiaratamente profittevoli, commettono o no crimini contro l'umanità?



APPUNTAMENTI 2002

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. Ad esempio, quello di Gente d'acqua (www.gentedacqua.it) ha introdotto di recente la pagina di aggiornamenti "dove si va domenica?"; oppure sul sito www.pagaiare.it/raduni/ troverete un calendario nel quale è possibile intervenire per apporre nuovi appuntamenti o modifiche a quelli già inseriti.

LUGLIO

3-4-5/7 SARDEGNA RADUNO Canoa Mare e Canoa Polinesiana. Da Cagliari a Villasimius. Info: Team Kayak Sardegna 070-304300 Maria Luisa Caboni 335-6084313 zeusc canoe@libero.it

5-6-7-8/7 «Un fiume al giorno»: discese da stabilire su Ticino e Sesia (diff. dal 1° al 4° grado). Info: Gruppo Canoe Roma - Maurizio Consalvi 06-65004143/340-3996045 oppure Claudio Fanucci 06-66153460. maurizioconsalvi@yahoo.it o claudio.fanucci@tiscalinet.it

6-7/7 Cinque Terre-Portovenere (SP). Info: Canoa Verde. Tel. 010-3726417, oppure Luisa 328-1787726.

6-7/7 Carton Rapid Race 2002. Gara aperta a tutti con imbarcazioni costruite in cartone e nastro adesivo sulla Dora Riparia a Cesana Torinese. Org. Orcokayak Centrocanoa e OK Adventure Company. Info: Orcokayak Centrocanoa tel. 335-6282728 - 011-8982844 www.okadventure.it

7/7 Discesa del fiume Cellina (PN). Org. Associazione Canoistica 360 gradi. Info: Federico 347-2465417. 360gradi@soafmc.it

7/7 Alto Garda (TN). Escursione in canadese con bussola fra Riva e Limone, con prove facoltative di arrampicata su roccia. Info: Napoleone Villani 339-6840598. E-mail: trapper-canoa@tin.it

12-13-14/7 Uscite per esperti sui fiumi trentini (Noce, Avisio e altri). Org. Associazione Canoistica 360 gradi. Info: Michele 041-942331. 360gradi@soafmc.it

14/7 Discesa del fiume Noce (TN). Info: CCM (Paolo) 02-6070489 www.canoaclubmilano.org

14/7 XXXI Regatalonga del Lario: gita sul lago di Como con possibilità di due percorsi a scelta (9 o 18 km). Raduno a Lezzeno, ore 10; partenza ore 11. Org. Comitato Regatalonga e Soc. Canottieri Lezzeno. Info: Francesco Bazoni 031/914551 fax 031/570858

19-20-21/7 Tre giorni in Laguna di Venezia Un classico dell'Associazione Arcobaleno. Info: 041-900591 pamio@inwind.it

20-21/7 «Mincio in canoa 2002»: sabato 20, da Pozzolo a Rivalta (partenza ore 14); domenica 21, da Mantova a Rivalta (partenza ore 9). Possibilità noleggio canoe. Info: Pro Loco Amici di Rivalta tel/fax 0376-653340. E-mail: info@prolocorivalta.mn.it Sito: www.prolocorivalta.mn.it

21/7 Le Cazziadi: giochi sull'acqua per tutti. Org. Associazione Canoistica 360 gradi. Info: Laura 347-0113643 e 340-5276217. E-mail: 360gradi@soaf

21-26/7 Artic Sea Kayak Race/Ramble - Norvegia Percorso itinerante di cinque giorni per circa 120-150 km nell'Arcipelago delle Isole Vesteralen sul Mare del Nord o gara competitiva su un percorso di circa 200 km. Organizza ASKR - Post Box 287, Sortland, Norway. Tel. 0047-76-121244. E-mail: karleinar.nordahsl@tin.no Info in Italia: Luciano Belloni 031-696704.

27-28/7 Due giorni sul fiume Arzino. Con canyoning nella Foce. Info: Associazione Arcobaleno. 041-900591 pamio@inwind.it

28/7 Discesa del fiume Sesia: da Riva Valdobbia a Mollia. Info: CCM (Daniele) 02-6070489 www.canoaclubmilano.org

28/7 Lario in voga (CO). Percorso alternativo di 8 o 12 km con partenza alle ore 10.00 da Gravedona Località Serenella - Associazione Remiera Gravedona 0344-89215

AGOSTO

5-18/8 RADUNO INTERNAZIONALE ESTIVO a Eyglies (Francia). Organizzazione 4P. Info: Arcangelo Pirovano 338/4755710 - 0375/42442, 338/4755710 - Gianni Camossi 030-7471136, 335-6080911 E-mail: arcpir2002@virgilio.it - gianni.camossi@numerica.it - Sito FICT: www.canoa.org

11-25/8 Scuola di canoa sulla Durance. Info: Canoa Club Bologna - Segreteria (martedì e venerdì dalle 17 alle 19) Tel./Fax 051/575354 E-mail: ccbologna@libero.it www.canoaclubbologna.it

15/8 Ferragosto tra le scogliere di Nervi e Bogliasco (GE). Info: Canoa Verde. Tel. 010-3726417, oppure Max 010-826175.

18/8 Festa dei canoisti di Framura (SP). Con gare amatoriali per tutte le categorie (ragazzi, donne, junior, senior). Info: ACF Pippo 02-2841066, Claudio 02-2820970.

24-25/8 Vacanze sul fiume Soca (Slovenia) Con campeggio a Kobarid. Informazioni: Associazione Arcobaleno 041-900591 pamio@inwind.it

24-25/8 Dalla Francia alla Slovenia: weekend sul Soca per i reduci di Eyglies. Info: Gente d'Acqua - Ino Cum 02-39262577 o 339-4053440 www.gentedacqua.it.

25/8 Discesa del fiume Brenta. Associazione Canoistica 360 gradi. Info: Andrea 347-2465700. 360gradi@soafmc.it

31/8-1/9 Due giorni in Laguna di Marano. Info: Associazione Arcobaleno 041-900591 pamio@inwind.it

31/8-1/9 Raduno sui fiumi Velino e Turano. (Diff. 1° e 2° grado). Info: Gruppo Canoe Roma Maurizio Consalvi 06-65004143 / 340-3996045 o Claudio Fanucci 06-66153460. E-mail: maurizioconsalvi@yahoo.it o claudio.fanucci@tiscalinet.it

SETTEMBRE

2/9-8/9 Vacanze in Dalmazia Info: Associazione Arcobaleno 041-900591 E-mail: pamio@inwind.it

7-15/9 Parco Triglav e fiume Isonzo (Soca) Raduno in Slovenia, con trekking a piedi e discese facili in canadese fra Caporetto e Tolmino. Info: Napoleone Villani 339-6840598. E-mail: trapper-canoa@tin.it

8/9 25° Rematalonga del lago d'Orta. Partenza ore 11 dal Lido di Gozzano. Percorso circa 12 km. Org. Polisportiva Navigatori Luzzara. Info: Guido Maino 0321-456188.



8/9 **Vorderrhein - Discesa del Reno Anteriore** (Svizzera Romancia). XIX discesa del fiume elvetico organizzata dal Canoa Club Milano. Info: Vittorio Pongolini. www.canoaclubmilano.org Tel. 02-6070489.

8/9 **Canyoning** Org. Associazione Canoistica 360 gradi. Info: Alberto 347-7413295. 360gradi@soafmc.it

14/9 **Discesa del fiume Adda** per principianti: da Medolago a Trezzo. Info: ACF 02-2841066.

14/9 **Biciclettata sull'Adda:** in senso inverso alla corrente, da Trezzo a Calusco. Informazioni: CCM (Aurelio) www.canoaclubmilano.org

16/9 **Giro in notturna del Lago di Martignano.** Info: Gruppo Canoe Roma - Maurizio Consalvi 06-5041413 - 340-3996045 maurizioconsalvi@yahoo.it

20-28/9 **Masua-S.Pietro-S.Antioco** (Sardegna sudoccidentale). Org. Canoe in mare! Info: Sandro 328-8603842, Amleto 328-2213270. E-mail: sandro@kri.it wamlet@libero.it

22/9 **Discesa del Ticino:** manifestazione di fine stagione per gli amici di Gente d'Acqua. Info: Ino Cum 02-39262577 o 339-4053440.

22/9 **Raduno Città Gemellate:** manifestazione canoistica nel Parco naturale Migliarino S. Rossore Massaciuccoli. Org. Gruppo Sportivo Dipendenti Comunali Viareggio. Info: Dan Bart kayakdb@yahoo.com

29/9 **Mis-Cordevole-Piave** (BL). Da Piz a Campolongo. Info: Associazione Arcobaleno 041-900591 E-mail: pamio@inwind.it

OTTOBRE

13/10 **Discesa del fiume Trebbia** (PC). Info: Polisportiva Trezzano - Maurizio 347-2311568

13/10 **Discesa del fiume Mis** (BL). Associazione Canoistica 360 gradi. Info: Sebastian 340-3667051. E-mail: 360gradi@soafmc.it

13/10 **Castagnata sul lago di Novate** (SO). Manifestazione di chiusura stagione ACF. Info: Peppo 02-2841066 o Aldo 02-2427032

13/10 **Giro del lago di Pusiano** (CO). Raduno a Pusiano entro le ore 10. Percorso di circa 10 km. Organizza Centro Kayak Canoa di Pusiano. Info: Ambrogio Pioltelli 031-655463.

20/10 **Discesa del fiume Borbera** (AL). Un appuntamento fluviale idoneo a tutti. Info: CCM Valerio 02-6070489 www.canoaclubmilano.org

25-26-27/10 **RADUNO FEDERALE D'AUTUNNO SUL FIUME VARA** (SP). Organizza il Club Cagnacci Bagnati, con la collaborazione della FICT. Info: Alessandra 347-4416365 hontas@libero.it

27/10 **Valle Zappa e Cason Barenon** (VE), ovvero «Castagne in Laguna». Info: Associazione Arcobaleno 041-900591 pamio@inwind.it

NOVEMBRE

10/11 **Val di Non e lago di Cles** (TN). Trekking di due giorni sui contrafforti della Val Adige e facile escursione in canadese nelle profonde forre del lago. Pernottamenti in campeggi e rifugi. Info: Napoleone Villani 339-6840598. E-mail: trappercanao@tin.it

10/11 **Discesa del fiume Sile.** Associazione Canoistica 360 gradi. Info: Federico 347-2465416 E-mail: 360gradi@soafmc.it

10/11 **Discesa del Naviglio Grande:** da Gaggiano a Milano. Info: Polisportiva Trezzano (Claudio) 02-4501391 o 347-8298027. E-Mail: claudio@scuoladicanoa.it

DICEMBRE

7-8-9/12 **Festa Associativa di fine anno canoistico.** Org. Associazione Canoistica 360 gradi. Info: Ivan Dal Bello 041-91267. E-mail: 360gradi@soafmc.it

7-8-9/12 **Weekend sui fiumi Umbro-Marchigiani:** Sentino, Bosso, Chiascio, Candigliano, Burano (difficoltà dal 2° al 4° grado). Info: Gruppo Canoe Roma - M. Consalvi 06-65004143/340-3996045 o C. Fanucci 06-66153460. maurizioconsalvi@yahoo.it o claudio.fanucci@tiscalinet.it

8/12 **XVI Meeting di Natale sul Lago d'Orta** Percorso di 9 km, con partenza dal Lido di Gozzano alle ore 11. Org. Polisportiva Navigatori di Luzzara. Info: Guido Maino 0321-456188.

26/12 **Fiaccolata di Santo Stefano a Terni.** Discesa del tratto cittadino del fiume Nera. Org. gruppo Canoe Terni. Info: Loredana 0744-271782, Marina 0744-407235, Mauro 328-9396144, fax 0744-407134. E-mail: gruppocanoeterni@libero.it

LEGENDA

La rubrica Appuntamenti 2002 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 già affiliati per il 2002

I NOSTRI CORSI

Qui di seguito elenchiamo gli ultimi corsi programmati dai nostri club. E invitiamo i responsabili di tutti i club affiliati alla FICT ad inviare tempestivamente i loro programmi perché vengano pubblicati con sufficiente anticipo.

* Dopo i corsi primaverili (per principianti, avanzati e di sicurezza fluviale) l'Associazione 360 gradi proseguirà in autunno con altre importanti iniziative. I giorni 18-19-25-26-28-29 settembre si terrà un corso di formazione per istruttori associativi e federali. I responsabili sono Andrea Canova 347-2465700 e Alberto Zanatta 347-7413295. Invece nei mesi di ottobre, novembre e dicembre 2002 si terranno corsi di eskimo in piscina a Mestre (Ve). Responsabile: Diego Danesin 328-8272293. Per ulteriori informazioni, e-mail: 360gradi@soafmc.it

* Il gruppo ACF (Amici Canoa Fluviale) organizzerà a Milano nel mese di luglio un corso speciale di avviamento al kayak per i giovani soci. Il programma prevede lezioni alternate in piscina e sul Naviglio Martesana. Info: P. Delconte - 02-2841066.

* Proseguono anche i corsi di kayak del Canoa Club Milano, iniziati a fine marzo presso la sede sociale di Castelletto di Cuggiono, nel Parco del Ticino. I corsi sono aperti a tutti, sia a coloro che vogliono imparare ad andare in canoa sia a quelli che vogliono migliorare le tecniche, e si svolgono in tre weekend consecutivi. Il calendario prevede ancora tre corsi: dal 13 al 18 luglio, dal 7 al 22 settembre e dal 28 settembre al 13 ottobre. Info: danielle.parini@tin.it oppure CCM - tel. 02-6070489 www.canoaclubmilano.org



Una breve ma intensa vacanza in Epiro con un programma semplice: scendere più fiumi possibili **IN GRECIA TRA STORIA E AVVENTURA**

di **FREDERIK BECCARO**

Ponte del 25 Aprile, che facciamo? Partiamo? Dove andiamo? No, in Corsica non c'è acqua! Cerchiamo un'alternativa! Scegliamo la Grecia, dove sembra ci sia stato un inverno particolarmente piovoso.

Con parecchi amici canoisti ci diamo un appuntamento di massima per il 26 aprile in Epiro, nelle vicinanze di Igoumenitza. Arriviamo la mattina del 26 e subito ci dirigiamo in una decina verso lo sbarco dell'Acheronte. Mentre ci prepariamo, ne arrivano altri. Andiamo all'imbarco senza contarci e durante la discesa scopriamo di essere in 23!

L'Acheronte scorre, come la maggior parte dei fiumi greci in una valle del tutto remota ed entra in una gola molto suggestiva. Il livello è discreto, grazie a piogge dei giorni precedenti e le dif-

trattiamo per caricarci tutti alla volta dell'imbarco. Una bellissima esperienza che ha impresso al gruppo la voglia di stare assieme.

Il Kallaritikos si presenta con acque cristalline e livello medio, all'imbarco ci aspetta un tratto di 600 m. di 4° e poi un'ampia vallata aperta di circa 3 km prima di entrare nelle gole del Kallaritikos stesso, difficoltà 3°, paesaggio veramente notevole. Dopo circa 10 km dall'imbarco raggiungiamo la confluenza con Arachtos: l'acqua qui è più torbida e le difficoltà si mantengono sul 3°. Anche qui ci sono delle gole veramente maestose.

Dopo lo sbarco ci avviciniamo verso Ioannina e durante la notte una pioggia providenziale ci regala la possibilità di discendere il Mileapotamos.

L'avvicinamento e l'individuazione dello sbarco ci fanno perdere molto tempo ed al momento dell'imbarco non tutti se la sen-

C'è persino il tempo di visitare i monasteri di Meteora



Una brillante idea per un recupero da record: in 22 in un sol colpo

Discese da esperti, ma non proibitive, tanti amici pronti a superare ogni imprevisto, un buon livello d'acqua e una lunga scorribanda per le strade della Grecia. Ecco il segreto per una vacanza non certo riposante ma varia e piena di scoperte

fioltà non vanno mai oltre il 4°. Visto un contrattempo di uno del gruppo che deve rientrare, decidiamo di restare a dormire allo sbarco sulla sponda destra del fiume nei pressi delle terme.

La mattina seguente lasciamo il primo accampamento e ci dirigiamo verso l'Arachtos e il suo affluente Kallaritikos. In linea d'aria questi fiumi si trovano a una cinquantina di km, ma alla fine per arrivare allo sbarco impiegheremo tre ore. Le strade sono molto tortuose e le indicazioni poco chiare.

È circa l'una quando allo sbarco ci demoralizziamo già per il recupero che ci aspetta, quasi 2 ore tra andata e ritorno e siamo in 22, ed ecco che si accende la lampadina: notiamo un camion da cantiere nei pressi dello sbarco, intercettiamo l'autista e con-

tono di scendere con l'incognita di fare molti chilometri a piedi con canoa in spalla.

Pertanto molti s'imbarcano e altri si offrono di fare il recupero. Imbarcarsi è stata una bella scommessa, con una certa dose di azzardo. Si dimostra vincente l'idea di portare un telefonino in canoa per spiegare ai nostri come raggiungerci con i mezzi. Senza telefonino avremmo dovuto fare uno sterrato di 10 km con canoa in spalla!

In serata abbiamo festeggiato con una grigliata l'avventura e visto che la discesa del Mileapotamos meritava veramente, alcuni di noi si sono offerti di ripeterla il giorno seguente per guidare chi non era disceso.. Un'altra parte del gruppo, dovendo rientrare prima, decide di andare in avanscoperta sull'Aliakmon, il fiume più grande



per il trasferimento sul Aaos.
Fortunatamente il livello non è alto e nei due giorni seguenti avremo la possibilità di discendere due tratti del fiume più selvaggio e più bello della Grecia.

Decidiamo di fare un campo base sul ponte dell' Aaos in località Paleoselli, nei pressi dello sbarco del primo tratto e dell'imbarco del secondo.

La totalità del percorso è di circa 31 km. con i 10 finali di 4°-5° nella mitica gola del monastero.

Il mattino dopo c'imbarchiamo sull'affluente Koukoumaniris nei pressi di Distrato, unico accesso possibile al secondo tratto dell'Aaos. La scelta si rivela azzecata e fortunata in quanto il livello del Koukoumaniris è più alto del solito e una piccola gola di 3°+ si dimostra una valida scorciatoia per raggiungere l'Aaos. Giungiamo al ponte di Paliosselli verso le 14, il nostro gruppo è ancora molto numeroso, ma la vacanza si avvicina alla fine. Ci avviciniamo a Igoumenitza passando per il Voidomatis, degna perla conclusiva della nostra avventura. Il Voidomatis presenta difficoltà di 3°-4°, ma la caratteristica che lo rende più particolare è che il fiume è totalmente alimentato da acque sorgive. Infatti il nostro imbarco, dopo 30 minuti di mulattiera, sarà proprio dalle sorgenti. La fatica per l'imbarco sarà ampiamente ripagata dalla bellezza del luogo e, dalla purezza delle acque per tutto il percorso. Rientriamo a Igoumenitza, giusto in tempo per il traghetto.

Lasciamo l'Epiro pieni di soddisfazione per i paesaggi visti, i fiumi sono stati più facili di quelli che generalmente discendiamo; il che ha permesso la partecipazione di una numerosa compagnia che ha lasciato in tutti noi un ricordo indelebile di questa vacanza.

E' stato bello condividere per 10 giorni tutto questo con ragazzi di 20 anni, "nonni" over 50 e due coraggiose ragazze oramai battezzate Otelma e Marisa.

della Grecia: il livello è alto e il tratto scelto di circa 14 km., con difficoltà di 2 grado intervallate da 3 o 4 rapide di volume di 4+. Questo percorso presenta l'acqua più inquinata di tutto il viaggio, comunque accettabile. Allo sbarco il livello alto ci lascia un buco stupendo dove giocare fino a perdere le nostre ultime forze.

Via SMS diamo agli altri componenti del gruppo rimasti sul Mileapotamos le indicazioni per come raggiungerci... Poi parte del gruppo si congeda per rientrare in Italia. Noi procediamo verso Meteora e finiamo per discendere il Klinoviticos, 12 km. di 1°-2°, con acqua cristallina in una vallata molto remota. Dal punto di vista acqua bianca questo percorso si rileverà il meno interessante di tutta la vacanza.

La sera arriviamo a Meteora e dopo quasi una settimana di campeggio libero ottimo, stavolta, per uno convenzionale. La mattina successiva la dedichiamo alla visita dei monasteri di Meteora, dove nel frattempo ci raggiungono gli altri componenti che avevano disceso l'Aliakmon. Ora il gruppo è nuovamente al completo, e la prima giornata senza canoa ci servirà anche

I FIUMI DISCESI

- 25.4.02 **Nera** (durante tappa avvicinamento)
- 26.04.02 **Acheronte** Imbarco Ponte Polistafilo-Sbarco Gliki 22 Km ww 3 (4°)
- 27.04.02 **Kallariticos** Imbarco ponte strada Kristos-Kallarities- confluenza Arachthos 13 Km ww4 poi ww 3+
- 27.04.02 **Arachthos** da Kallariticos sbarco Ponte di Plaaka 11 Km. ww 3
- 28.04.02 **Mileapotamos** Imbarco ponte Kranea-Spileo 12 Km ww 4
- 29.04.02 **Aliakmon** Imbarco Elatisbarco inizio lago Rimnio 14 Km ww 4
- 30.04.02 **Klinoviticos** Imbarco ponte a 3 Km a monte di Glikomea-sbarco alla diga su ponte per Trikaka 12 Km ww 2
- 02.05.02 **Koukoumaniris** Imbarco a Distrato-Aaos 3 Km. ww 3+
- 02.05.02 **Aaos medio** da Koukoumaniris sbarco ponte Paliosselli 15 km ww 4
- 03.05.02 **Aaos inf.** Imbarco da ponte Paliosselli- sbarco Konitza 16 Km. ww 4-5°
- 04.05.02 **Voidomatis** Imbarco da sorgenti nei pressi di Vikos-sbarco Ponte di Aristi 14 Km. ww 4, (ultimi 8 di 2°)

www.nauticatrelaghi.it



info@nauticatrelaghi.it

Progettazione - Costruzione - Noleggio e Vendita **CANOE & KAYAK**

Produciamo anche Canoe & Kayak in legno (compensato marino o strip-planking) e in kit.
Restauro - Riparazioni - Personalizzazioni

Corsi di kayak in collaborazione con Associazione Sea Kayak Varese

Nautica Tre Laghi Via Torino, 55 - 21030 CUGLIATE F. (VA) - Tel. 0332722787 - Fax 0332723633



di RAYMOND VARAUD

ANDAR



L'uscita in kayak da mare non è molto diversa da una escursione con gli sci da fondo o un trekking impegnativo: occorre molta attenzione ai preparativi prima della partenza e alla propria attrezzatura di sicurezza, accompagnata da una grande consapevolezza dei propri limiti

Nonostante gli alti e bassi della stagione l'estate è ormai arrivata e alcuni di noi sicuramente avranno voglia di provare l'emozione di navigare in mare con il kayak. Dico "navigare" perché è appunto questo il vero spirito del kayak marino: spostarsi in mare con una imbarcazione agile e veloce. Il kayak marino non è uno sport competitivo ma assolutamente turistico ed escursionistico, non occorre quindi una grande preparazione specifica specialmente per coloro che vanno già in kayak.

L'attenzione va invece rivolta soprattutto alla sicurezza nostra e dei nostri compagni d'avventura.

Quando si parla di una escursione in kayak da mare si intende un'uscita di alcune ore, spesso dell'intera giornata, percorrendo svariate miglia marine.

Viene da sé che le considerazioni che seguiranno si rivolgono appunto a coloro che vorranno provare questa esperienza e non sicuramente a chi voglia dare qualche pagaiata, magari davanti allo stabilimento balneare tanto per sconfiggere la noia e sgranchire i muscoli delle braccia.

Parliamo quindi di sicurezza e consapevolezza, due elementi troppo spesso trascurati da chi va per mare.

Preparazione alla partenza

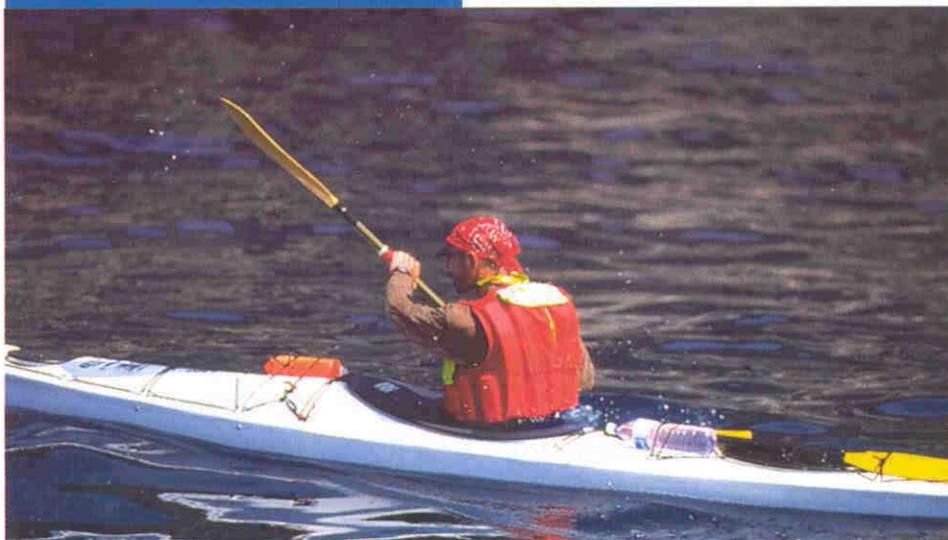
Il primo punto da considerare è l'elemento marino, spesso mutevole e, a volte, assai impegnativo: la partenza effettuata nelle prime ore della mattina sovente non ci fa assolutamente presagire quelli che saranno gli sviluppi futuri del mare: si parte con una leggera brezza e dopo qualche miglia, magari dietro ad un capo, ci troviamo in un mare forza 3/4 con delle onde riflesse e magari un forte vento che possono creare grosse difficoltà di stabilità e di manovra. Quindi la prima cosa da fare è consultare le previsioni meteorologiche e, nello stesso tempo effettuare, con l'ausilio di una carta nautica, una vera e propria programmazione a tavolino della nostra uscita. Verificare gli approdi, le zone di sbarco a ridosso (protette dal vento) e le eventuali vie di fuga nel caso dovessimo sospendere l'uscita.

Altra valutazione assolutamente da fare è calcolare la lunghezza della nostra escursione in base alla nostra preparazione fisica e alla nostra capacità di pagaiare. Ci dobbiamo chiedere: posso riuscire a pagaiare per tre o quattro ore magari contro-vento?

Quando il tempo cambia rapidamente e le nuvole oscurano il cielo e il vento aumenta, spesso, specialmente se si è da soli o in una zona sconosciuta si viene presi da un leggero stato di angoscia e inquietudine che limita notevolmente le nostre prestazioni e la godibilità dell'uscita. È un'aspetto psicologico importante, da non trascurare.

L'attrezzatura

Va poi considerata la nostra attrezzatura: il nostro kayak è idoneo ad affrontare il



Con l'estate lo spirito d'avventura e libertà del kayak marino trova tanti neofiti PER MARE IN SICUREZZA

mare? I kayak da mare moderni, di ogni ordine di prezzo, sono ormai dotati di almeno due elementi di sicurezza assolutamente necessari: i gavoni stagni e le cime di sicurezza.

I primi servono a stivare il materiale necessario e nello stesso tempo a rendere il kayak, anche se pieno d'acqua, completamente galleggiante e facilmente svuotabile. Le cime di sicurezza servono per potersi agganciare con facilità al nostro kayak se si è caduti in acqua, sono inoltre indispensabili nel caso che un compagno di viaggio sappia svuotare il nostro kayak e rimetterci in posizione di navigazione.

Altri accessori indispensabili per una navigazione sicura sono, ovviamente, il paraspruzzi ed il giubbotto salvagente sempre indossato, anche a ferragosto con il mare piatto come una tavola; serve poi una pompa di sentina o altro attrezzo idoneo a svuotare il nostro kayak.

Rovesciarsi in kayak fa parte del gioco, non è un dramma, ma a questo bisogna essere preparati. Il nostro giubbotto salvagente ci consentirà di restare in acqua, aggrappati alle cime di sicurezza in attesa di decidere sul da farsi.

C'è un famoso istruttore americano che sostiene, e noi siamo perfettamente d'accordo, che in kayak occorre vestirsi in base alla temperatura dell'acqua e non di quella esterna.

Se una volta rovesciati dobbiamo rimanere per alcuni minuti in ammollo, e non siamo adeguatamente vestiti, basta una leggera brezza per abbassare rapidamente la nostra temperatura corporea, anche in pieno agosto.

Riportiamo il tutto a dicembre o gennaio e l'ipoteremia è dietro l'angolo.



Quindi niente maglietta di cotone o costume da bagno ma - ripeto - anche in piena estate, una leggera muta sgambata e giacca d'acqua sempre a portata di mano.

Purtroppo queste norme di buonsenso vengono spesso disattese: abbiamo visto persone pagaiare in gennaio semplicemente vestite come se dovessero affrontare una seduta di body building in palestra. Sono superuomini o sono talmente bravi e preparati da non mettere in conto il fatto di finire in acqua?

Il salvataggio

E qui entra in gioco l'aspetto forse più importante per la sicurezza: la nostra preparazione non intesa soltanto come capacità di pagaiare ma soprattutto nel senso di capacità di autosalvarsi o salvare un compagno in difficoltà.

Gli standards internazionali, oramai

ampiamente condivisi da tutti i kayakers marini europei ed americani, prevedono tutta una serie di manovre chiamate: "salvataggi e autosalvataggi" che appunto consentono di riprendere l'assetto di navigazione dopo un ribaltamento.

Si va dalla semplice risalita con il paddlefloat (alla portata di tutti) sino all'eskimo passando per i cosiddetti salvataggi assistiti che prevedono la presenza di due kayakers. Tutti funzionano e funzionano bene a patto di saperli effettuare e di saperli subire.

Anche qui occorre un atto di umiltà e un'onesta valutazione delle proprie capacità, occorre domandarsi sempre: se mi rovescio cosa faccio?

Poche ore di esercizio, magari nel laghetto sotto casa, ci possono consentire di acquisire quelle tecniche che fanno parte del bagaglio indispensabile di ogni kayaker marino.

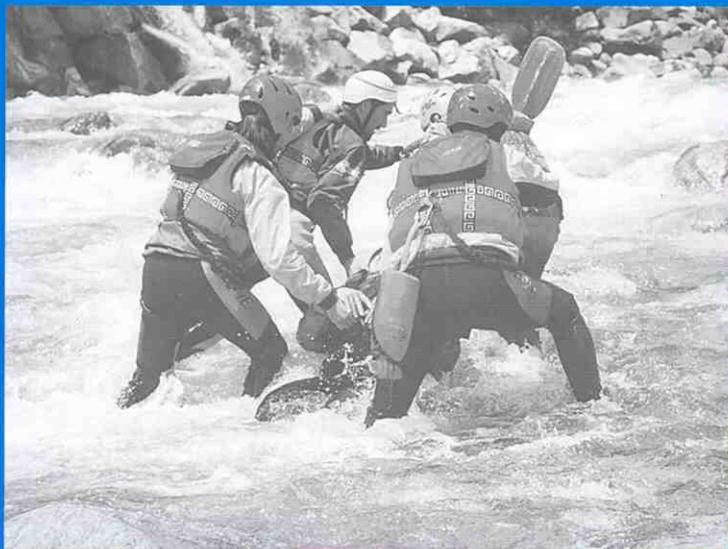
Praticare kayak da mare non è molto diverso da effettuare un'escursione con gli sci da fondo o un trekking impegnativo, è un modo di muoversi e viaggiare in mare con ritmi naturali e rilassati. Chi ha una buona pratica di kayak fluviale è sicuramente avvantaggiato nella propulsione e nelle manovre anche se dovrà sempre tener conto di un elemento profondamente diverso: il mare, a volte tranquillo e invitante, altre volte impegnativo ed ostico.

Queste note sono volutamente semplicistiche, non essendo nostra intenzione tediarevi con un trattato sul kayak da mare. Abbiamo voluto solo evidenziare gli aspetti, molto e troppo spesso trascurati, della sicurezza e della consapevolezza che fanno parte integrante ed indispensabile di ogni buon navigatore.

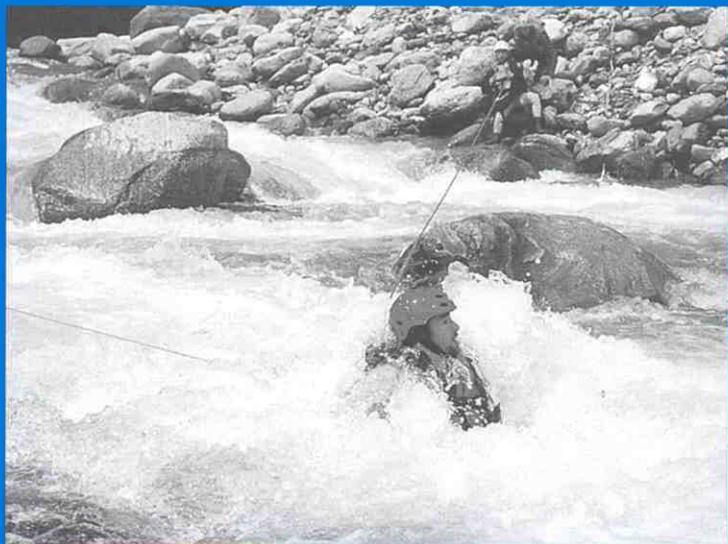


GUIDE FICT IN PIENA ATTIVITA'

di CLAUDIO SGHIA



Il corso di Guida Fluviale con una importante novità, gli esami per Istruttore FICT e la partecipazione al soccorso in acqua durante i recenti mondiali di canoa in val Sesia testimoniano il continuo impegno e la grande preparazione delle nostre Guide



La Federazione Italiana
Canoa Turistica
organizza
a Ivrea (To)
nei giorni
3-6 ottobre 2002
l'annuale

Corso di Guida Fluviale

Il Corso è tenuto da qualificati Istruttori interni ed esterni alla Federazione che alternando lezioni teoriche e pratiche affrontano le principali problematiche relative alla sicurezza in fiume.

I partecipanti al Corso potranno partecipare (dal 2003) alle sessioni di esame per l'ottenimento del brevetto di Guida Fluviale. È questa la novità di maggior rilievo: **non c'è più l'esame conclusivo a fine corso**. Corso ed esame restano separati, con un intervallo di parecchi mesi, in modo da offrire a tutti i partecipanti la possibilità di assimilare al meglio le esperienze fatte durante il corso e testare sul campo le procedure apprese.

Principali argomenti trattati nel Corso Esame:

Principi ispiratori della figura della Guida Fluviale.
Materiali ed equipaggiamento.
Comunicazioni e segnalazioni in fiume.
Elementi di Pronto Soccorso.
Nuoto in rapida.
Fondamentali in acqua piatta ed in acqua mosca.
Tecniche di soccorso in canoa (recupero di uomo e materiale).
Tecniche di soccorso con corda (lancio della corda, uomo imbracato, doppio imbraco, tirolese, teleferica).
Nodi fondamentali, ancoraggi, sistemi di tiro con vantaggio meccanico.
Organizzazione di una discesa in gruppo.

Requisiti per la partecipazione:

Iscrizione FICT in regola con i pagamenti delle quote.
Esperienza per affrontare agevolmente un fiume di difficoltà WW IV.
Età minima: 18 anni alla data di iscrizione.

Documentazione da presentare:

Certificato medico di sana e robusta costituzione
Curriculum canoistico.

Attrezzatura e materiale necessari:

Kayak ed attrezzatura completa da torrente (consigliati muta e abbigliamento termico di ricambio).

Corda da lancio lunghezza 20 mt.

1 fettuccia tubolare da 25 mm lunghezza 4 mt aperta.

1 carrucola da alpinismo.

3 moschettoni a ghiera senza dente (o con dente sulla leva).

3 cordini lunghezza 1,70 mt diametro 5 mm.

Tutto il materiale è acquistabile presso un qualsiasi negozio di attrezzatura da montagna.

Sistemazione e Logistica:

Ritrovo dei partecipanti: ore 11.00 di giovedì 3 ottobre 2002 presso il Campo Slalom di Ivrea (To).

Possibilità di pernottamento in ostello.

Chiusura delle iscrizioni: 15 settembre 2002.

Il costo di iscrizione al corso è di Euro 120 escluse le spese di vitto e alloggio.

Per informazioni e iscrizioni contattare:

Claudio Sghia - Guida Fluviale
Istruttore cell. 347-2562745 e-mail claudio.sghia@tin.it

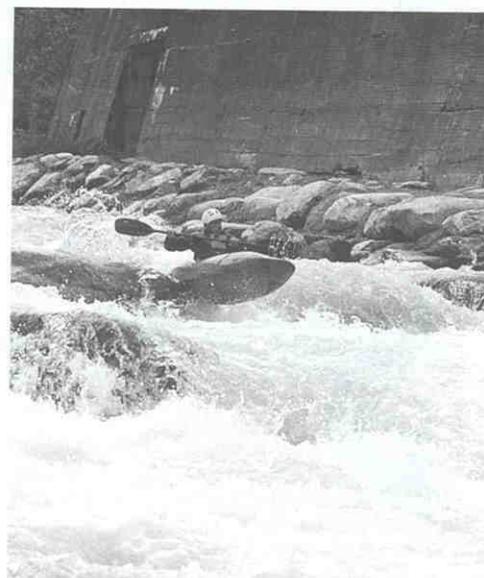
Silvia Fedozzi - Guida Fluviale
Istruttore cell. 347-2571140 e-mail silvia.fedozzi@tin.it

**GUIDE FLUVIALI
AI MONDIALI 2002**

29 maggio - 2 giugno 2002: Campionati del Mondo di Canoa e Kayak specialità discesa. Una manifestazione ottimamente organizzata, aiutata anche dalle condizioni ambientali, con buon livello idrometrico e sole caldo. La Valsesia ha potuto offrire il meglio di sé. C'eravamo anche noi della FICT: 11 Guide Fluviali facevano parte del Gruppo dei Soccorritori insieme a Soccorso Alpino, Vigili del Fuoco, Croce Rossa Italiana, Associazione Sub, Carabinieri Subacquei, Associazione Alpini e due elicotteri. Le 11 Guide Fluviali che hanno partecipato alla manifestazione sono:

- Caminiti Vladimiro
- Consalvi Maurizio
- Dotti Michele
- Fanucci Claudio
- Fedozzi Silvia
- Gaffuri Francesco
- Galimberti Matteo
- Guarinoni Michele
- Mazza Lucio
- Sghia Claudio
- Ventura Ignazio

Tra gli atleti figurava anche la nuova promessa del K1 discesa italiano: **Giorgio Quaranta**. 24 anni, da Samone (To) ha segnato l'ottavo tempo nella Sprint Race. Oltre ad essere un atleta di punta della nazionale, **Giorgio dal 1999 è Guida Fluviale.**



Sempre sul Sesia, a Campertogno (Vc) pochi giorni prima del mondiale si è svolto l'annuale Aggiornamento dei Tecnici Federali, aperto a Guide Fluviali e Istruttori. Due giorni intensi di aggiornamento sulle problematiche della sicurezza fluviale, con esercitazioni pratiche in fiume e approfondimenti in aula. Tra gli argomenti trattati, alcune manovre di sicurezza, aggiornamenti sulla comunicazione in fiume e tecniche di attraversamento a piedi di canali con acqua bassa. A seguire si è svolta una Assemblea dei Tecnici Federali. La manifestazione è stata ospitata dalla Scuola di Canoa - Centro Sport Fluviali EDDYLINE di Mauro Maccabelli (Maestro di Canoa FICK) e Federico Maggiani (Guida Fluviale Istruttore).



Istruttori FICT

Le Guide Fluviali Maurizio Consalvi (cell. 340-3996045) e Walter Filattiera (338-9998561) promuovono il Safety River Trip, una due giorni sulla sicurezza da tenersi sulle gole del Lao il 20 e 21 settembre. Il giorno successivo, 22 settembre, si terrà un esame per Istruttori FICT. Gli altri esami per chi vuole conseguire il brevetto di Istruttore della FICT si terranno tra Settembre e Ottobre del 2002; prima data certa dopo quella del Lao, il 28-29 settembre sul Soça.

Si invitano pertanto tutti gli interessati ad informarsi al più presto presso le Guide Fluviali Istruttori (esaminatrici) della propria zona o a mandare un'e-mail a Francesco Pamio, coordinatore delle Guide Istruttori (checckokayak@libero.it).

Per ulteriori informazioni o per entrare in contatto con Francesco Pamio e le altre Guide Fluviali: www.canoa.org, sito ufficiale della FICT.

PAGAIANDO ON LINE

a cura di PABO

Allunghiamo le gambe nella canadese.

La canoa canadese, anticamente utilizzata dai nativi del Nord America, poi dai primi cacciatori ed esploratori europei URL <http://www.edgeofthewilderness.org/tour/bfor k2.htm>

In questa stampa vediamo un antico sistema di costruzione, con il fuoco URL <http://www.vmnh.org/canoe.htm>

Una tempo costruita in legno e pelle, ora disponibile anche in materiali più moderni: vetroresina, alluminio, kevlar: tutto spiegato (in inglese) insieme ai termini tecnici per definire le parti che compongono la canoa <http://www.geocities.com/yosemite/geyser/7171/tech.html>

Se volete avvicinarvi al mondo della canadese in Italia ecco alcuni link interessanti: non potete tralasciare di visitare il sito curato dal mitico Mauro Martini <http://www.geocities.com/yosemite/geyser/7171/>
Per seguire le "canoate" del Club Gente d'acqua <http://www.gentedacqua.it> con le loro grigliate sul Ticino, "fuori dal mondo" a pochi chilometri da Milano.

Alcune foto della recente discesa durante la "Giornata della Canoa per tutti" con finale presso la sede del CCM http://www.pbase.com/pagaia/02_maggio

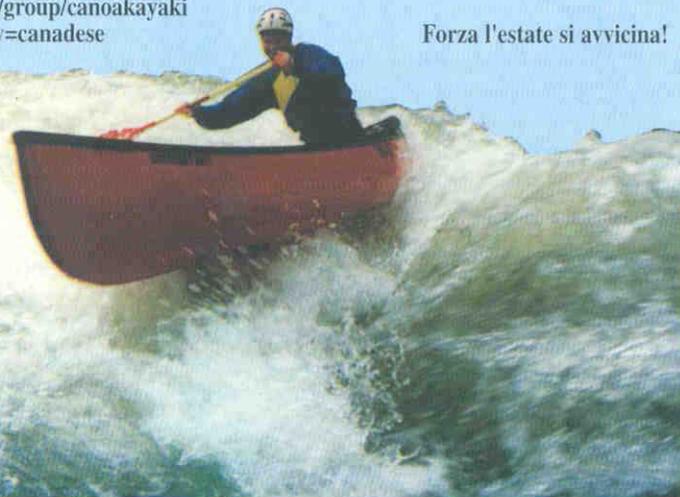
Gli amici del Trapper Canoa Club di Reggio Emilia <http://www.geocities.com/Yosemite/Gorge/4702/>

Non dimenticate di tenere d'occhio i raduni più facili, adatti a queste imbarcazioni su <http://www.pagaiare.it/raduni/> e di fare una ricerca sul Newsgroup: <http://it.groups.yahoo.com/group/canoakayakitalia/message?query=canadese>

Ecco i siti di alcuni costruttori: <http://www.oldtowncanoe.com/>
<http://www.greatcanadian.com/home.html>
<http://www.dagger.com/>

Prima dell'acquisto abbiamo comunque la possibilità attraverso dei noleggiatori, specialmente nell'organizzatissima Francia di scendere per uno o più giorni dei bellissimi fiumi, con al seguito (dentro capaci ed ermetici bidoni), viveri, tende e tutto il necessario: <http://it.groups.yahoo.com/group/canoakayakitalia/message/5780>

Forza l'estate si avvicina!



"Pagine Web: www.tuttocanoa.it"
"E-mail: 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