

PAGAIAANDO

Periodico di informazioni a cura della Federazione Italiana Canoa Turistica

LUCCHINI LUCIANO
VIA DELLE GROANE, 6
20020 ARESE MI

**ALLA SCOPERTA
DEL BUSSENTO**

ECCO I TECNICI MARINI

**CAMPIONATO
DI ESKIMO**



IL MARE D'INVERNO

Info dalla Tesoreria

RINGRAZIAMENTI E AUGURI

Tempo di bilanci (decisamente positivi) dopo un anno di euro. Devo innanzitutto ringraziare i club e gli affiliati per la collaborazione che hanno dato alla tesoreria, facendo in modo di ridurre al minimo le possibilità di errori.

Anche per il prossimo anno, a tutti i club che me ne faranno richiesta, verrà inviato un "file in excel" per la compilazione da parte dei responsabili del tesseramento. Tale "file", una volta ritornato alla tesoreria via e-mail, permetterà di inserire i dati che i vari responsabili vi scriveranno nel "data base" della Federazione in maniera automatica. Quindi eventuali errori, verranno nettamente ridotti. Inoltre a tutti i club che ne faranno richiesta, la tesoreria invierà un congruo numero di tessere, già numerate, per dare modo ai responsabili di

effettuare il tesseramento dei soci.

All'interno di questo numero di "Pagaiando" i singoli affiliati, che non fanno parte di alcun club, troveranno un bollettino di versamento già preparato; lo stesso bollettino sarà inserito anche nel primo numero del prossimo anno. Nel caso che ci siano singoli affiliati che intendono versare la quota per l'anno 2003 nel mese di dicembre, sono pregati di evidenziare chiaramente sul bollettino la validità dell'anno per cui intendono versare.

Nel ritenermi a disposizione per ulteriori chiarimenti, a tutti gli affiliati porgo i miei auguri di un Buon Natale e un Felice 2003. Qui di seguito vi comunico le mie coordinate e vi ringrazio ancora per la collaborazione.

G.C.

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 PONTOGGIO BS

Per ulteriori informazioni contattare il tesoriere:

Gianni Camossi

Telefono 030-7471136 - Fax 030-7472036

Cellulare 335-6080911 e mail: 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.

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 **25 gennaio 2003**. 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, perchè 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.

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: In kayak contro il vento di gennaio. Foto di Stefano De Florio

Dalla Tesoreria pag. 2
di Gianni Camossi

Sommario pag. 2

Un primo bilancio? pag. 3
di Pietro Gozzini

Il mare d'inverno pag. 4-6
di Stefano De Florio

Scoprire il Bussento pag. 5-6
di Walter Filattiera

APPUNTAMENTI pag. 8-9

Introduzione al Rafting pag. 10
di Antonio Piro

Corsi in acqua calda pag. 11

Slide in piscina pag. 12

I nuovi tecnici FICT pag. 13
di Claudio Sghia

Ecco le guide marine pag. 14-15
di Mauro Ferro

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 Ciarocchi, 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 10 dicembre 2002

Un consuntivo dal presidente del Comitato Sport per Tutti: primo bilancio?

di PIETRO COZZINI

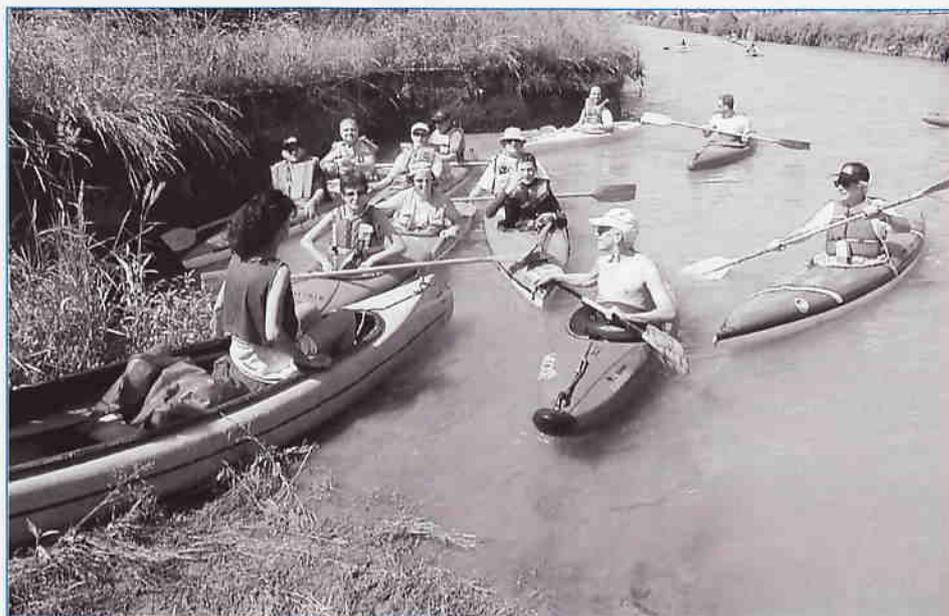
Proprio un anno fa, in occasione della manifestazione "La canoa esplora il mondo", organizzata dal Canoa Club Milano, è stato presentato ufficialmente il Comitato Sport per Tutti. Oggi, a distanza di un anno e mezzo dalla sua presentazione e di un anno e mezzo dalla sua ideazione da parte della FICK, è forse tempo di fare un primo piccolo bilancio. Attualmente fanno parte del Comitato il Presidente Pietro Cozzini, Arcangelo Pirovano, Presidente della Federazione Italiana Canoa Turistica, Stefano Carpita, Presidente della Lega Sport d'Acqua Viva - Uisp, Emilio Martinelli, Presidente dell'Associazione Italiana Rafting e un rappresentante del CUSI (Centro Universitario Sportivo Italiano).

Dopo una prima adesione alla proposta di far parte del Comitato, le altre associazioni hanno avuto una pausa di riflessione per poter discutere al loro interno cosa comportava tale scelta. È normale che mettere insieme organismi diversi che magari per anni si sono ignorati, pur occupandosi tutti anche se in modi differenti di sport della pagaia, produca molti punti interrogativi. Ed è sempre un bene quando si discute a lungo costruttivamente prima di fare scelte importanti: è la base per procedere poi senza troppi tentennamenti. Tutto ciò ha forse ridimensionato il programma di massima che il Comitato si era dato, rimandando alla nuova stagione alcune scelte importanti.

Un primo passo fondamentale è stato immediatamente fatto dalla Federazione Italiana Canoa Kayak, che ha preso la delibera di costituzione del Comitato riconoscendo quindi i rappresentanti di FICT, Lega UISP, AIRAF e CUSI.

Inoltre è stato proposto a tutti gli organismi partecipanti di stendere dei protocolli bilaterali di collaborazione, che sanciscono il riconoscimento reciproco e aprono la strada verso future attività in comune.

Il primo organismo che ha stipulato un accordo bilaterale con la FICK è stata la FICT, la Federazione Italiana Canoa Turistica (mentre scriviamo l'accordo è in dirittura d'arrivo per quanto attiene alle formalità burocratiche). La FICT ha dimostrato di credere da subito alla possibilità offerta dal Comitato, modificando il nome a rimarcare la vocazione turistica in tutti i settori, discutendo anche al proprio interno e spiegando che aderire al Comitato non significava "svendersi al nemico (la



FICK)", ma partecipare tra pari ad un progetto comune di propaganda degli sport della pagaia. Infatti ogni organismo rappresentato all'interno del comitato mantiene le sue caratteristiche e la sua indipendenza e tutti si riconoscono reciprocamente.

La Lega Sport d'Acqua Viva - UISP sta preparando il testo del proprio accordo bilaterale e altrettanto speriamo faccia al più presto anche l'Airaf.

L'idea principale prevista per l'anno canoistico che sta finendo riguardava la definizione di un calendario comune di manifestazioni per far conoscere la canoa a un ampio pubblico, individuando fra quelle già in essere negli anni passati delle manifestazioni di valore particolare (col bollino blu) sulle quali puntare tutte le forze congiuntamente. Già è stato varato un calendario comune di manifestazioni turistiche pubblicato sul sito della FICK, dove alcune hanno ricevuto una particolare rilevanza: la Festa del Ticino organizzata dal Canoa Club Milano (FICT e FICK), la Festa della Canoa organizzata dalla Lega UISP, i raduni estivi in Francia, da quello organizzato dal club 4P per la FICT a Eygliez con una connotazione turistico amatoriale a quello a L'Argentière la Bessèe, più dedicato ai ragazzi e allo slalom organizzato dal Canoa Club Bologna per la FICK. Per la prossima stagione sarà preparato un calendario generale di manifestazioni proposte dai vari organismi, evidenziando alcune delle più importanti su cui concentrare gli sforzi congiunti. Inoltre si

è pensato alla possibilità d'instaurare rapporti di collaborazione con grandi organizzazioni quali il Touring Club Italiano e gli Enti Parchi, e di affrontare i problemi connessi con la gestione dei fiumi da parte dell'Enel.

Oltre ai rappresentanti degli organismi nel Comitato, hanno spesso partecipato, in qualità di uditori, anche rappresentanti ufficiosi di altre realtà, quali i maestri di canoa, il playboating, la canoa da mare e l'hydro-speed.

Alla fine di ottobre si è tenuta presso la sede del C.C. Bologna un'assemblea dei maestri di canoa che nomineranno un loro rappresentante all'interno del Comitato ed è arrivata anche la richiesta dell'Associazione Hydrospeed di farne parte.

Un'altra proposta importante è stata quella di definire un protocollo tecnico di base per l'avviamento alla canoa comune a tutte le organizzazioni, in modo che qualunque neofita si trovi sempre di fronte allo stesso tipo d'approccio, con particolare riguardo per la sicurezza. La realizzazione di quest'idea, che sarà portata a termine nel prossimo anno, coinvolgerà i Maestri di Canoa FICK, le Guide FICT, gli Istruttori UISP, ecc.

Sicuramente il popolo dei canoisti è formato da persone con un ego importante. Quindi non riesce sempre facile mettere da parte un po' del proprio "particolare" per lavorare insieme a uno scopo comune; ma non possiamo perdere un'occasione come questa che può portarci a far crescere il nostro mondo con il contributo di tutti.

AUGURI DI BUONE FESTE DALLA REDAZIONE

di Stefano De Florio

Uno degli aspetti più affascinanti del kayak marino è l'escursionismo invernale. La possibilità cioè di navigare in un periodo in cui la natura si addormenta, i suoni sono ovattati e la luce più tenue e morbida.

Le uscite invernali sono assolutamente affascinanti e indimenticabili, nessun bagnante a schiamazzare, e nessuno scafista pazzoide. Se tutto ciò è vero e meraviglioso, lo è altrettanto il dover pianificare in modo assolutamente serio e attento la nostra uscita, che dovrà essere un bel ricordo e non un incubo infernale.

Ogni errore può costare caro!

Il nostro kayak, sarà in perfetta efficienza, un bel controllo alla pompa di sen-

tina, una spruzzata di olio di silicone ai tappi dei gavoni per evitare che il freddo o peggio il ghiaccio possano danneggiarli. Cime e elastici sul ponte, in ottimo stato. La pagaia, sana, senza graffi e ferite nel legno, o peggio crepe nelle resine e, ottima cosa, una pagaia possibilmente identica di scorta sul ponte.

Ci vestiremo con il sistema detto a cipolla, cioè a strati, dove, sopra a un completo di pile o capilene, che ci proteggerà dal freddo, indosseremo, un equipaggiamento protettivo da acqua e vento molto robusto. L'ideale sarebbe una bella muta stagna intera e impermeabile, con polsi, collo e cavigliere in lattice, finita poi dai calzari pesanti. Ma dato che si tratta di un capo tecnico molto costoso, può andare bene anche una bella salopette di neopre-

ne da 5 mm e una giacca d'acqua pesante.

Il tutto naturalmente ricoperto da un paraspruzzi robusto e il nostro inseparabile giubbotto salvagente. Paraorecchie o un capellino di lana coprono il capo, occhiali da sole sempre pronti, poiché in inverno il sole è più basso all'orizzonte e quindi può creare problemi di visibilità.

Cerchiamo di non sottovalutare questo aspetto poiché l'ipotermia e peggio ancora lo shock da freddo sono nemici mortali. Negli USA vengono considerate acque fredde, quelle al di sotto dei 17 gradi centigradi, e ogni minuto in più, in caso di bagno a tali temperature fa la differenza. Lo scambio termico è molto rapido e un corpo ben isolato ha maggiori possibilità di sopravvivenza nell'attesa dei soccorsi.

Inoltre nei nostri gavoni, avremo mes-

LA POESIA ALLO STATO LIQUIDO



so un cambio intimo completo, un pile asciutto una giacca, panta-vento e un grande asciugamano. Terribili sono i bagni improvvisi nel freddo senza poi la possibilità di potersi asciugare.

Ci muniremo di un termos con bevanda calda (non alcolici), e meglio ancora di un fornellino, un pentolino e una bustina di thé da prepararsi durante una pausa, molto zuccherato. Barrette energetiche e del cibo magari anche più dello strattamente necessario: ci garantiranno una autonomia maggiore, in caso di soste forzate.

Un pronto soccorso ben fornito, un telo di alluminio per avvolgerci in caso di freddo e tremori, un kit di riparazione per eventuali improvvise rotture e un kit di emergenza ci aiuteranno, in casi estremi,

a cavarcela da quello che mai ci saremmo aspettati.

Una coppia di razzi "paracadute" e "stella rossa", sono di sicuro una bella mossa. Se siamo stati prudenti, avremo letto i bolletini meteo della zona, chiedendo alla capitaneria, o sbirciando su Internet o su televideo. Alla peggio, chiederemo ai pescatori del posto, non sbagliano quasi mai. E se le condizioni vanno a peggiorare, si resta a terra!

Se invece tutto procede bene e il tempo terrà le nostre speranze, avremo però avuto la giusta accortezza di dare una copia della nostra carta nautica a un parente, un amico fidato o alla nostra persona di fiducia. Dove tutto sarà segnato, percorso, tappe e soste, eventuali vie di fuga (spiaggette, porticcioli o ridossi) il

tempo stimato di partenza e quello di arrivo, numero di cellulare e targa auto.

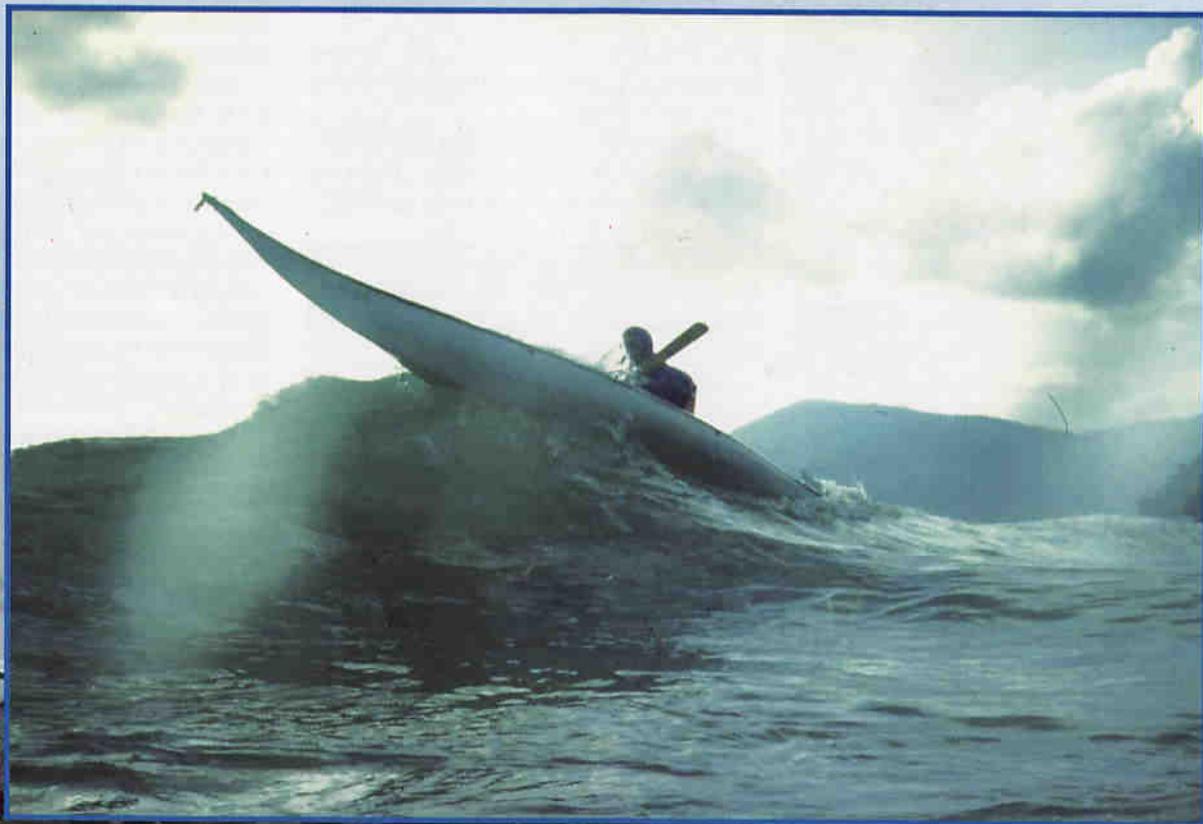
Tutto ciò non deve sembrare complesso e macchinoso, la nostra incolumità e la nostra prudenza devono essere sistematiche e complete.

Le uscite invernali possono essere poesia allo stato liquido, ma anche inferno allo stato tragico delle cose.

Tutto sta a noi, solo ed esclusivamente a noi "... Se è vero che a parità di bravura riesce sempre chi possiede una attrezzatura migliore..." è anche vero che per rispetto nostro, dei nostri cari, e di chi dovrà venirci a soccorrere, la saggezza di un buon marinaio, non dovremo mai dimenticarcela nel cassetto. Se ne può fare anche a meno...ma non è la stessa cosa!

DI UN'USCITA INVERNALE IN MARE

Sta a noi non trasformare una piacevole escursione a stretto contatto con una natura ovatta e languida in un incubo pericoloso



Una valle per volta



Fiume Bussento

IL BUSSENTO IN PILLOLE

Nome: Bussento

Regime: Nivale, carsico, pluviale, regolato.

Idrometro: (da queste parti chiamata "a' msura") dove il fiume sta per entrare nel lago di Sabetta.

Percorribilità in canoa: Solo dopo precipitazioni importanti (nel tratto basso giornalmente grazie al rilascio della centrale).

Periodi di maggiore interesse: autunno, primavera e inverno a seconda delle precipitazioni.

Particolarmente indicato per: gruppi di esperti con livelli d'acqua alti. Il tratto alto è comunque praticabile anche quando all'imbarco si ha la sensazione che l'acqua sia veramente poca all'interno della gola consentirà una divertente discesa. Il tratto sotto la centrale offre la possibilità di effettuare discese in sicurezza nel tratto servito dalla diga fino allo sbarco nel Golfo di Policastro.

Periodo minimo di permanenza in zona: il periodo ideale è quello di un week-end per chi arriva dal centro-sud.

Distanza media in ore dalle principali città: Napoli 2 ore, Roma 4 ore, Firenze 6 ore, Milano 11 ore, Bologna 8 ore.

Percorsi canoistici alternativi nelle vicinanze o lungo la strada di avvicinamento: Calore Lucano, Noce Lucano, Tanagro, Mingardo, Sele, Frido, Argentino, Lao.

Zone di particolare interesse nelle vicinanze: Palinuro, Camerota, Massiccio degli Alburni, Il Parco Nazionale del Cilento e Vallo di Diano, Le Grotte di Pertosa, Maratea.

Fauna: Tasso, Cinghiale, Volpe, Nutria, Trota Fario, Alborella, Biscia dal collare, Airone Cinerino, Poiana ecc.....

Associazioni e personaggi che possono dare informazioni e appoggio logistico: G.F.I. della F.I.C.T. Walter Filattiera cell. 338-9998561 walter.filattiera@libero.it. Gigi Vespoli Istruttore F.I.C.T. cell. 347-7409277. Antonello Pontecorvo Istruttore F.I.C.T. cell. 333-3107838.

Parco Nazionale del Cilento e Vallo di Diano

BUSSENTO: UN FIUME

*Una valle
in cui l'acqua
sbuca ovunque
e il fiume compare
e scompare
tra rocce carsiche,
macchia mediterranea
e boschi impenetrabili*

di WALTER FILATTIERA

Il Bussento è un'altra delle perle fluviali del meridione.

La sua vicinanza a località come Policastro Bussentino, Marina di Camerota, Palinuro ne fanno meta ideale per escursioni non esclusivamente fluviali.

Particolarità curiosa di questa zona è il carsismo, che caratterizza fortemente le gole, e il fatto che questo corso d'acqua scompare nel terreno per riapparire da una grotta più a valle.

Un'altra affascinante particolarità è data dal fatto che lo si può navigare in kayak fino in mare dove sfocia nella splendida cornice del Golfo di Policastro.

La vicinanza con Lao, Noce Lucano, Calore Lucano, Mingardo lo rende meta ambita in itinerari di più giorni nella zona Calabro-Lucana.

Infatti non è raro incontrare canoisti teutonici con guide aggiornatissime e dettagliati articoli di riviste del settore che dimostrano quanto questa zona sia apprezzata dagli intenditori.

Nel tratto superiore come spesso accade navigando i fiumi del meridione la conformazione delle gole, la vegetazione, la ric-

chezza d'acqua, ci portano lontano dagli ambienti che normalmente associamo ai corsi d'acqua del sud.

Il lago di Sabetta raccoglie le acque per la produzione di energia idroelettrica della centrale di Torre Orsaia. Compatibilmente con gli orari di produzione è possibile scendere il tratto inferiore.

Tratto semplice dal punto di vista canoistico e naturalisticamente interessante, che consente di sbarcare direttamente sulle spiagge di Policastro Bussentino.

È proprio questo tratto di fiume che, consentendo discese giornaliere subordinate ai rilasci della centrale, ha consentito ai fratelli Bifano di allenarsi con costanza e determinazione, conquistando numerosi titoli italiani, europei e mondiali di discesa.

Gli itinerari

Tratto dal Ponte Farnetani al Lago di Sabetta

Imbarco: Poco prima del ponte sulla SS 517 sponda destra

Sbarco imbarco intermedio: in prossimità di un ponte circa due km più a valle

Sbarco: Lago di Sabetta

Difficoltà: WW III - IV

Personalmente preferisco arrivare alla valle del Bussento percorrendo la SS18 gustandomi gli scorci che la costa di Maratea offre, costringendo la strada in un susseguirsi di gallerie e curve continuamente a strapiombo sul mare, svelando calette con acqua color turchese.

Le rocce rosse che sovrastano le scogliere prendono tonalità particolari alle luci del tramonto e ricordano quanto queste terre siano state difficilmente raggiungibili in passato.

Una volta a Policastro Bussentino il paesaggio prende un aspetto completamente diverso. La valle potrebbe essere facilmente confusa con una valle ligure con la sua macchia mediterranea che salendo lascia posto a boschi impenetrabili. Anche qui i

CENE E PERNOTTAMENTI

Un ottimo appoggio logistico può essere la pensione ristorante "Santa Lucia" a Policastro Bussentino.

Qui siamo vicini al mare e quindi le temperature non sono rigide, siamo vicini alla SS18 che ci consente di spostarci agevolmente per sbarchi e imbarchi sia del Bussento sia del Mingardo, siamo a pochi km da Palinuro, Camerota, Sapri e Maratea. Ma soprattutto si mangia molto bene e si è ospiti di una famiglia di campioni di canoa i "Bifano".

COME ARRIVARE

Se si vuole fare base a Policastro Bussentino:

Da Sud: uscita autostradale di Padula-Buonabitacolo direzione Policastro. Oppure SS 18 fino a Policastro per poi risalire in direzione Sansa.

Da Nord: uscita autostradale di Padula-Buonabitacolo direzione Policastro. Oppure SS 18 fino a Policastro per poi risalire in direzione Sansa.

CHE GIOCA A NASCONDINO

paesi fanno capolino dalle colline e ancora una volta lo stereotipo di paesaggio arido normalmente accostato alle regioni del sud e lontano anni luce da quello che possiamo constatare. Qui l'acqua esce ovunque, scompare assorbita dal terreno e ricompare a formare ruscelli poco lontano.

Se vogliamo vedere e capire il fenomeno carsico che interessa un corso d'acqua il modo migliore è venire sul Bussento.

Imbarcandoci al ponte della SS 517 avremo la sensazione di aver preso una cantonata per lo scarso livello d'acqua e le caratteristiche del fiume in questo tratto iniziale.

Dopo circa due km il letto del fiume si restringe fino a chiudersi in un antro spettacolare ricco di gocciolanti stalattiti che quasi sembra non avere uscita.

Sorpresi e meravigliati da questo luogo improbabile cerchiamo l'uscita che prende forma in una fessura di circa 60 cm in parte techiata. Uscire da quella stanza con livelli d'acqua importanti non è semplicissimo e qui cominceremo ad apprezzare anche la scarsa portata che fino a questo momento ci ha fatto sospirare.

Il fiume si riapre ancora per altri due km per dare poi vita poco dopo un ponte stradale ad una splendida gola caratterizzata da saltini seguiti da laghetti in un canyon di rara bellezza.

Poco prima di formare il lago di Sabetta numerose e prepotenti risorgive compaiono dalle rocce della gola stessa apportando ancora acqua catturata in chissà quale inghiottitoio e chissà dove. Se queste risorgive fossero prima dell'imbarco questo tratto sarebbe sempre navigabile.

Il lago di Sabetta in una giornata uggiosa ha un aspetto sinistro e spettrale per la vegetazione delle sponde e i numerosi tronchi d'albero che affiorano con forme maligne.

In località Caselle in Pittari a 444 m il Bussento entra in una grotta sifone e esce da un'altra grotta in località Morigerati 268 m.

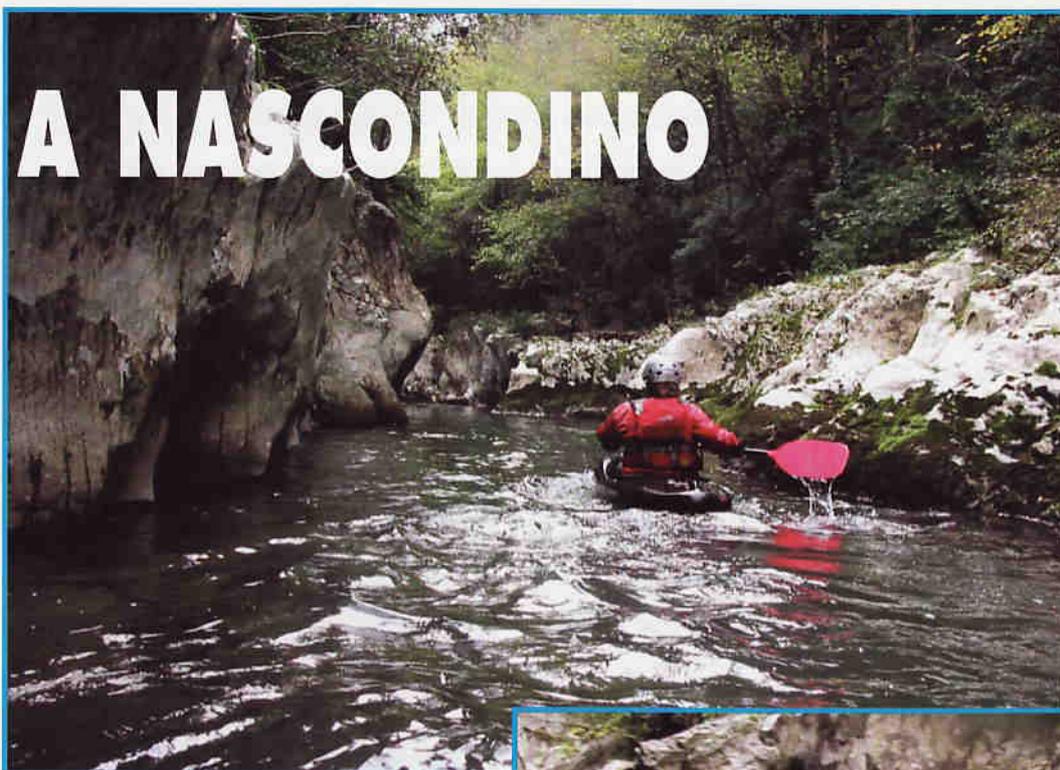
Tratto dalla centrale di Torre Orsaia – Golfo di Policastro

Imbarco: sotto la centrale idroelettrica di Torre Orsaia

Sbarco: Ponte della statale poco prima della foce, oppure direttamente in spiaggia.

Difficoltà: WW II

Questo tratto di fiume grazie al rilascio ad orari della centrale può essere utilizzato per corsi di canoa o allenamenti.

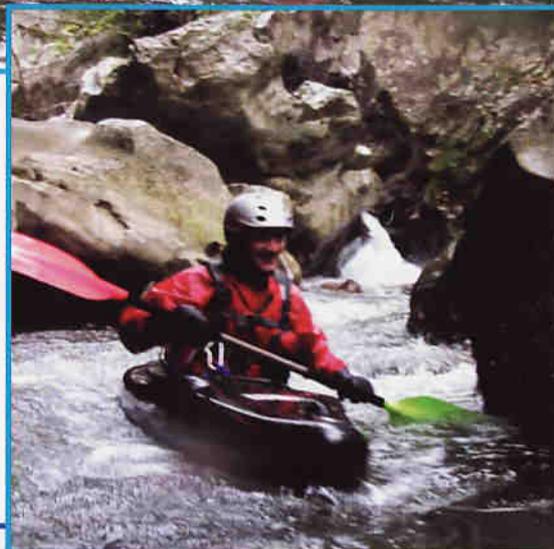


Non sono presenti particolari difficoltà, la valle è sempre interessante, e la possibilità di sbarcare direttamente in spiaggia dà un gusto speciale alla discesa.

Vicino alla foce i canoa club locali allestiscono, in occasione di gare, un piccolo campo slalom.

Purtroppo negli ultimi anni la quantità d'acqua rilasciata dalla centrale è stata dimezzata e gli orari di rilascio non sono più regolari come qualche anno fa.

Presso la pensione-ristorante Santa Lucia potrete sempre avere notizie sul fiume e sugli orari di rilascio della centrale.



PERCHÉ ANDARE SUL BUSSENTO

Perché la famiglia ci può aspettare in spiaggia o gironzolare per Palinuro e Camerata.

Perché qui c'è uno splendido arco naturale e numerose grotte marine.

Perché è possibile sbarcare direttamente in mare.

Perché queste spiagge hanno visto passare le barche di Ulisse ed Enea.

Perché poco lontano ci sono le Grotte di Pertosa.

Perché il Bussento è un fiume che scompare e ricompare.

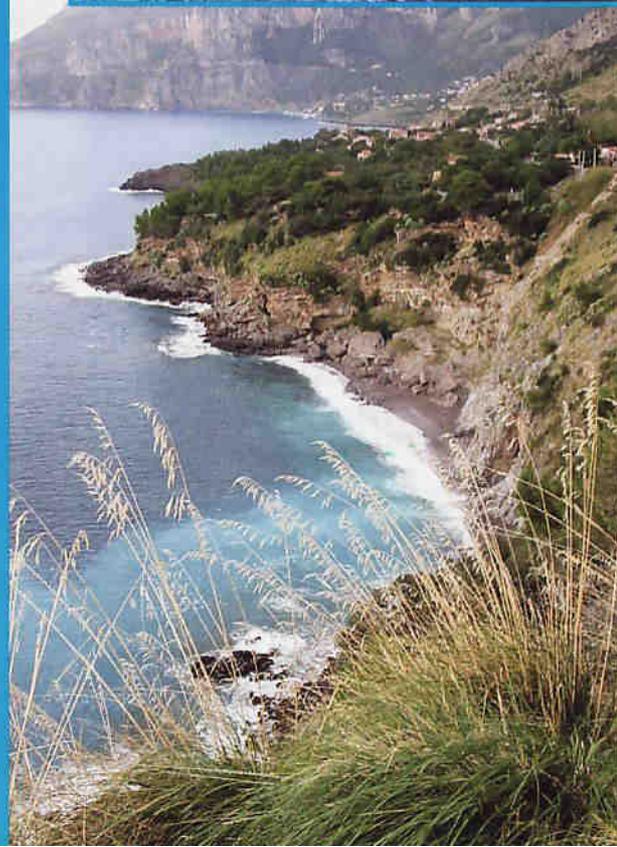
Perché siamo al sud e difficilmente le temperature sono rigide.

Perché la gola sembra un Lao in piccolo.

Perché qui la discoteca è in una grotta e si chiama il Ciclope.

Perché se ci vengono i tedeschi ci sarà una ragione.

Perché se vi dico che merita vuol dire che merita.



APPUNTAMENTI 2002-2003

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.pagaiando.it/raduni/ troverete un calendario nel quale è possibile intervenire per apporre nuovi appuntamenti o modifiche a quelli già inseriti.

Qui sotto, anticipiamo i primi mesi del 2003. Dal prossimo numero pubblicheremo l'intero calendario dell'anno a venire. Invitiamo perciò tutti i club ad inviarci al più presto gli appuntamenti programmati ed eventuali aggiornamenti.



Babbo Natale sul Naviglio a Milano durante una manifestazione dello scorso anno

DICEMBRE 2002

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 II al IV 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.

15/12 **Natale in Darsena del Naviglio Grande (MI)**, dalle 10,30 alle 17, con possibilità per tutti i bambini di fare un giro in canoa canadese con Babbo Natale. Info: Polisportiva Trezzano. Claudio Lo Giudice 02-4501391 o 347-8298027. E-mail: claudio@scuoladicanoa.it

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: gruppacanoeterni@libero.it

26/12-6/1 **Raduno nazionale sul fiume Lao.** Discese fluviali per tutti, con festa di fine anno, fiaccolata, escursioni marine, etc. Info: Walter Filattiera 338-9998561. E-mail: walter.filattiera@libero.it

GENNAIO 2003

2/1 **Fiaccolata della Befana**, presso il Centro Canoa Kayak di Arrone (Terni). Org. Gruppo Canoe Terni. Info: Sandro Papi 0744-284387. E-mail: sandro.papi@tin.it gruppacanoeterni@libero.it

6/1 **Befana sul Naviglio Grande**, presso la sede del Canoa Club Milano a Castelletto di Cuggiono (MI). Per i bambini di tutte le età. Info: 02-6070489 www.canoaclubmilano.org

6/1 **La Befana vien dall'acqua...** Appuntamento per grandi e piccoli alla Darsena del Naviglio Grande. Info: Polisportiva Trezzano - Claudio Lo Giudice 02-4501391. E-mail: claudio@scuoladicanoa.it

25-26/1 **Invernale sull'Alto Lario e Ceresio.** Imbarco il primo giorno ore 10 a Sorico; il secondo giorno ore 10 a Porlezza. Info: ACF - Luciano Belloni 031-696704. E-mail: luciano.belloni@tin.it

FEBBRAIO

16/2 **Discesa del Naviglio Grande.** Info: Canoa Club Milano 02-6070489 www.canoaclubmilano.org

23/2 **Discesa del fiume Stella** (difficoltà I-II). Info: Associazione canoistica 360 gradi di Mestre (VE). Tel. 041-912676 o 340-5276217. Email: 360gradi@soafmc.it

MARZO

1-2/3 **Sul lago d'Iseo.** Imbarco ore 10 a Sale Marasino. Info: ACF - Luciano Belloni 031-696704 o Luigi Bosisio 02-2570162. E-mail: luciano.belloni@tin.it

2/3 **Discesa del fiume Nera.** Apertura di stagione da Vallo di Nera a Scheggino (difficoltà WW I-II). Org. Gruppo Canoe Roma. Info: M. Consalvi 06-65004143/340-3996045 o C. Fanucci 06-66153460. E-mail: maurizioconsalvi@yahoo.it o claudio.fanucci@tiscalinet.it

4/3 **Uscita in maschera a Venezia.** Org. Associazione canoistica 360 gradi 041-912676 o 340-5276217. E-mail: 360gradi@soafmc.it e Associazione Arcobaleno 041-900591 pamio@inwind.it

8-9/3 **Ouverture sur mer a Recco (GE).** Solo per kayak da mare. Org. Sottocosta e 4P Kanu Group. Info: Mauro Ferro 338-7348040 o Arcangelo Pirovano 338-4755710. E-mail: miron@nemo.it o arepir2002@virgilio.it

9/3 **Discesa del fiume Lavagna.** Apertura stagionale ACF. Info: Peppo Delconte 02-2841066 o Gianfranco Magistrelli 0331-548192. E-mail: peppo.delconte@tiscalinet.it

9/3 **Discesa del fiume Brenta.** Info: Associazione canoistica 360 gradi di Mestre (VE). Tel. 041-912676 o 340-5276217. E-mail: 360gradi@soafmc.it

16/3 **Discesa del Canale La Fagiola.** Apertura stagionale Canoa Club Milano (Lucio). Tel. 02-6070489 www.canoaclubmilano.org

16/o 23/3 **Campionato regionale di slalom sul fiume Reno.** Org. Canoa Club Bologna: 051-575354. E-mail: ccbologna@libero.it

22-23/3 **Raduno sui fiumi Sentino ed Esino.** Org. Canoa Club Marchexplorer. Info: Fabio Vita 071-7825062. E-mail: fabiov@marcheonline.net

23/3 **Discesa del fiume Borbera.** Org. Canoa Club Milano e Gente d'acqua. Info: Ino Cum 02-39265277 o 339-4053440. E-mail: gente-dacqua@iol.it www.canoaclubmilano.org

23/3 **Discesa del fiume Volturno** (WW II-III). Gruppo Canoe Roma. Info: M. Consalvi 06-65004143/340-3996045 o C. Fanucci 06-66153460. E-mail: maurizioconsalvi@yahoo.it o claudio.fanucci@tiscalinet.it

23/3 **Sul lago Maggiore.** Imbarco ore 9,30 a Meina. Info: ACF - Luciano Belloni 031-696704. E-mail: luciano.belloni@tin.it

30/3 **Discesa del fiume Ceno.** Info: Canoa Club Milano 02-6070489 www.canoaclubmilano.org

30/3 **Discesa del fiume Ticino.** Per tutti. Apertura stagionale Gente d'acqua. Info: Ino Cum 02-39265277 o 339-4053440. E-mail: gente-dacqua@iol.it

APRILE

6/4 **Discesa del fiume Adda inferiore.** Per tutti. Percorso da stabilire. Info: ACF - Peppo Delconte 02-2841066. E-mail: peppo.delconte@tiscalinet.it

12-13/4 **Raduno Federale Itinerante sul fiume Trebbia.** Info: segreteria Ino Cum 02-39265277 o 339-4053440. Arcangelo Pirovano 0375-42442 o 338-4755710 E-mail: inocum@iol.it arcpir2002@virgilio.it Internet: www.canoa.org

13/4 **Sul lago di Garda.** Imbarco ore 9,30 a Toscolano in località Riva Granda. Info: ACF - Luciano Belloni 031696704. E-mail: luciano.belloni@tin.it

22-27/4 **Scuola di canoa sul fiume Ardeche** (Francia). Organizza il Canoa Club Bologna. Info: Segreteria (martedì e venerdì dalle 17 alle 19) 051/575354 (tel./fax). E-mail: cc Bologna@libero.it www.canoaclubbologna.it

25-27/4 **Raduno internazionale sui fiumi del Piemonte:** Memorial Granacci. Org. 4P Kanu Group. Info: Arcangelo Pirovano 338-4755710. E-mail: arcpir2002@virgilio.it

25/4-1/5 **XXIV Discesa del fiume Tevere.** Da Città di Castello a Roma, con pernottamento in strutture sportive. Info: Andrea Ricci 329-6883135. E-mail: discesadeltevere@tiscali.it Internet: www.discesadeltevere.org

25/4-4/5 **Sui fiumi della Grecia** (WW III-IV). Per esperti. Org. Gruppo Canoe Roma. Info: M. Consalvi 06-65004143/340-3996045 o C. Fanucci 06-66153460. E-mail: maurizioconsalvi@yahoo.it o claudio.fanucci@tiscalinet.it

MAGGIO

1/5 **Raduno sul fiume Chiese.** WW I-II (per tutti). 10 Km da Acquafredda a Asola (MN). Org. Canoa Club Asola. Info: Adriano 335-5862716 o Claudio 347-2562745.

1/5 **Discesa del fiume Var** (Francia). Gole di Daluis (WW II-III-IV). Org. Gente d'acqua. Info: Ino Cum 02-39265277 o 339-4053440. E-mail: gentedacqua@iol.it

4/5 **Discesa del fiume San Bernardino,** in Val Grande. Info: Canoa Club Milano (Livio). Tel. 02-6070489 www.canoaclubmilano.org

4/5 **Gardalunga: maratona del remo.** Percorso di km 25, con partenza alle ore 9 dal Golfo di Maderno. Info: Gian Paolo Bignotti 0365-71220 o 0365-540799. www.gardalunga.it

10-11/5 **Gara di rodeo sul Naviglio Grande.** Info: Canoa Club Milano (Massimiliano). Tel. 02-6070489 www.canoaclubmilano.org

11/5 **Discesa del fiume Brembo.** Da San Giovanni Bianco a Zogno (BG). WW II-III. Org. Gente d'acqua. Info: Ino Cum 02-39265277 o 339-4053440. E-mail: gentedacqua@iol.it

11-12/5 **Due giorni sulla costa ligure di Levante.** Domenica 11 partenza alle ore 10 da Sestri Levante e arrivo a Deiva. Lunedì 12, escursione nel Tigullio. Info: ACF - Luciano Belloni 031-676904. E-mail: luciano.belloni@tin.it 17-

17-18/5 **Wild Water Women's Day.** Raduno sul fiume Limentra per le ragazze della canoa, ma sono invitati anche i maschietti... Info: Canoa Club Bologna. Segreteria (martedì e ve-

nerdidalle 17 alle 19) 051/575354 (tel./fax). E-mail: cc Bologna@libero.it www.canoaclubbologna.it

17-18/5 **Raduno sui fiumi Corno e Nera.** (WW II-III). O rg. Gruppo Canoe Roma. Info: M. Consalvi 06-65004143/340-3996045 o C. Fanucci 06-66153460. E-mail: maurizioconsalvi@yahoo.it o claudio.fanucci@tiscalinet.it

17-18/5 **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.org

24-25/5 **V Lario Marathon - Memorial Erika.** Sabato 24, raduno ore 10 al camping La Fornace di Onno ed escursione sul ramo di Lecco. Domenica 25, partenza della maratona ore 9,30 (percorso di 44 km); in alternativa "maratonina" (di circa 25 km). È obbligatorio confermare la propria adesione. Info: ACF - Luciano Belloni 031-676904. E-mail: luciano.belloni@tin.it

25/5 **Discesa del fiume Stura di Demonte** (CN). Org. Canoa Club Milano e Gente d'acqua. Info: Ino Cum 02-39265277 o 339-4053440. E-mail: gentedacqua@iol.it www.canoaclubmilano.org

LEGENDA

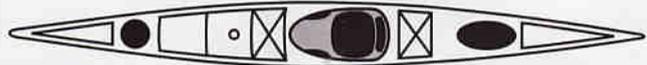
La rubrica Appuntamenti ha una chiave di lettura che permette di distinguere il tipo di raduni in base alle indicazioni:

-  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.

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

4

La navigazione

Un'ultima verifica e comincia l'avventura tra onde, massi e rulli

INTRODUZIONE AL RAFTING

di ANTONIO PIRO

Prima della partenza è assolutamente indispensabile:

1. Verificare le dotazioni necessarie in gommone (una o due pagaie di scorta fissate sul gommone, fune a prua e a poppa con moschettoni)
2. Stabilire i ruoli in equipaggio e suddividerlo in coppie per il controllo reciproco
3. Concordare i protocolli di sicurezza in merito al ribaltamento o alla perdita di un occupante del gommone
4. Eseguire un breve ripasso generale dei comandi, degli avvisi, della tecnica di raddrizzamento del gommone e dell'uomo al guinzaglio e la suddivisione dei ruoli per tali manovre
5. Controllare l'attrezzatura individuale d'ogni componente dell'equipaggio
6. Verificare il possesso di almeno 2 flipp-line assegnate a chi sarà incaricato del loro eventuale utilizzo.
7. Controllare la corretta posizione dell'equipaggio (piede nella cinghia).

Entrata in fiume

L'entrata in fiume sarà prevista in un luogo preferibilmente d'acqua calma dove non vi siano ostacoli a valle troppo vicini. L'equipaggio sarà distribuito sul gommone in relazione alle necessità del timoniere e delle preferenze dei singoli. E' preferibile che le due persone più esperte, oltre al timoniere, occupino il posto davanti.

Il timoniere deciderà se l'entrata in corrente si eseguirà in positivo, in avanti, o in negativo, a marcia in dietro, e il gommone sarà sistemato di conseguenza. Se la coda del gommone sarà a monte il timoniere salirà per ultimo, se a valle l'ultimo a salire sarà la persona davanti dal lato della riva. E' conveniente decidere prima dove portare il gommone all'inizio della navigazione e quindi entrare in corrente con un certo anticipo rispetto al punto prescelto. Sia che l'entrata in corrente venga eseguita in positivo che in negativo, l'inclinazione del gommone non dovrà essere troppo aperta. Sarà la corrente stessa a ruotare a valle la parte più a monte del gommone e spesso saremo costretti a contrastarla per spostarci velocemente al centro del fiume.

Navigazione in corrente

Durante la navigazione il gommone sarà mantenuto in asse con la corrente, rivolto con la punta a valle. Per migliorare la propria visione il timoniere potrà tenere una leggera angolazione della coda spostata dalla parte del lato della pagaia, in modo

da poter raddrizzare immediatamente lo scafo con una semplice pagaia in dietro. In presenza di anse o curve lo scafo sarà indirizzato con la punta verso l'interno di queste; tale inclinazione lo porterà verso l'interno della curva, dove l'acqua scorrerà più lentamente.

Angolazioni

Se dovessimo spostarci per raggiungere una certa posizione fissa, per esempio una morta, un approdo o addirittura traghettare, sarà conveniente mantenere un'inclinazione di circa 45° rispetto alla corrente e pagaiare contro di questa, spostandoci così verso il punto da raggiungere. Questo vale sia in positivo che in negativo. In caso di ostacoli d'acqua come grosse onde e buchi il gommone sarà condotto puntando dritti contro di questo (90° all'onda).

Un'inclinazione adeguata del gommone sarà utilizzata anche per anticipare ed evitare degli ostacoli. In questo caso sarà conveniente pagaiare contro corrente, in modo da ritardare l'avvicinamento dell'ostacolo, orientando il gommone a circa 45° rispetto al flusso verso la direzione in cui si preferirà passare oltre l'ostacolo. Quando si parla di inclinazione al flusso si intende la direzione in cui l'acqua scorre nel punto in cui si trova il gommone; non come inclinazione rispetto al letto del fiume.

Gli ostacoli

Gli ostacoli d'acqua, come grosse onde o buchi o rulli, dovranno essere valutati con largo anticipo ed affrontati preferibilmente

con una certa velocità, pagaiando in avanti e mantenendo il gommone diretto verso di questi.

Le pagaie indietro saranno utilizzate per evitare ostacoli affioranti, in modo da ridurre la velocità. Per spostare il gommone a destra o a sinistra, come già detto, dovremmo preventivamente aver dato la giusta inclinazione al flusso e pagaiare contro corrente.

Entrate in morta

Si tratta di un passaggio da una zona di acqua corrente ad una di acqua calma, più precisamente di controflusso, a valle di un ostacolo affiorante.

Questo comporta un momento di asimmetria di forze che agiscono sullo scafo e che tendono a farlo ruotare su se stesso. Occorre prevedere con largo anticipo la traiettoria da seguire per raggiungere tale zona ed affrontarne l'entrata con l'angolazione e l'energia sufficienti a sfondare il taglio di inversione di flusso e per arrestarci al di là di questo. La manovra può essere affrontata in positivo, se molto decisa e con maggior velocità, o in negativo.

La manovra in positivo comporta un'entrata in acqua ferma con maggior inerzia e ciò la rende difficoltosa in morte di ridotte dimensioni. In presenza di ostacoli che possono far rimbalzare il gommone, scomponendone l'assetto e l'inclinazione, tale manovra sarà sconsigliata.

(4 continua)



Appunti per l'inverno (corsi in piscina e altro)

✓ L'associazione **Lario Kayak** organizza un ciclo di corsi di eskimo nella piscina di un parco acquatico. Sarà possibile allenarsi in modo indipendente ma anche utilizzare bagno turco, idromassaggio e scivoli della piscina. Il tutto nel centro California di Chiasso ogni venerdì dalle 20.00 alle 21.00. Per informazioni Guido tel. 3356869065 - Valerio: valeriovilla@interfree.it

❖ Il club **Cagnacci Bagnati** è in trattativa per una piscina in zona di Sarzana al momento di andare in stampa non si hanno ulteriori precisazioni. Per informazioni hontas@libero.it - michele.serra@mail.carispe.it - Marco tel. 3480118291

★ Il **Canoa Club Milano** organizza corsi autunnali e invernali di eskimo in piscina che si terranno nella piscina comunale di Legnano in viale Gorizia 28/A da novembre a marzo. I corsi sono indirizzati sia a coloro che vogliono perfezionare la propria tecnica sia ai principianti. Ogni corso di 4 lezioni costa € 40 per i soci CCM e € 62 per i non soci. Per coloro che vogliono accedere alla vasca con la propria canoa il costo del solo ingresso in piscina è di € 6 per i soci e di € 8 per i non soci. Per informazioni Massimiliano Milani: tel. 3382629111 o visitare il sito www.canoaclubmilano.org

➡ Il club **Trezzo Kayak** e il **Canoa Club Capriate** organizzano corsi base, di eskimo e serate libere per soci nella piscina comunale di Trezzo sull'Adda. Per informazioni www.trezzokayak.it

🌸 Per tutto l'anno il gruppo di kayak da mare **Dolcesalato** (Milano-Genova) organizza corsi per tutti i livelli nella piscina di S. Giuliano Milanese. Info: Antonio Vitetta 335-7378012.

👉 **MilanoSport** in collaborazione con il **Cus Milano** organizza corsi base e avanzati nella piscina del centro sportivo Saini di via Corelli 136. Saranno tenuti ogni mercoledì dalle 20 alle 23 a seconda dei vari livelli. Per informazioni sulle iscrizioni: Centro Saini tel. 027561280 - sui corsi: Marco tel. 3480067158

➡ Il **Canoa Club Alessandria** dal 23 ottobre 2002 al 23 aprile 2003 organizza un ciclo di serate in piscina ogni mercoledì dalle 21,30 alle 24. Per informazioni www.geocities.com/yosemite/rapids/9011/piscina.htm - Filo tel. 3472342718

✱ Il **Gruppo Canoe Lega Navale Ancona** organizza ad Ancona nella piscina del Passetto dalle 21,30 alle 22,30 corsi di eskimo. Per informazioni Luigi tel. 33932273473 - Emanuele tel. 3332837972

➤ Il **Canoa Club Novara** mette a disposizione la piscina del Palazzetto dello sport comunale di Novara per allenamenti in canoa da dicembre a febbraio. L'attività verrà svolta sabato dalle 12 alle 14. A richiesta possono essere utilizzate le attrezzature del club, ci si può iscrivere ai corsi di o di eskimo ma sono disponibili biglietti per entrate singole o abbonamenti da 5 o da 10 ingressi Per informazioni: Paolo tel. 3475227539

➡ L'**Associazione Kayak Como** organizza corsi di eskimo nella piscina olimpionica di Muggiò da ottobre alla fine di marzo ogni mercoledì e giovedì dalle 21 alle 22. Oltre ai corsi c'è la possibilità di fare serate di allenamento. Per informazioni: Alberto tel. 3335432684 - www.kayakcomo.it

👉 Il **Gruppo Canoe Roma** riprende l'iniziativa "Alla scoperta dell'acqua calda" tutti i lunedì nella piscina del Racing Nuoto in via Avicenna 25 Roma. Si tengono corsi di eskimo, perfezionamento, fondamentali, stage per istruttori. E' necessaria la prenotazione e l'attrezzatura propria. Ingresso soci € 8, altri € 10; per i corsi € 13 i soci, € 15 gli altri. Per informazioni tel. 3403996045 - Maurizio tel. 0686260637 - Claudio tel. 3497157090

○ Il **Canoa Club Desio** dal 30/11/2002 mette a disposizione la piscina di Desio per serate libere di canoa ogni sabato dalle ore 19. Per chi non potesse portare la propria canoa il Club mette a disposizione il proprio materiale. Per informazioni: Davide tel. 0362628868

▼ Un corso invernale, organizzato dal **CFM Canoa Fluviale Martesana** di Cernusco sul Naviglio, si terrà il sabato sera (ore 19-21), dal 14 dicembre

all'8 marzo, nella piscina comunale di Concorezzo (MI). Per informazioni: tel. 02-7693002 338-3470872. E-mail: cfm.canoa@libero.it

✱ Dal 9 dicembre 2002 al 9 marzo 2003 si terranno corsi di canoa in piscina a Bologna, organizzati dal **Canoa Club Bologna**. Per informazioni 051-575354 (tel/fax). E-mail: ccbologna@libero.it

★ Nel mese di gennaio 2003 si terrà un corso in piscina a Mestre (VE). Responsabile l'**Associazione 360 gradi** (tel. 041-912676 o 340-5276217).

CORSI DI AVVIAMENTO ALLA CANOA

Dopo i corsi invernali in piscina riprenderanno anche quelli all'aperto... Tra i programmi più interessanti ci vengono segnalati dall'Associazione 360 gradi di Mestre (VE) due iniziative molto particolari: un corso avanzato sui fiumi appenninici (Santerno, Lamone, Savio etc., a seconda della portata) dal 25 al 27 aprile 2003 e uno per principianti sui fiume Piave e Soca (Slovenia) dal 7 al 25 maggio. Info: tel. 041-912676 o 340-5276217. E-mail: 360gradi@soafmc.it

CORSI SULLA SICUREZZA

Ancora una volta una tragedia come quella del canoista travolto lo scorso mese dalla piena del Trebbia ci costringe a riflettere sulla sicurezza nei fiumi. E ciò nonostante i molti sforzi che la FICT e le sue guide fluviali compiono su questo tema fondamentale. Anche per questo desideriamo dare spazio a iniziative che organizzano del Gruppo Canoe Roma, che organizza i corsi 5 e 6 aprile 2003 un Corso sulla Sicurezza Fluviale tenuto dalle Guide Fluviali del Gruppo sui fiumi Nera e Corno. Info M. Consalvi - 065041413 - 3403996045 - maurizioconsalvi@yahoo.it; C. Fanucci - 0666153460 - claudio.fanucci@tiscali.net

RUSPE SUL SESIA

Ci sono notizie assai preoccupanti sulla situazione in Valsesia: ruspe al lavoro, nuovo progetto Enel di canalizzazione tra Balmuccia e Quarona, firma del concordato di Varallo a dichiarazione del nuovo sindaco di Varallo a favore della micro centrale di Morca, inizio dei lavori a Rimella... Questa situazione di crisi è "gestita" nell'urgenza dal Comitato per la Difesa del Sesia con numerose azioni sul terreno ma le recenti dimissioni del presidente del Comitato e la necessità di "alzare la voce" ad un livello superiore sembrano spingere verso una decisa svolta. Nel frattempo, chi fosse interessato a seguire da vicino la vicenda e soprattutto a collaborare ed intervenire DI PERSONA può segnalarlo al Comitato (comitatosesia@laproxima.it). Una e-mail verrà inviata a tali "volontari" man mano che pervengono le informazioni e che vengono prese le apposite azioni di risposta.

3° Campionato Italiano di Eskimo a Cernusco sul Naviglio

SFIDE IN PISCINA

Ecco un appuntamento da non perdere! Una grande festa del kayak indoor: nei giorni 1 e 2 febbraio alla piscina del Centro Sportivo di via Buonarroti, a Cernusco sul Naviglio (MI) si terrà il 3° Campionato Italiano di Eskimo, indetto da FICT e UISP nello spirito unitario del Comitato Sport per Tutti. L'organizzazione della manifestazione è affidata al Canoa Fluviale Martesana di Cernusco, in collaborazione con l'A.C.F. (Amici Canoa Fluviale) di Milano e il Canoa Club di Asola (MN). La manifestazione avrà luogo alla piscina del Centro Sportivo dalle ore 14,30 di sabato 1, proseguirà nella mattina di domenica 2 e si concluderà con la cerimonia delle premiazioni nel pomeriggio. Sono previste,



sia in campo maschile che in quello femminile, quattro categorie: under 18; giovani (dai 18 ai 21 anni); senior (dai 22 ai 40); master (over 40). Nelle pause della competizione si terranno delle esibizioni di kayak rodeo.

In concomitanza con il Campionato di Eskimo si svolgerà presso lo stesso Centro Sportivo di Cernusco, l'Assemblea nazionale della Lega Sport

d'Acquaviva UISP. Inoltre nella serata del 31 gennaio è previsto un Seminario sulla Formazione a cui sono invitati i rappresentanti e i tecnici delle associazioni che fanno parte del Comitato Sport per Tutti.

La competizione

Le gare si articoleranno in due specialità:

- cinque eskimo con pagaia nel minor tempo possibile;
- maggior numero di eskimo con pagaia in un minuto.

Per ogni gara è prevista una premiazione separata. Ma sarà la graduatoria

combinata delle due specialità a decretare il Campione Italiano assoluto maschile e femminile.

Per rispettare il principio di uguaglianza, i kayak verranno forniti dall'organizzazione, mentre il resto dell'attrezzatura (compresi paraspruzzi e pagaie) sarà scelto liberamente dai partecipanti.

La manifestazione è aperta a tutti i canoisti italiani, senza limiti di età,

sesso e associazioni a club o federazioni. Va tuttavia precisato che i canoisti non iscritti a club affiliati a FICK, FICT, UISP o altri enti di promozione e quindi senza copertura assicurativa, dovranno al momento dell'iscrizione alla gara richiedere il tesseramento ed esibire un certificato medico di buona salute.

Il programma

Il ritrovo è previsto intorno alle ore 10, con accoglienza a concorrenti e club, presso la sede sociale della Canoa Fluviale Martesana di Cernusco. Coloro che provengono dalle località più lontane e ritengono di arrivare nei giorni precedenti, sono pregati di preavvisare, in modo che sia previsto per loro il pernottamento in sacco a pelo presso la stessa sede, eventualmente fin dalla sera di venerdì. Inoltre presso il Centro Sportivo c'è un'ampia possibilità di parcheggio camper ed è previsto - per chi lo desidera - un servizio di ristorazione (menù fisso) al modico prezzo di 8 Euro.

Le iscrizioni si chiuderanno alle ore 12 della prima giornata di gare, o al raggiungimento del numero massimo di partecipanti previsto dalla ricettività dell'impianto sportivo. Tuttavia chi volesse iscriversi entro il 31 dicembre 2002 faciliterà il lavoro degli organizzatori, inviando il tagliando qui allegato.

Per ulteriori informazioni, rivolgersi a:
Riccardo Cazzanti 339-5941514 - Peppo Delconte
339-2239284 (peppo.delconte@tiscalinet.it)

Il sottoscritto

abitante a prov.

in via

tel.

iscritto al Canoa Club

chiede di essere iscritto al Campionato Italiano di Eskimo 2003.

chiede di essere ospitato presso il Centro Sportivo di Cernusco.

Firma



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



Molte le iniziative della FICT rivolte all'apprendimento di tecniche precise **IMPARIAMO LA SICUREZZA**

CORSO GUIDE FLUVIALI 2002

Si è svolto a Ivrea (To) dal 3 al 6 ottobre scorsi l'annuale corso per Guide Fluviali. Contrariamente alla ventennale tradizione della Federazione, da quest'anno è stata abbandonata la formula del corso-esame. Svincolando i due momenti della formazione e della verifica, i candidati hanno la possibilità di lavorare in tutta tranquillità senza la tensione dell'esame: nozioni e tecniche acquisite possono essere meglio assimilate e provate nei mesi che separano il corso dall'esame. Al corso hanno partecipato undici candidati provenienti da Campania, Lombardia e Piemonte. Sede del corso sono stati gli ormai collaudati impianti dell'Ivrea Canoa Club, che ringraziamo per l'ospitalità. Sala riunioni, ostello e spogliatoi con docce calde sono concentrati sulla sponda destra del Campo Slalom Nazionale sulla Dora Baltea, banco di prova delle tecniche di soccorso. Nelle circa 40 ore del corso con lezioni in aula, all'aperto e in acqua, a nuoto e in kayak, sono stati affrontati i principali aspetti del soccorso fluviale: materiali, tecniche di soccorso a nuoto, in canoa e con corda, principi di pronto soccorso, nodi, comunicazione in fiume, organizzazione e conduzione di una discesa guidata, ma anche verifica dei fondamentali e molto altro. L'esame per l'ottenimento del brevetto di Guida Fluviale, riservato ai partecipanti al corso 2002, è fissato per i giorni 4 e 5 ottobre 2003.



LE SCUOLE FEDERALI DI CANOA

In Italia ci sono oggi molte possibilità per imparare ad andare in canoa. Club ed Associazioni organizzano corsi in piscina o direttamente in fiume o in mare. A volte però le lezioni non sono strutturate organicamente e gli insegnanti sono più guidati dalla buona volontà e dalla passione che da reali capacità didattiche e formative. Proprio per questi motivi dal 1 gennaio 2003 diventano operative le Scuole Federali di Canoa, gestite da Club o Associazioni locali sotto l'egida della Federazione. Obiettivo della Federazione è la creazione di strutture dislocate sul territorio ove le tecniche della canoa vengono insegnate da personale qualificato che utilizza metodologie didattiche e standard di sicurezza di alto profilo, identici per tutto il territorio nazionale. Tutto ciò a tutela dell'utente finale, bambino o adulto che sia, che si vuole avvicinare al mondo della canoa o canoista che vuole perfezionare la propria tecnica o che chiede di essere accompagnato in una escursione in ambiente. Le Scuole Federali di Canoa sono dirette da una Guida: Guida Fluviale se la Scuola svolge le proprie attività in ambiente fluviale o Guida Marina se l'attività è svolta in mare. Tutte le attività delle Scuole Federali di Canoa sono esercitate da insegnanti, Guide e Istruttori, in possesso di un brevetto rilasciato dalla Federazione, che li abilita a muoversi entro precisi ambiti operativi. Inoltre tutte le attività delle Scuole Federali di Canoa godono di una copertura assicurativa contro gli infortuni. Ma come fare a riconoscere una Scuola Federale di Canoa? La scuola è tenuta a esporre la targa fornita dalla Federazione e l'elenco delle scuole dal 2003 verrà pubblicato su *Pagaiando* nello spazio loro riservato: saranno indicate data e luogo di svolgimento delle attività, nonché il recapito telefonico e l'e-mail del responsabile di ognuna di esse.

I NUOVI ISTRUTTORI

Nello scorso mese di settembre si sono tenute due sessioni di esame per il rilascio del brevetto di Istruttore Fluviale. La prima sessione si è svolta a Scatea (Cs) e dintorni sul fiume Lao nei giorni 21 e 22 settembre e la seconda nel weekend successivo a Kobarid (Slo) sul fiume Soca. Dopo le due giornate di prove teoriche e pratiche hanno conseguito il brevetto:

- Bronzi Federico
- Cavalieri Marco
- Di Giorno Franco
- Del Favero Roberto
- Fantilli Luca
- Lapertosa Mariassunta
- Mineri Mariangela
- Paesano Flavio
- Palmieri Paolo
- Pennacchi Claudio
- Pontecorvo Antonello
- Pontolillo Assunta
- Quintavalli Giulio
- Rossini Tiziano
- Vespoli Luigi
- Zammataro Alberto



Inviemo ai nuovi Istruttori un caloroso augurio di buon lavoro.

PAGAIANDO ON LINE

a cura di PABO

Partire per...

Vagabondando per la rete abbiamo trovato alcuni links interessanti con i quali organizzare le spedizioni canoistiche all'estero.

Tutte le informazioni su come arrivare, dove soggiornare e come scendere il famoso fiume africano:

<http://www.thezambezi.com/>

Attraversiamo con un balzo l'oceano atlantico e visitiamo il coloratissimo sito:

<http://www.exchile.com/> che vi farà conoscere il Cile e il fiume Futaleufú.

Se la zona non vi soddisfa c'è il Bio Bio:

<http://www.bbxrafting.com/adventure/chile/> <<http://www.bbxrafting.com/adventure/chile/>>

Finita la bella stagione in sud america dirigetevi nell'emisfero nord verso il Canada nella British Columbia

<http://www.kayakinternational.com/ottawa.html>.

Se avete tempo e soldi... rimanete in zona fino a settembre per gustarvi The Annual



Ottawa River Rodeo:

<http://www.kayakinternational.com/worlds/ottawarodeo.html>

Correte poi in Sierra Nevada:

<http://www.boof.com/>

Infine andate in California a divertirvi su questi percorsi particolari:

<http://www.wildwater.net/rides.html>

Siete al verde? Dovete tornare a casa pagaiando? Allora è venuto il momento di scendere il Gran Canyon d'Europa, l'Ardèche: <http://www.camping-la-digue.fr/riverie/nivogb.shtml>

Fatto? Ora per altri tre anni state buoni, lavorate sodo e mettete via i soldini per il Nepal: <http://www.shivasrafting.com/karnali.html>

http://www.asiantraveladventures.com/rafting/tamur_river_expedition.htm

Andiamo in Siberia sul Katun river:

http://travel.ukg.kz/eng/rk1_9a.htm

Andateci prima che ci facciano una diga: http://www.wildrockies.org/ActivOrg/Altai/gis/dam_eng.html

Prima di partire potete chiedere informazioni su un Newsgroup, ecco Stefania che ci aiuta ad andare in Irlanda:

<http://it.groups.yahoo.com/group/canoakayakitalia/message/6345>

Ecco i messaggi di gruppi di canoisti italiani, che hanno disceso alcuni fiumi in Terra del Fuoco e in Bolivia: http://it.groups.yahoo.com/group/canoakayakitalia/message/6796,6879_e_6841. Se non potete partire compratevi un bel video e sognate...

<http://www.epaddler.com/video...html>

<<http://www.epaddler.com/video.html>>

Tra Natale e Epifania il nostro amico e Guida Fluviale Walter Filattiera dopo il ritorno dalla Terra del fuoco vi organizza il Raduno il classico del Lao sui fiumi della Calabria, spenderete meno ma vi divertirte lo stesso! <http://it.groups.yahoo.com/group/canoakayakitalia/message/6858>

Buone Feste a tutti.

"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