

Scuola Nazionale di Torrentismo SNT CAI



Direttore Franco Ike Aichino
direttore.torrentismo@sns-cai.it

Segretario Massimo Todari
segretario.torrentismo@sns-cai.it



CORSO REGIONALE DI TECNICA

Anno 2026

24-25-26 Aprile Prima sessione

01-02-03 Maggio Seconda sessione

Organizzato dalla Sezione – CAI Grottaglie

Il corso è riservato ai soci CAI in regola con iscrizione 2026.



INFORMAZIONI

Direttore del corso: IT Vincenzo Massaro Cell. 339 4039904
Istruttore Torrentismo: IT Davide Monopoli Cell. 329 3162971
Istruttori Sezionali: IST Davide Falco Cell. 328 2611448
IST Nicola Libraro Cell. 346 5036966
IST Nunzio My Cell. 347 3251726

Corso valido come aggiornamento degli IST

❖ Quota di partecipazione euro 200,00

Termini: scadenza iscrizioni 21 aprile 2026

Bonifico a favore del Club Alpino Italiano – Sezione di Grottaglie

Iban: IT27 Go88 1778 8900 0300 0009 289

Causale: Nome Cognome – Iscrizione corso torrentismo tecnica 2026

La quota di iscrizione comprende: assicurazione per le uscite; eventuale utilizzo del materiale di gruppo per tutto il corso; dispense e materiale didattico.

La quota di iscrizione al CAI non è inclusa nella quota di iscrizione.

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

La quota non comprende le spese di alloggio nel rifugio, di pasti, di viaggio da condividere con altri partecipanti.

Gli spostamenti da e per i luoghi prescelti sono da considerarsi con mezzi propri.



Requisiti:

- Aver compiuto 18 anni
- Tessera CAI o Certificato Elettronico Digitale di iscrizione al CAI validi per l'anno in corso.
- Aver compilato e firmato il modulo di iscrizione
- Pagamento della quota d'iscrizione.
- Certificato medico per attività sportiva non agonistica
- Possedere una buona acquaticità e buono stato di salute psicofisico
- Possedere le competenze previste dal Corso di Introduzione al Torrentismo della Scuola Nazionale di Torrentismo del CAI.

N.B. Il CAI consiglia e richiede apposita certificazione medica.

La mancata presentazione della stessa da parte dell'allievo esonera gli organizzatori del corso da qualsiasi problema relativo alla mancata comunicazione di problemi fisici e patologie.



AVVERTENZE:

Si ricorda che la frequentazione delle forre e delle palestre è un'attività che presenta rischi.

La Scuola del CAI adotta tutte le misure precauzionali affinché, nei vari ambiti si operi con ragionevole sicurezza.

Con l'adesione al corso l'allievo è consapevole che nello svolgimento dell'attività torrentistica un rischio residuo è sempre presente e mai azzerabile.

Durante le esercitazioni, gli allievi dovranno attenersi alle direttive impartite dalla Direzione del Corso.

Il Direttore potrà escludere dal Corso, in qualsiasi momento, coloro che mostrino incapacità ad adeguarsi alle norme di comportamento generale o lacune tecniche tanto gravi da compromettere l'efficacia didattica ed il grado di sicurezza delle esercitazioni.



OBIETTIVI DEL CORSO

L'obiettivo generale dei corsi di Torrentismo è quello di formare persone **"consapevoli"**, fornendo loro tutte le nozioni tecniche e le conoscenze culturali necessarie.

Obiettivo specifico del corso di Tecnica è quello di programmare e gestire un'uscita in forra, prevenire eventuali rischi con un'adeguata conoscenza delle **"buone pratiche"**, raggiungere un'autonomia individuale e uniformità tecnica per la progressione di gruppo, su percorsi di media difficoltà.

PROGRAMMA

LOCATION: Rifugio Biagio Longo (Mormanno CS), il rifugio si presta per dormire con posti letto disponibili (occorrono lenzuola e guanciali personali o sacchi a pelo, è disponibile una cucina per preparazione colazioni o eventuale cena, bagno con doccia, area comune per le lezioni).
Costo € 10,00 / 15,00 a notte (costo da concordare con il gestore).

In alternativa B&B o agriturismi nelle vicinanze (libera Scelta).

Per le cene abbiamo una convenzione con una trattoria
Costo: € 23,00 antipasto, primo, secondo, caffè, amaro.
€ 20,00 senza antipasto.



SESSIONE INTRODUTTIVA

➤ **Sabato 18:** **Incontro preparatorio.**
Inizio ore **08:00** - fine ore **12:00**

Location: Ostuni (presso studio Materika snc)

Posizione: <https://maps.app.goo.gl/j44JKeeFUJMXxHu38>

Cosa faremo: Lezione in aula

Temi: Scenari di rischio
 Idro-geologia e formazione delle forre
 Controllo attrezzature personali
 Allestimento imbrago

N.B. è necessario portare tutta la vostra attrezzatura per gli aggiustamenti del caso

18 aprile

PRIMA SESSIONE

- **Venerdì 24:** **Palestra di roccia a Monteiasi (Ta)**
Posizione: <https://maps.app.goo.gl/SZNKmThWdULhxENXA>

Inizio ore **08:30** - fine ore **17:00**
Partenza per il rifugio Biagio Longo in serata,
(cena provvediamo individualmente da consumare al rifugio).
- **Sabato 25:** **Forra Caldanello parte alta, Cerchiara (Cs)**
Ore 07:30 partenza dal rifugio o B&B, colazione già fatta.
Ore 18:00 lezione in aula.
Ore 20:30 cena.
- **Domenica 26:** **Forra Bitonto**
Ore 07:30 partenza dal rifugio o B&B, colazione già fatta.
Ore 17:00 Termine forra
Debriefing, rientro a casa.

24-25-26 aprile

SECONDA SESSIONE

- **Venerdì 01:** **Palestra di roccia a Monteiasi.**
Posizione: <https://maps.app.goo.gl/SZNKmThWdULhxENXA>

Inizio ore **08:30** - fine ore **17:00**
Partenza per il rifugio Biagio Longo in serata,
(cena provvediamo individualmente da consumare al rifugio).
- **Sabato 02:** **Torrente Iannello (Laino Borgo Cs).**
Ore 07:00 partenza dal rifugio o B&B, colazione già fatta.
Ore 18:00 lezione in aula.
Ore 20:30 cena.
- **Domenica 03:** **Forra Castiglione**
Ore 07:30 partenza dal rifugio o B&B, colazione già fatta.
Ore 17:00 Termine forra
Debriefing, rientro a casa.

01-02-03 maggio

ARGOMENTI CHE VERRANNO TRATTATI NEL CORSO

PAGINA 1

ATTREZZATURA

- attrezzatura personale
- attrezzatura di squadra
- bidoncino stagno
- S.A.S. spezzone ausiliario sosta
- sacca d'armo base

NODI

- nodo barcaiolo
- nodo falsa asola
- nodo doppio inglese
- nodo cuore
- nodo guide con frizione inseguito
- nodo guide con frizione doppio nodo fettuccia
- nodo patata
- nodo bolina doppio
- nodo machard
- nodo mezzo barcaiolo rinforzato con asola e contro asola

PROGRESSIONE IN AMBIENTE

- progressione acquatica

ATTREZZAMENTO MANCORRENTE

- mancorrente in auto moulinette
- mancorrente assistito senza punti intermedi
- mancorrente assistito con punti intermedi

ARGOMENTI CHE VERRANNO TRATTATI NEL CORSO

PAGINA 2

GESTIONE SOSTA E ATTREZZAMENTO CALATA

- unione ancoraggi scollegati
- sistema svincolabile: mezzo barcaiole
- sistema svincolabile: OTTO/OKA® in battuta
- freno: OTTO/OKA® verticale
- discesa in auto moulinette
- relais/ripresa di calata

TECNICHE DI ATTREZZAMENTO AVANZATE

- deviatore con cordino
- svincolabile dal basso 3H
- Teleferica

TECNICHE DI RISALITA

- risalita su corda doppia

MANOVRE DI AUTOSOCCORSO

- soccorso indiretto dall'alto
- soccorso indiretto statico (in acqua)

PROGRESSIONE ACQUATICA (cenni)

- tuffo
- Nuoto difensivo
- Nuoto a elica
- Nuoto aggressivo

ATTREZZATURA PERSONALE

Attrezzatura minima personale per la progressione autonoma in ambiente, all'interno di una squadra organizzata, in un percorso di discreta lunghezza e difficoltà.

PAGINA 1

Elenco materiali

- 1 casco omologato per alpinismo (EN 12492);
- 1 fischiello senza pallina interna e ad alta intensità di suono (> di 115 decibel), collegato con cordino sottile al casco o in altra posizione facilmente raggiungibile;
- Lampada frontale stagna minimo 800 Lumen di lunga durata
- 1 muta umida in neoprene sp. 5 mm (integrale o due pezzi), provvista di cappuccio;
- 1 paio di calzari in neoprene sp. 3 o 5 mm;
- 1 paio di guanti in neoprene sp. 3 mm;
- 1 paio di scarpe da torrentismo;
- 1 imbragatura cosciale con protezione in pvc (EN 12277) specifica per torrentismo (vedi nota informativa del costruttore);
- 1 pettorale a scelta tra i modelli attualmente in commercio (in alternativa, pettorale autocostruito con cordino o fettuccia);
- tri-longe composta da: spezzone di corda dinamica omologata come corda intera, confezionata con nodo corona rinforzato per il collegamento all'imbrago e nodi a strozzo per il collegamento ai moschettoni;
- 1 moschettone con doppia leva di sicurezza (tipo K) oppure a ghiera per longe corta;
- 1 moschettone a ghiera (preferire sezioni ridotte, evitare HMS e base larga) per longe lunga;

ATTREZZATURA PERSONALE

Attrezzatura minima personale per la progressione autonoma in ambiente, all'interno di una squadra organizzata, in un percorso di discreta lunghezza e difficoltà.

PAGINA 2

- discensore di progressione composto da: 1 OKA® o similari ;
- 1 moschettone con chiusura a tripla sicurezza;
- 1 bloccante ventrale;
- 1 bloccante mobile di idonee dimensioni (sono sconsigliati i modelli provvisti di maniglia, troppo ingombranti, e quelli di dimensioni troppo ridotte, non adatti all'esecuzione di determinate manovre), completo di:
 - 1 moschettone a ghiera (evitare HMS e base larga);
 - pedale composto da cordino di Ø 5 o 6 mm (in alternativa, pedale a scelta tra i modelli attualmente in commercio);
- 1 moschettone a ghiera;
- cordino per nodo autobloccante composto da:
 - 170 cm circa di cordino in kevlar Ø 5,5 mm (misura senza nodi), confezionato con asole a contrasto alle estremità;
- 1 moschettone parallelo a ghiera o HMS avente il gambo intero dritto ed a sezione circolare;
- 2 maglie rapide in acciaio inox Ø 7 o 8 (EN 12275 tipo Q) per collegamento all'imbrago di longes e bloccante ventrale (in alternativa, vincolarli direttamente al ponticello);
- 3 moschettoni HMS;
- discensore di servizio composto da:
 - 1 OKA o similari di generose dimensioni;
- 1 moschettone con chiusura a tripla sicurezza;
- 1 moschettone a grande apertura senza ghiera;
- 1 carrucola a flange fisse, completa di:
 - 1 moschettone simmetrico a ghiera di dimensioni tali da consentire alla carrucola di ruotare comodamente al suo interno;

ATTREZZATURA PERSONALE

Attrezzatura minima personale per la progressione autonoma in ambiente, all'interno di una squadra organizzata, in un percorso di discreta lunghezza e difficoltà.

PAGINA 3

- rinvio composto da:
 - 1 fettuccia di lunghezza media (circa 17 cm);
 - 1 moschettone HMS;
 - moschettone con ghiera (preferire sezioni ridotte, evitare HMS e base larga);
- 1 S.A.S. (vedi scheda dedicata) (in alternativa 1 multi chain in anelli di dyneema cuciti), completo di:
 - 2 moschettoni con ghiera (preferire sezioni ridotte, evitare HMS e base larga);
- 1 cesoia con custodia dedicata;
- 1 bidoncino stagno da 3,5 L o 6 L (vedi scheda dedicata);
- 1 zaino da torrentismo, con spallacci a sgancio rapido e provvisto di fori per la rapida evacuazione dell'acqua, completo di:
 - cordino o fettuccia di lunghezza 15 cm circa, collegato alla maniglia esterna superiore;
 - 1 moschettone senza ghiera di piccole dimensioni, agganciato al cordino;
- 1 kit-boule, completo di:
 - cordino o fettuccia di lunghezza 15 cm circa, collegato alla maniglia esterna superiore;
 - 1 moschettone senza ghiera di piccole dimensioni, agganciato alla maniglia esterna superiore o al cordino, se presente;
- 60 m di corda semi statica omologata tipo A o B;
- sacca d'armo.