



Formazione, servizi, animazione e accompagnamento in media e alta montagna, cartografia/orientamento, I° soccorso, nautica, speleologia, protezione civile, ippica, subacquea, equipaggiamenti (noleggio cessione), carto/video/biblioteca.

PROGRAMMA CORSO ACCOMPAGNATORI MEDIA MONTAGNA

PER CHI E'

per adulti amboessesi che abbiano superato il corso di escursionismo, interessati e disponibili ad accompagnare per l'associazione Azimuth singoli o gruppi in montagna per uno o più giorni mantenendo sicurezza, serenità, socialità.

DOVE - COME - QUANDO - DURATA

il corso fornisce la capacità di progettare e realizzare percorsi di 1 o più giorni impiegando l'equipaggiamento adatto al momento giusto con le tecniche corrette, in tutti gli ambienti e situazioni meteo di media montagna (entro il limite inferiore dei ghiacciai). Comprende 22 lezioni di 2 ore o 44 ore di teoria, esercizi e tutte le ripetizioni necessarie, la visione di alcuni documentari, 10 escursioni di 1 g e 2 di 2 gg in bivacco e in tenda (100 ore di pratica) + esame; la versione "intensiva/itinerante" è di 9 gg continui con 2 incontri preliminari per introdurre/presentare il corso e visionare/sciegliere l'equipaggiamento. Le date delle escursioni sono decise dai partecipanti a maggioranza. Al corso si accede superando una verifica di idoneità. I corsi si effettuano a richiesta anche per singoli, gruppi o enti.

PRATICA ALL'APERTO

si svolge prevalentemente in parchi e riserve naturali con ogni tempo su percorsi giornalieri di circa 10 Km. con difficoltà che aumentano progressivamente fino al 3° grado (scala Welzenbach o di Monaco); per motivi didattici le località non sono comunicate. Sono necessarie coesione e attenzione anche durante i trasferimenti. L'istruttore dispone di ricetrasmittente, telefonino, bussola, g.p.s. e I° soccorso. E' escluso dal corso chi danneggia la natura. Creandosi uno stato duraturo di difficoltà da parte di uno o più partecipanti, il gruppo deciderà a maggioranza se far sostare coloro che hanno o causano difficoltà o rinunciare; se possibile l'istruttore proporrà percorsi o attività alternative. Si simulerà soccorso ed elisoccorso di persone infortunate del nostro gruppo e ricerca di persone smarrite nella ns zona di escursione con coordinamento radio. L'associazione è responsabile dell'incolumità dei partecipanti se questi mantengono costantemente il contatto ottico e acustico con l'istruttore.

DIDATTICA

evidenziazione teorica e pratica dei problemi e delle cause, soluzioni teorizzate e dimostrate praticamente, esposte e messe in pratica da ciascuno, impiego costante e abituale delle nozioni acquisite.

MATERIE - ARGOMENTI

Cartografia/orientamento (progettazione e realizzazione dei percorsi)

geografia astronomica, sistemi rappresentazione geoidi e individuazione punto, orientamento carta, bussola, curvimetro, clisimetro, g.p.s. e loro uso, simbologie, fare il punto, stima e progettazione percorsi, altimetria, stima: angoli, pendenze, distanze, dislivelli; sviluppo del percorso, profilo altimetrico, aggiornamento carte.

Equipaggiamento -abbigliamento/materiali/attrezzature- (comfort)

indumenti (per sudore, pioggia, vento, abrasione, isothermici), guanti, calzature, lacci, sottopiedi, zaini, borse, bussole, portacarte, sacchi letto, stuoini, tende, binocoli/monocoli, torce, pile, ricaricapile, g.p.s. (localizzatore satellitare), bastoni telescopici, occhiali, caschi, racchette, coltelli pluriuso, filtri per acqua, teli/mantella, a.r.v.a. (apparecchi ricerca in valanga).

Alimentazione (resa psicofisica)

diverse necessità, comportamenti organici e funzioni metaboliche nell'arco della giornata con caldo, freddo, quota, sforzo, valori nutrizionali alimenti liquidi e solidi, alimenti in commercio; pratica di cucina.

Cordologia (sicurezza)

corde artificiali (caratteristiche, resistenza, uso, conservazione), corda fissa singola e doppia, scorrevole, e mobile, nodi di aggancio/ancoraggio, giunzione, frizione, autobloccanti, scorsoi (esecuzione semplice, inseguita). Ancoraggi, pratica di cordata e ferrata, imbracatura di fortuna, chiodi, spit, discensori, moschettoni, dissipatori, anelli di corda e fettuccia.

Tecniche di arrampicata

su pareti, creste e canali.

I° soccorso

giurisprudenza, responsabilità del soccorritore, di chi ha causato l'incidente, casi in cui intervenire ed in cui astenersi, urgenza, gravità, ferite (pulizia, disinfezione, protezione), emorragie, distorsioni, lussazioni, incrinature, fratture, epilessia, arresti cardiaci e respiratori, congelamenti/assideramenti, avvelenamenti (ingestione, punture, morsi), shock, ustioni, colpi di sole e di calore, posizione laterale di sicurezza, sollevamenti, trasporti, posizione antishock.

Comunicazioni (avvisi di pericolo/richieste di soccorso)

ottiche, acustiche, radio (frequenze, regolamenti, leggi, alfabeti-codici, potenze, distanze, antenne), uso delle ricetrasmittenti.



Formazione, servizi, animazione e accompagnamento in media e alta montagna, cartografia/orientamento, I° soccorso, nautica, speleologia, protezione civile, ippica, subacquea, equipaggiamenti (noleggio cessione), carto/video/biblioteca.

Comportamenti in ambienti naturali

posizionamento e montaggio tende, fuochi (allestimento, accensione, spegnimento, fornelli), meteorologia, previsioni del tempo,

comportamento (posizioni e accorgimenti) per creste, pendii, nevai, fulmini, slavine, caduta sassi, incendi boschivi, diffusione con vento, essenze, pendenze e comportamenti relativi, strumenti e usi, autosoccorso.

Ordinamento del settore

leggi, regolamenti, sentenze, giurisprudenza, usi e comportamenti degli enti, delle organizzazioni amatoriali e professionali del settore.

Organizzazione dell'escursione

Composizione di annunci descrittivi delle escursioni, tracciatura e descrizione dell'itinerario, preescursione sul posto

Accompagnamento (capacità, affidabilità, psicologia)

abili e disabili psichici –montagnaterapia- valutazione rapida dell'adeguatezza psicofisica degli accompagnati e del loro equipaggiamento prima e durante le attività, avvisi e consigli adatti da fornire nei tempi e modi efficaci per compensare carenze, controllo presenze durante le escursioni, contatto ottico e acustico, variazione destinazioni e itinerari per varie cause. L'allievo dovrà svolgere correttamente 4 escursioni accompagnando escursionisti esterni al corso che stenderanno relazione-valutazione.

ISCRIZIONI – costi – informazioni-agevolazioni

in sede a via La Spezia 60 b tel./fax: 06/70302891, port. 348 5111982, €200 per la versione ordinaria e per quella in 9 gg continui. Versamenti diretti o sul c.c.p. n° 88531009 intestato all'associazione Azimuth; + assicurazione/iscrizione per danni propri e r.c.t.. I partecipanti massimo 10, dovranno mostrare entro la 3^a lezione l'equipaggiamento posseduto che è noleggiabile o acquistabile in associazione. Per ogni persona portata al corso, si ottiene una riduzione del 10 %.

LA QUOTA COMPRENDE

resta di proprietà dei partecipanti:

- libro di testo, cartellina, modulistica, busta portacarte, quaderno, goniometro/decimetro, penna, matita, 12 copie di carte topografiche, stemmi e distintivo dell'associazione, attestato finale.

a disposizione:

- di gruppo: 150 m di corda artificiale, ricetrasmittenti, telefonino, sacca per interventi di primo soccorso, g.p.s. (localizzatore satellitare), imbracatura, moschettoni, discensore, cordini, tenda, bussola.

EQUIPAGGIAMENTO DA PORTARE NELLE ESCURSIONI

guanti, portacarte, tutte le carte consegnate, ghette, sacchetti impermeabili per ogni materiale, alimenti solidi e liquidi, abbigliamento e scarponi impermeabili bloccanti la caviglia con suola rigida e scolpita, zaino da almeno 30 lt. per le escursioni di un giorno e da almeno 60 per quelle di 2 giorni, sacco letto per i pernottamenti, cambio vestiario completo x sudore, pioggia, sporco, sacco/busta portarifiuti, torcia elettrica anche per le escursioni di un giorno, pile preferibilmente ricaricabili. L'alimentazione va portata individualmente. Per le escursioni di 2 giorni il peso dello zaino è circa 12 Kg. Gli equipaggiamenti da noleggiare, vanno chiesti almeno 2 giorni prima.

PARTENZE E TRASFERIMENTI

Con auto proprie (avere a bordo catene, antigelo ed antiaddensante per i veicoli a gasolio). Le spese di viaggio (carburante e pedaggi) si ottengono sommando le spese di ciascun mezzo, divise per il numero dei trasportati esclusi gli accompagnatori/istruttori

ATTESTATO FINALE

il rilascio è subordinato al superamento dell'esame cui si può accedere se si è partecipato ad almeno $\frac{3}{4}$ delle escursioni e delle lezioni ed alla corretta risposta ad almeno $\frac{3}{4}$ delle domande scritte. Per mantenere il titolo, si devono svolgere almeno 4 escursioni ogni anno come accompagnatore –una in ogni stagione- compresa almeno 1 su neve, mantenere efficiente il proprio equipaggiamento, portarlo in ogni escursione ed essere capace di impiegarlo efficacemente.

ai corsi possono partecipare gli ex allievi per incontri, scambi, aggiornamenti e mantenimento

Io sottoscritto _____ iscritto all'associazione Azimuth, ho letto, approvo ed accetto questo programma

Firma
