



il sentiero

**Trimestrale della Sezione C.A.I. di Codroipo anno XIII n. 2 aprile - giugno 2011
distribuito gratuitamente ai Soci. Spedizione in A. P. - D.L. 353/2003
(conv. in L. 27/02/2004 n. 46) art. 1, comma 3, DCB UDINE**

TRA LE MONTAGNE ITALIANE CON I GRANDI ANIMALI

L'anno 2011 è stato dedicato, dall'UNESCO, alle foreste. Il Museo Friulano di Storia Naturale, si è fatto promotore di alcune iniziative atte alla conoscenza e alla divulgazione della realtà planetaria e locale dei boschi e delle foreste. Nella nostra Sezione, con una punta di orgoglio, affermo che abbiamo in certi versi anticipato i tempi, dedicando il 2010 ai boschi della nostra montagna (e non solo) con una serie di conferenze che hanno riscosso una discreta partecipazione.

In seno alla neonata Commissione Culturale non sono mancati propositi di seguire il meritorio esempio del nostro Museo udinese; ed il dibattito è stato appassionante e costruttivo.

Da tempo covo l'interesse ed una speciale attrazione per il mondo animale che popola le nostre montagne, interesse che di tanto in tanto si ravviva allorché qualche esemplare mi concede la fugace visione di una insperata presenza. Da questo interesse è nata l'idea di presentare una serie di incontri, in collaborazione con la Sezione di S.Vito al Tagliamento intitolata: "I Grandi Animali delle Foreste Alpine"; periodo: novembre 2011 e febbraio 2012.

Inoltre, in seno alla citata CC, è nata l'idea di ospitare la mostra delle opere seguita al concorso fotografico nazionale sui Grandi Animali delle Montagne dedicata alla memoria di Mario Rigoni Stern, l'Uomo che ha saputo coniugare la Natura con la Cultura, la Memoria con la Testimonianza.

E a conclusione di questa mia anticipazione, mi piace rileggere e proporre, a proposito della mostra, alcune riflessioni di Michele Zanetti, che presenterà le nostre serate: " *...La diversa dimensione conferita all'ambiente alpino e montano in genere, dalla presenza dei grandi animali, una dimensione insolita, cui paradossalmente noi, uomini del CAI, escursionisti della domenica e montanari di complemento, ma anche a tempo pieno, siamo disabituati. La visione popolare, il luogo comune più accreditato e diffuso legato all'immaginario degli umani di questo tempo e di questa società, propone infatti una montagna di scenari grandiosi e ... vuoti; desolatamente vuoti. Bastioni e torri dolomitiche, imponenti versanti rocciosi, ghiaioni e praterie sterminate, foreste e boschi silenziosi e orfani dei loro abitanti: ecco la realtà di tanta parte della montagna di questi tempi. Una realtà impoverita di suoni, di forme e colori, del guizzo improvviso e fuggente della grande vita selvatica, che pulsa e che esprime l'eterna contesa tra la vita e la morte, rinnovando perennemente la vita stessa.*"

E ancora: " *Una dimensione che assume quasi il sapore di una provocazione e al tempo stesso di un fermo e inappellabile diniego dell'autenticità di quella montagna vuota cui gli uomini si sono assuefatti. La montagna vera è un'altra: questo sembrano affermare le immagini di camosci che saltano sulla neve, di stambecchi e di aquile imponenti, di galli cedroni, di cervi e caprioli, di galli forcelli e nibbi. La montagna vera è quella evocata da Mario Rigoni Stern, dalle sue immagini e dai suoi affreschi letterari che rappresentano boschi fitti e silenziosi, riflettere di rugiade, brinate e neviccate fitte, leggendarie luci radenti sulla neve. Il tutto trasformato in un palcoscenico per gli spiriti della montagna vivente, ovvero per i suoi animali*".

Non mi resta che invitarvi a condividere queste emozioni, a novembre!

Giulio Tam

SICUREZZA INDOOR

Con la nuova sede e la palestra indoor si propongono alla nostra attenzione problematiche di sicurezza a cui finora non abbiamo dato peso.

Centro Studi Materiali e Tecniche del CAI, Commissione nazionale scuole di alpinismo scialpinismo e arrampicata libera, Collegio nazionale guide alpine italiane, Corpo Nazionale Soccorso Alpino e Speleologico, Alpenverein Sudtirol, FASI Federazione Arrampicata Sportiva Italiana. Da non perdere, per esperti e neofiti!

ALCUNE CONSIDERAZIONI GENERALI SULL'ARRAMPICATA SPORTIVA- L'arrampicata sportiva aspira a diventare uno sport di massa: praticato ormai a tutte le età, è un'attività che conta di anno in anno sempre più numerosi praticanti

- L'arrampicata sportiva e alpinismo: ci sono regole precise anche sulla sicurezza
- E' quindi uno sport sicuro? Nell'arrampicata sportiva gli incidenti dovrebbero essere ridotti al minimo possibile, mentre nella realtà capitano molti incidenti e al 90% per errore umano. Quali sono le principali cause?

CAUSE DEGLI INCIDENTI IN ARRAMPICATA SPORTIVA

Si riportano in ordine di importanza e di frequenza le principali cause di incidenti riscontrate negli anni. Da notare, che se fino ad oggi le statistiche venivano principalmente dal Soccorso alpino, ora con la nascita di molte palestre indoor, si hanno molti più dati, ricavabili da incidenti sia gravi, che di minore entità, che solo la fortuna non ha resi tali.

- 1) Uso scorretto dei freni da parte dell'assicuratore. Al momento questa è sicuramente la causa principale di incidenti gravi o potenzialmente tali. Spesso i freni per l'assicurazione non vengono utilizzati secondo le indicazioni date dalle case costruttrici.
RISCHIO: l'arrampicatore che cade può arrivare a terra con conseguenze molto gravi.
- 2) Lasco di corda eccessivo lasciato dall'assicuratore al proprio compagno, spesso per semplificare il "dare corda" e perché si crede così facendo di fare una sicura più dinamica
RISCHIO: in caso di caduta nei primi metri l'arrampicatore rischia di arrivare a terra.
- 3) Sicura troppo statica da parte dell'assicuratore, con conseguente impatto violento dell'arrampicatore sulla parete. Si ha questo effetto quando ci si vuole opporre con tutte le forze alla caduta del compagno.
RISCHIO: soprattutto sugli strapiombi l'arrampicatore rischia di "ritornare" violentemente contro la parete (rottura caviglie o altri traumi)
- 4) Assicuratore di peso molto inferiore rispetto a chi arrampica.
RISCHIO: soprattutto in presenza di pochi attriti (vedi palestre indoor, ma non solo) l'assicuratore può essere sbattuto violentemente contro la parete e/o inalzato fino ad incastrarsi sul primo rinvio
- 5) Calata in moulinette più lunga della corda a disposizione. Fortunatamente questo rischio ultimamente è stato molto ridotto, essendo le corde in commercio molto più lunghe di una volta.
- 6) Nodo eseguito in modo errato. Non è fortunatamente una causa frequente. Il rischio è riducibile con un controllo reciproco, sempre da attuare nella cordata.

ALCUNE CONSIDERAZIONI SUI FRENI

Errori possibili (anche se fortunatamente molto rari) nell'utilizzo dei freni "classici":

Tuber (secchiello):

- a) Non avere la mano sulla corda frenante (Nb: la corda frenante è la corda che entra nel freno. La corda in uscita dal freno è quella che va al compagno di arrampicata).
- b) Tenere la corda in uscita e quella frenante parallele = non sufficiente attrito

Errori possibili con i freni semiautomatici:

Impedire alla leva di bloccaggio di entrare in azione (per dare meglio corda a chi arrampica) e contemporaneamente non avere la mano sulla corda frenante (Nb: la corda frenante è la corda che entra nel freno. La corda in uscita dal freno è quella che va al compagno di arrampicata). La maggior parte di chi utilizza in questo modo i freni semiautomatici, giustifica la scelta nella sua prontezza di riuscire a "mollare" il bloccaggio della leva, nel caso di caduta del compagno. Le statistiche e le prove effettuate ad Arco dimostrano però che basta un minimo di distrazione e il compagno è già arrivato a terra. Per fare un esempio, nella palestra indoor di Verona, in due anni si sono avuti 4 incidenti gravi e tutti e 4 causati proprio da questo errore nell'utilizzo di freni semiautomatici. Ma la casistica è pressoché uguale nelle altre palestre indoor e nelle falesie.

CONCLUSIONI

Una grande parte di incidenti in arrampicata sportiva si potrebbero tranquillamente evitare se i freni venissero utilizzati in modo corretto, secondo le indicazioni che le case costruttrici riportano nelle istruzioni. Il problema è che la maggior parte degli arrampicatori utilizza i freni, soprattutto quelli semiautomatici, in modo del tutto arbitrario, basandosi sugli usi comuni e senza valutare i rischi che tali impieghi comportano.

Nel confronto fra freni "classici" tipo tuber (secchiello) e quelli semiautomatici emerge, che:

- 1) per chi inizia ad arrampicare, un freno semiautomatico può dare maggiori garanzie, ma al contempo necessita di più istruzione per essere utilizzato e devono essere conosciute tutte le conseguenze di un utilizzo scorretto
- 2) i freni "classici" richiedono da subito una grande padronanza della tecnica di assicurazione, ma inducono a meno errori.

C'è sembrato quindi opportuno creare uno strumento per sensibilizzare i praticanti sull'importanza di imparare a far bene l'assicurazione al compagno. Quindi è stato realizzato un DVD contenente 7 video con l'obiettivo di:

- mostrare i comportamenti corretti da attuare nella pratica dell'arrampicata sportiva per evitare le principali cause di incidente;
- mostrare l'utilizzo corretto dei freni d'arrampicata, come indicato nelle istruzioni delle case produttrici.

SI RICORDA CHE PER IMPARARE A FARE UNA BUONA ASSICURAZIONE BISOGNA:

- 1) conoscere come vanno utilizzati correttamente i freni
- 2) provare a tenere dei voli. Se una persona non ha mai tenuto una caduta difficilmente quando gli capiterà riuscirà a comportarsi in modo corretto. Provando a tenere dei voli le persone diventano meno distratte!
- 3) imparare ad attutire lo strappo di chi cade (assicurazione dinamica). **ATTENZIONE:** non è corretto pensare di ottenere una assicurazione dinamica lasciando un lungo lasco di corda
- 4) saper valutare quando il peso di chi arrampica può essere un problema per chi assicura. Aumentare gli attriti!

NODI

I nodi consigliati per l'arrampicata sportiva sono:

- il nodo ad otto, chiamato anche nodo delle guide con frizione
- il nodo bulino ripassato

CONTROLLO

Il controllo reciproco tra compagni di cordata:

- sull'esecuzione corretta del nodo
- sul posizionamento corretto della corda nel freno
- sulla chiusura delle ghiera dei moschettoni
- sulla chiusura delle fibbie dell'imbragatura

è una prassi indispensabile, per evitare l'errore "fatale"

TERMINOLOGIA

Con corda frenante, si intende la corda entrante nel freno, opposta a quella in uscita. La corda in uscita dal freno è quella che va al compagno che arrampica

IMPRESSIONI SUL 4° CORSO DI ESCURSIONISMO

Il 4° Corso d'Escursionismo sta proseguendo il suo percorso, ed è giunto al giro di boa. Tutto sta procedendo nel migliore dei modi, i 22 partecipanti, un pò alla volta si stanno amalgamando formando un bel gruppo. Tutti sono interessati e motivati ad imparare quanto gli è proposto ed insegnato. Di seguito alcune motivazioni che hanno spinto ad iscriversi al corso e alcune impressioni su cosa è stato fatto fino ad ora. Oscar e Aurelio, rispettivamente il più giovane e il più anziano, anagraficamente s'intende, del gruppo, preso carta e penna, hanno messo per iscritto questo.

Ho iniziato a frequentare il corso d'escursionismo organizzato dal Cai di Codroipo per rendere più sicure le mie passeggiate in montagna, per una più approfondita conoscenza dell'ambiente e per un progressivo apprendimento delle tecniche e delle altre discipline collegate. Almeno queste sono le motivazioni "ufficiali" ma vi sono anche altre motivazioni più o meno recondite.

Già in inverno avevo frequentato con soddisfazione il corso di sci di fondo, anch'esso organizzato dal Cai di Codroipo, e mi ero trovato bene, nelle piste della Val Saisera, tra persone simpatiche e cordiali, alcune delle quali ho ritrovato poi nel corso d'escursionismo.

E così, quasi per caso, giorno dopo giorno, le curve di livello, l'azimut e la bussola, i sentieri, le piste forestali e le carte topografiche, le depressioni e gli impluvi non sono più concetti astratti, bensì sono diventati componenti delle escursioni e termini conosciuti.

Questo a livello teorico, attraverso una serie di incontri monotematici quali la flora e la fauna in ambiente montano, la sentieristica, la meteorologia, l'orientamento, la topografia, etc., poi sono giunte le prime uscite, sapientemente misurate sulle capacità del gruppo, volte a mettere in pratica quanto appreso a livello teorico durante le lezioni in aula e soprattutto indirizzate ad un progressivo approccio con l'ambiente montano.

Le escursioni sono organizzate nel migliore dei modi dai responsabili del corso, dispensando emozioni prima e merende poi. Le gite iniziano con una crescente eccitazione, forse determinata dall'attesa e dall'aria frizzante del mattino, poi pian piano subentra l'incanto dei luoghi e l'intima soddisfazione dell'ascensione che mitiga ed appaga l'impegno fisico profuso e insieme ritempra lo spirito.

L'incedere sicuro, il passo cadenzato, il respiro che varia, i pensieri che improvvisamente scompaiono ed appaiono le cime e con esse la gioia.

Quando raggiungo la mèta, non sono più un incerto viandante ma un vero escursionista, con lo zaino, i bastoncini e gli scarponi, un po' affaticato, ma felice, depurato dai malesseri quotidiani e da tutto quanto infastidisce ed assilla.

Terminata la gita, prima di "rompere le righe", vi è sempre una gradita merenda, con varie specialità, comprese prelibate torte casalinghe, per lo più preparate dalle colleghe del corso, che evidentemente, oltre ad essere bravissime a salire in vetta, se la cavano anche con la pasta frolla ed il tiramisù.

Sono molto contento di questa esperienza e spero di essere in grado di completare tutto il percorso programmato, o almeno buona parte di esso. Ritengo che Adriano e Fiorenzo Rosso, e la giovane Chiara, assieme agli altri componenti del gruppo di escursionismo, siano dei perfetti organizzatori e trascinatori, che hanno saputo trasmettere l'entusiasmo e la passione in ciascuno di noi. Credo infine che tutti dovrebbero provare l'emozione di una salita in cima là dove l'azzurro è più azzurro e diventa cielo, là dove il silenzio non opprime e diviene sinfonia.

Aurelio Di Giovanna

IMPRESSIONI SUL 4° CORSO DI ESCURSIONISMO

Mi sono iscritto al corso di escursionismo perché mi aveva colpito l'immagine del volantino che lo pubblicizzava: delle persone attrezzate di tutto punto che salivano lungo una via ferrata. Leggendo il programma mi erano sembrate molto interessanti le lezioni teoriche sull'orientamento, sulle vie ferrate, sul pronto soccorso e sui nodi.

Andando al corso però, sin dalle prime lezioni, mi sono appassionato anche ad altri temi che prima non mi interessavano come la meteorologia, la flora e la fauna montana, che ci sono state spiegate in modo chiaro ed esauriente. L'orientamento ad esempio, non solo è interessante ma allo stesso tempo molto utile: abbiamo fatto molta teoria in sede con cartine, bussole e altri strumenti e studiato la morfologia del territorio. Nell'uscita pratica di "orienteering" sul Consiglio abbiamo fatto pratica utilizzando tutte le nozioni imparate nella lezione teorica ad esempio calcolando azimut, posizioni e possibili percorsi di emergenza da fare.

Le successive escursioni sono diventate gradualmente sempre più impegnative, anche se sempre alla portata della nostra preparazione fisica. Aspetto con impazienza i due giorni di via ferrata con il pernottamento in rifugio; intanto sono veramente soddisfatto di aver scelto di fare questo corso anzi, credo proprio che continuerò la scoperta delle nostre bellissime montagne seguendo gli altri corsi proposti dal CAI di Codroipo.

Oscar Morsanutto

POLIVALENZA

"la polivalenza è una necessità sulle nostre montagne"

Prendo spunto dalle parole del compianto Luca Vuerich, il forte alpinista tarvisiano, per cercare chiave di lettura per le potenzialità che la nostra nuova sede è in grado di esprimere.

Come l'alpinista, e più che mai sulle nostre Carniche e Giulie, deve essere in grado di muoversi in diversi ambienti e condizioni, in situazioni in cui non bastano tecnica ed allenamento, dove la conoscenza del terreno, la lettura di ogni piccolo cambiamento, il nuovo edificio deve essere utilizzato come uno spazio multiruolo, che deve andare al di là della sola dimensione sociale.

Allenamento, ritrovo, discussione, divulgazione tecnica e culturale.

Premesse necessarie se si vuole che le intenzioni con cui è stata desiderata, progettata e costruita diventino "materia tangibile" e la struttura diventi una piccola università della montagna e delle tematiche ad essa correlate quali il rispetto per l'ambiente, la promozione di una frequentazione sicura e sostenibile della montagna, e la promozione tecnica e culturale dell'alpinismo.

In quest'ottica la palestra ha aperto le sue porte a tre classi terze della scuola media G. Bianchi di Codroipo, che, sotto la guida del Professor Michele Dorotea, hanno avuto modo di studiare il progetto redatto dal nostro socio Andrea Martinelli ed approfondire le tematiche relative ad una progettazione mirata a raggiungere un fabbricato a costo energetico zero, coronando questo studio con la visita della struttura, dove abbiamo avuto il piacere di spiegare agli studenti come si arriva ad realizzare un edificio di questo tipo.

A tal proposito le idee dei ragazzi erano tante, e racchiudevano diverse verità, che messe insieme hanno realizzato un puzzle che andava molto vicino all'idea di fondo, ma che andava ancora un po' spiegato per essere pienamente compreso.

E poter vedere da vicino un'edificio e conoscerlo nelle sue componenti ha permesso di raggiungere l'obiettivo.

Programma clou dell'estate

- 3 Luglio** *Sasso di Bosconero m.2468 nelle Dolomiti Zoldane*
16/17 Luglio *Gran Zebrù m.3859 nel gruppo Ortles Cevedale*
30/31 Luglio *Monte Cristallo & Cristallino m.3154*
sul sentiero attrezzato Dibona
27/28 Agosto *Cima D'Asta m.2847 nel gruppo Lagorai*
11 Settembre *Sasso Bianco – Sasso Nero m.2407*
nel gruppo Marmolada
25 Settembre *Anello della Bocchetta di Zaiavor in alta Val Torre*
Per ulteriori informazioni rivolgersi in segreteria

IL SENTIERO 2002

Periodico di informazione edito dalla
Sezione di Codroipo del
Club Alpino Italiano
Piazza Garibaldi 33, 33033 Codroipo 0432-
900355

Direttore responsabile: Renzo Calligaris
Direttore Editoriale: Enzo Pressacco
Redattore: Enzo Pressacco
Responsabile Logistico: Gianluigi
Donada

Hanno collaborato:

Giulio Tam
Luca Charcos
Aurelio Di Giovanna
Oscar Morsanutto
e-mail: redazione.sentiero@caicodroipo.it

Reg. Tribunale di Udine n. 17 del 05-08-2002