

Modulo di Pre-iscrizione alla VII discesa del Lambro

Il Canneto asdc Organizza per il 5 Maggio 2013 una discesa del fiume Lambro

Per prenotare la partecipazione al corso, compilare il seguente modulo e inviarlo firmato a info@ilcanneto.it oppure portarlo alla registrazione delle iscrizioni quando ci si presenta all'evento.

La discesa avverrà:

- In canoa con mezzi propri (obbligatorio il giubbino)
- In Raft (Materiali forniti dall'associazione, quota di partecipazione 12.00 €)
- In bicicletta con mezzi propri.

Vi aspettiamo,

Saluti da

Il canneto asdc

Scheda di pre-iscrizione alla VII Discesa del Fiume Lambro:

Nome _____ Cognome: _____

Luogo di Nascita: _____ Prov: _____ Nazione: _____ Data di Nascita: _____

Indirizzo di Residenza: _____

Città _____ Prov: _____ Nazione: _____

e-mail: _____ Tel.: _____

Dichiaro di avere letto l'informativa sulla manifestazione (Pagina seguente) e di essere cosciente dei rischi che l'attività canoistica comporta.

Autorizzo l'associazione "ilcanneto asdc", in ottemperanza alle normative della legge 675/1996 recanti disposizioni in materia di privacy, ad inserire i dati personali dell'iscritto nel libro soci dell'associazione. Autorizzo a rivelare dette informazioni agli organismi previsti dall'art. 2 dello statuto; chiedo che i detti dati sensibili non vengano utilizzati per fini diversi da quelli precedentemente specificati, salvo diversa personale disposizione.

Data	Cognome e Nome Partecipante	Firma Partecipante
-----	-----	-----

Da compilare solo se il partecipante è minorenne:

Data	Cognome e Nome Genitore o Tutore legale	Firma Genitore o Tutore legale
-----	-----	-----

Maggiori informazioni su www.ilcanneto.it .

Informazioni sull'attività canoistica e di rafting

Lo sport della canoa implica uno sforzo fisico isotonico non particolarmente intenso, che mette in funzione buona parte della muscolatura corporea, e stimola positivamente l'apparato cardiorespiratorio. Favorisce inoltre un contatto ravvicinato e rispettoso con l'ambiente naturale. Sicuramente non è tra gli sport fisicamente più impegnativi, né tra i più rischiosi.

La manifestazione e/o corso, che si accinge a frequentare, si svolgerà in presenza di canoisti e/o istruttori di canoa o raft esperti, che si impegneranno con tutti i mezzi a loro disposizione, per il miglior svolgimento, e con il minimo rischio possibile per i partecipanti. Il rischio di riportare dei danni, ed ancor più di riportare danni gravi, in seguito alla partecipazione alla manifestazione e/o corso, è basso. E' però importante ricordare che:

- E' obbligatorio indossare il giubbino salvagente
- E' obbligatorio saper nuotare
- Le canoe devono essere rese inaffondabili.
- Le corde legate alla canoa possono essere molto pericolose, poiché possono trattenere i canoisti, e causarne perfino la morte.
- Il Fiume è un ambiente naturale, con pericoli non sempre e non completamente prevedibili.
- Una canoa piena d'acqua pesa migliaia di chili, pertanto trovarsi tra un ostacolo fisso, e la canoa piena d'acqua trasportata dalla corrente, può provocare gravi lesioni come fratture o perfino la morte.
- Le curve del fiume rappresentano delle zone pericolose, poiché la corrente tende ad accumulare sulla riva esterna rami ed altri detriti, e tenderà a spingerci contro anche le canoe. In queste situazioni un canoista può rovesciarsi e rimanere intrappolato tra i detriti, e quindi anche annegare.
- Se ci si trova a nuotare in fiume è opportuno mantenere mani e piedi in superficie per ridurre il rischio di essere intrappolati da ostacoli sommersi.
- Nella scelta dell'abbigliamento è necessario considerare, oltre alla temperatura dell'aria, anche quella dell'acqua, che in alcuni casi può essere anche di molti gradi inferiore. Una nuotata imprevista, e con l'abbigliamento non appropriato, può causare rapidamente uno stato di ipotermia, ed anche la morte.
- E' opportuno (ed in alcuni casi assolutamente raccomandabile) avere a disposizione un ricambio di vestiti asciutti.
- Durante un escursione in canoa, l'esposizione al sole può superare notevolmente le proprie aspettative, e le proprie capacità di sopportazione, provocando scottature alla cute, cheratoconguntiviti, ed "insolazioni". Questa sovraesposizione solare, è favorita dalla durata delle escursioni, dalla riflessione delle radiazioni luminose dalla superficie dell'acqua, e dall'assenza di ripari. E' raccomandato pertanto l'uso di un cappello, o del caschetto, di occhiali da sole, di vestiario a maniche lunghe, e di creme di protezione solare.
- La canoa viene generalmente praticata in ambienti naturali spesso popolati da molti animali. L'incontro con gli animali non sempre è prevedibile, né sono prevedibili le loro reazioni, e talvolta questo incontro può realizzare delle condizioni di pericolo: punture d'insetto, morsi, calci, rovesciamento della canoa, infezioni, ecc.

- Non viene richiesto uno sforzo fisico gravoso, ma in soggetti cardiopatici, vasculopatici, o comunque predisposti, un attacco di panico, e/o una nuotata imprevista in acqua fredda, possono scatenare una crisi cardiaca anche mortale.
- E' pericoloso praticare la canoa immediatamente dopo un pasto abbondante, e/o sotto l'effetto di alcool e droghe.
- Durante una escursione in canoa, la possibilità di accesso a cure mediche qualificate può richiedere dei tempi piuttosto lunghi, per l'amenità dei luoghi in cui spesso si svolge.

Dichiaro di aver esaminato con attenzione e compreso in ogni dettaglio le informazioni riportate, e di aver avuto la possibilità di richiedere personalmente agli organizzatori ogni chiarimento in merito.

Data	Cognome e Nome Partecipante	Firma Partecipante
-----	-----	-----

Da compilare solo se il partecipante è minorenni:

Data	Cognome e Nome Genitore o Tutore legale	Firma Genitore o Tutore legale
-----	-----	-----

Dopo aver esaminato con attenzione tutte le informazioni presentate nella sezione informativa di questo stesso modulo, nella consapevolezza dei rischi connessi alla pratica della canoa, scelgo consapevolmente di partecipare alla manifestazione e/o corso:

VII Discesa Fiume Lambro

Data	Cognome e Nome Partecipante	Firma Partecipante
-----	-----	-----

Da compilare solo se il partecipante è minorenni:

Data	Cognome e Nome Genitore o Tutore legale	Firma Genitore o Tutore legale
-----	-----	-----