



# TRAINING COURSE PERFEZIONAMENTO RAFT



**DURATA 4 giorni**



## PER CHI

Rivolto a tutti coloro che hanno necessità di perfezionare la tecnica di conduzione raft e le procedure di intervento in caso di flip e cravatte



## REQUISITI

Buona salute fisica, buone capacità di nuoto. Capacità di conduzione rafting a pagaia su fiumi di almeno II grado. Richiesta esperienza

## METODOLOGIE

### FORMATIVE

Lezioni frontali, parti pratiche con simulazioni, role-playing. De-briefing, lavori di gruppo.



## INFO & PRENOTA

[info@rescueproject.it](mailto:info@rescueproject.it)  
[www.rescueproject.it](http://www.rescueproject.it)

0463.973278 - 3292743226

Il corso training di perfezionamento di guida raft, è pensato per tutti coloro che sono già in grado di condurre un rafting su fiumi di II° grado, con una buona base di lettura del fiume. Attraverso questo corso si intende implementare l'aspetto tecnico di conduzione di un gommone da rafting, con l'integrazione di procedure in caso di incravattamento, ribaltamento, caduta di una persona, incastro.

Saranno trattate tematiche legate alla navigazione fluviale, perfezionando le tecniche di conduzione in sicurezza, con uno o più gommoni, si proporranno simulazioni di ribaltamento (flip), quindi risalita sul gommone, recupero clienti e attrezzatura, sistemazione gommone e ripresa della navigazione; saranno proposte le procedure di intervento in caso di incravattamento e tutte le manovre preventive (spostamento di pesi, manovre di anticipo).

Si tratteranno anche cenni di primo soccorso e gestione di un trauma.

Il programma presentato è un punto di partenza, che potrà essere plasmato a seconda del livello tecnico di preparazione dei partecipanti.

Per informazioni, la segreteria è a completa disposizione



# TRAINING COURSE PERFEZIONAMENTO RAFT

## ORE

## ATTIVITA' - CONTENUTO GIORNO 1

8:30 – 9:00	Ritrovo Compilazione dei moduli di iscrizione Presentazioni e chiarimenti sulle giornate di formazione
9:00 – 12:30	TEORIA e PRATICA <ul style="list-style-type: none"> <li>- Introduzione ad IRF e il GTE Programme workshop</li> <li>- Lettura del fiume e nuoto in corrente</li> <li>- Manovre di corda e soccorso veloce</li> <li>- Lezione teorica</li> <li>- Discesa in fiume e definizione livello tecnico base</li> <li>- Prove pratiche di entrata in morta in positivo e negativo, fermata e scesa dal gommone – prove in kayak</li> <li>- Tecniche di pagaiata, gestione raft in linee obbligate</li> <li>- Prove pratiche di navigazione, traghetti – gommone e kayak</li> </ul>
12:30 – 13:30	Pranzo
13:30 – 18:30	<ul style="list-style-type: none"> <li>- prove pratiche di navigazione I° modulo (gommone a kayak)</li> <li>- gestione di un gommone senza equipaggio</li> <li>- gestione di un ribaltamento, procedure e modalità di intervento</li> <li>- Come gestire il trasporto (carico-scarico-fissaggio)</li> <li>- Cenni di gestione di un soccorso: il traumatizzato mod. I</li> <li>- Tecniche di trasporto persone in kayak</li> </ul>
18:30 – 20:00	CLAP De - briefing della giornata Chiarimenti su eventuali dubbi

## ORE

## ATTIVITA' - CONTENUTO GIORNO 2

8:30 – 12:30	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Nomenclologia di base, ancoraggi e vantaggi meccanici</li> <li>- attrezzatura e DPI specifici</li> <li>- Ancoraggi e scravattamenti di un gommone - prove a secco</li> <li>- Procedure di intervento da basso ad alto rischio</li> </ul>
12:30 – 13:30	Pranzo
13:30 – 18:30	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Discesa in fiume (gommone e kayak)</li> <li>- La navigazione di anticipo: gestione dei pesi e dell'equipaggio</li> <li>- Navigazione senza l'uso di equipaggio</li> <li>- Prove pratiche di incravattamento</li> <li>- Manovre di scravattamento con sistemi di tiro</li> <li>- Cappottamento con un raft a remi: pericoli e rischi prove pratiche</li> <li>- Manovre di Primo soccorso (autosoccorso e soccorso) e di stabilizzazione della vittima</li> </ul>
21:00 – 23:00	- DPI e normativa De - briefing



# TRAINING COURSE PERFEZIONAMENTO RAFT

## ORE

## ATTIVITA' - CONTENUTO GIORNO 3

<b>8:30 – 12:30</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Discesa in fiume e prove pratiche di :</li> <li>- Conduzione a più gommoni, gestione delle distanze</li> <li>- Prove di ribaltamento, recupero persone e conteggio, recupero equipaggiamento parte II</li> <li>- Prove di incravattamento parte II</li> <li>- Come fare un trasbordo con gommone</li> <li>- Simulazioni di primo soccorso durante una discesa in fiume: gestione e sicurezza</li> <li>- Gestione di persona impanicata con kayak</li> </ul>
<b>12:30 - 13:30</b>	Pranzo
<b>13:30 – 16:30</b>	Navigazione e discesa in fiume : <ul style="list-style-type: none"> <li>- Tecniche di scouting</li> <li>- Gestione dell'equipaggio</li> <li>- Il lavoro del safety kayak</li> <li>- La gestione di una persona in panico</li> <li>- La gestione della persona incosciente</li> <li>- BLS I</li> </ul>
<b>17:00 – 18:30</b>	De - briefing

## ORE

## ATTIVITA' - CONTENUTO GIORNO 4

<b>8:30 – 12:30</b>	Teoria e pratica: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Organizzazione e gestione di un spedizione raft di più giorni</li> <li>- Come riparare un gommone</li> <li>- Il lavoro del trip leader e la gestione della discesa</li> <li>- Trip leader : come restituire e ricevere i feedback</li> </ul>
<b>12:30 - 13:30</b>	Pranzo
<b>13:30 – 16:30</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Tecniche di discesa e di guida</li> <li>- Prove pratiche in fiume e simulazioni</li> <li>- Attraversamento di un fiume a piedi</li> <li>- BLS II</li> </ul>
<b>17:00 – 18:30</b>	De - briefing Questionario di gradimento Valutazione e rilascio brevetti Chiusura corso



# TRAINING COURSE PERFEZIONAMENTO RAFT

NOTE: il programma è indicativo e potrà subire delle variazioni a seconda delle condizioni climatiche e delle necessità formative specifiche del gruppo.



## **ATTREZZATURA**

Ogni partecipante dovrà munirsi di :

- Scarpe ad uso fluviale o da ginnastica
- Muta in neoprene da 5 mm oppure muta stagna con adeguato vestiario sotto-muta
- Casco omologato + aiuto al galleggiamento omologato con imbraco addominale a sgancio rapido e dissipatore

Per chi non avesse a disposizione muta, casco, aiuto al galleggiamento è possibile prenotare il noleggio tramite la segreteria, indicando altezza e peso per definire la taglia.

Si consiglia di portare degli snacks e delle bevande a base di integratori idrosalini. È importante ricordare che qualsiasi controindicazione nell'esecuzione di alcune manovre dovrà essere comunicata.



## **OBIETTIVI**

- Migliorare le competenze tecniche di navigazione con il raft, sia nella parte squisitamente legata alla navigazione e lettura del fiume che nell'aspetto di seduta, pagaiata e gestione del gommone
- Affinare le procedure di navigazione a più gommoni dell'ottica di implementare la sicurezza
- Fornire una conoscenza delle basilari manovre di soccorso da poter usare con il gommone da rafting
- Fornire ai partecipanti le principali tecniche per gestire un incravattamento e un ribaltamento di un raft a remi
- Conoscere e praticare le procedure standard per il recupero delle persone cadute dal gommone e le manovre base di primo soccorso per un traumatizzato