



Morte-¹ **Incidente durante un'arrampicata sportiva a Ferentillo**

Free climi

Muore Bianca Panzarino, 41 anni

Trag 12 aprile 2015

CRONACA | mercoledì 29 giugno 2016, 20:49

E' una 52enne di Mondovì la donna morta dopo essere precipitata da una parete rocciosa a Roccavione

incidente avvenuto nella falesia di Orpierre in Francia. Era una delle

Si rompe la corda, incidente per il climber Michele Caminati. Il

e

La Spezia, precipita rocciatrice di Genova, è gravissima

Incidente in falesia per Mina

Leslie-Wujast

sicurezza in a

Incidente alla parete di arrampicata a Cadarese, la vittima è un tedesco di 30 anni

L'uomo si è aggrappato a un masso che lo ha travolto, poi il volo per 30 metri

i Sesto

CRONACA | domenica 27 novembre 2016, 13:52

Incidente in falesia a Roaschia: precipita e muore una 41enne di Dronero

E conseguenze di un terribile



Scuola di
Alpinismo, Scialpinismo e Arrampicata Libera
CAI Lucca



Corso AL1 2020

... un po' di sicurezza...

Introduzione

Pericolo

Proprietà intrinseca di un'entità di causare un danno

OGGETTIVO

Rischio

Probabilità che il danno si concretizzi

SOGGETTIVO

L'arrampicata è una attività **pericolosa**, ma conoscendo i pericoli e attuando le tecniche opportune possiamo minimizzare i **rischi**.

...un po' di sicurezza

Di seguito un po' consigli per minimizzare i rischi della pratica arrampicatoria



Prima di partire...

...documentarsi
personalmente!



...consultare il meteo!



Prima di partire...

...valutare la propria condizione fisica in base all'impegno della salita: allenamento e capacità



Prima di partire...

...valutare il bisogno di cibo ma soprattutto di acqua

- una perdita del 2% peso corporeo di acqua altera la termoregolazione e l'efficienza delle capacità fisiche
- una perdita del 5% comporta il rischio di crampi e riduce del 30% la prestazione fisica
- perdite maggiori sono pericolose sino a mettere in serio rischio la vita

Prima di partire...



Prima di partire...



Prima di partire...

...vestirsi in modo adeguato per proteggersi da:

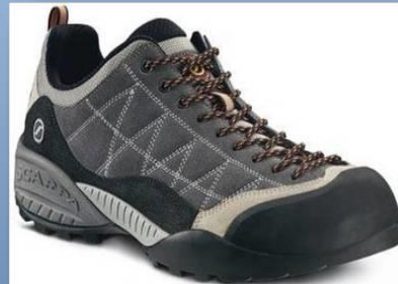
- Freddo
 - Vento
 - Pioggia
 - Sole

Per avere abbigliamento adeguato non occorre necessariamente spendere tanti soldi!

Per l'avvicinamento



...usare calzature idonee



Nell'avvicinamento...
...evitare rischi inutili!



Nell'avvicinamento...

- Documentarsi
- Attenzione alle indicazioni
- Rimanere in gruppo



- Non fidare troppo sulla copertura telefonica
- ...

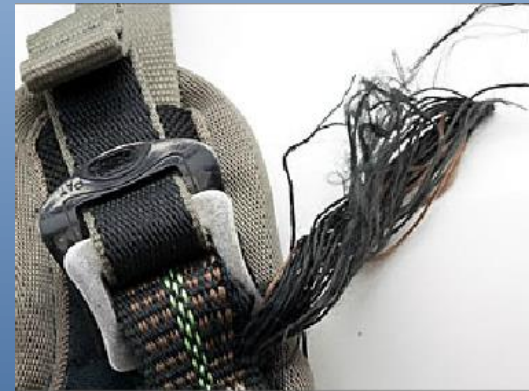
Sotto la parete...

...non «sostare»
senza casco!



Prima di arrampicare...

...controllare l'assemblaggio e lo stato di usura dei materiali



Prima di arrampicare...



...eseguire il partner check controllando:

- Imbrago
- Nodo
- Freno/bloccante
- Nodo fine corda

Assicurando...

...parare prima del primo moschettonaggio



Assicurando...

...rimanere sotto la verticale!



Assicurando...

Eeguire l'autoassicurazione in caso di...

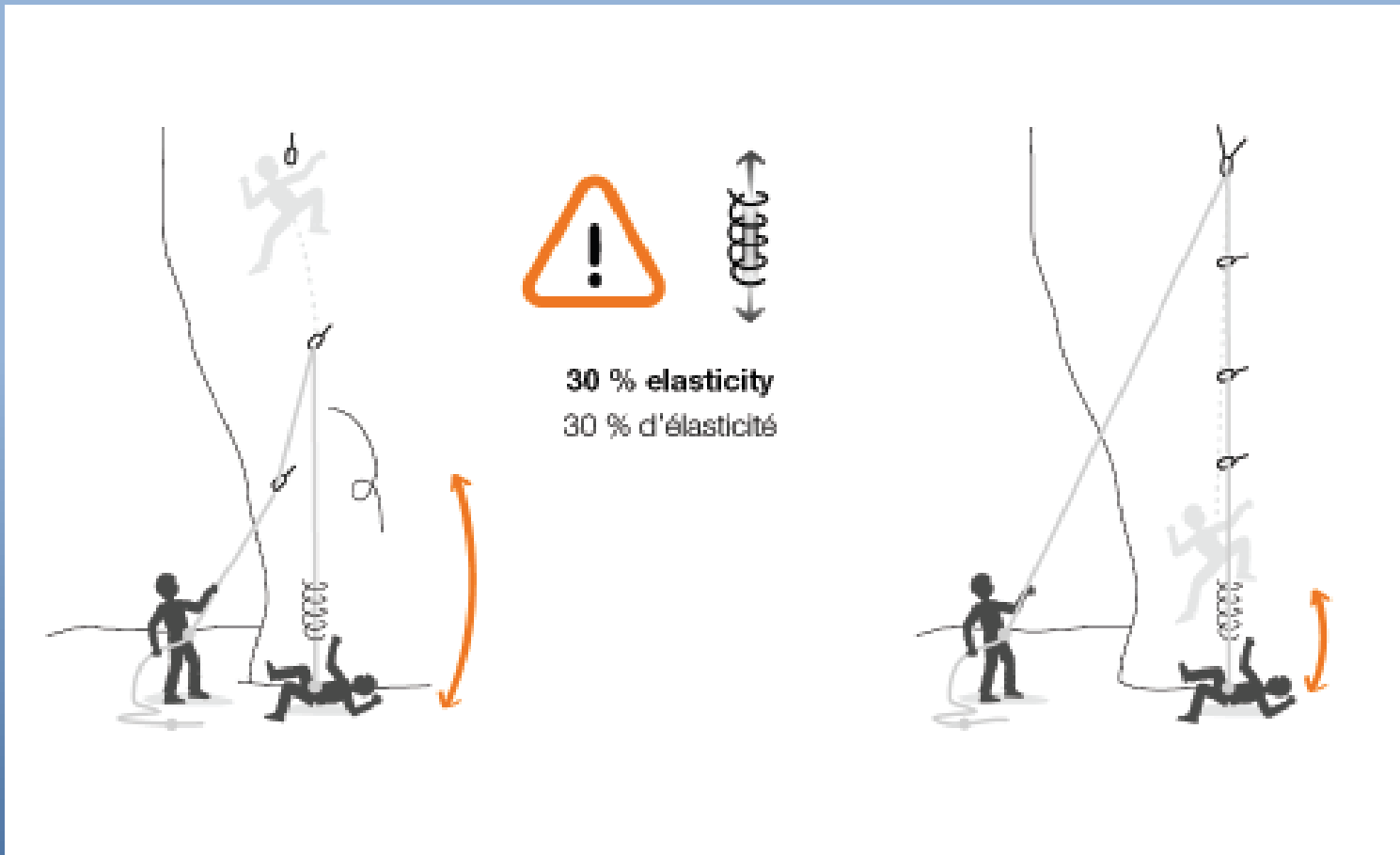
...forte differenza
di peso



...assicurazione sotto
strapiombi

Assicurando...

...attenzione all'allungamento corda!



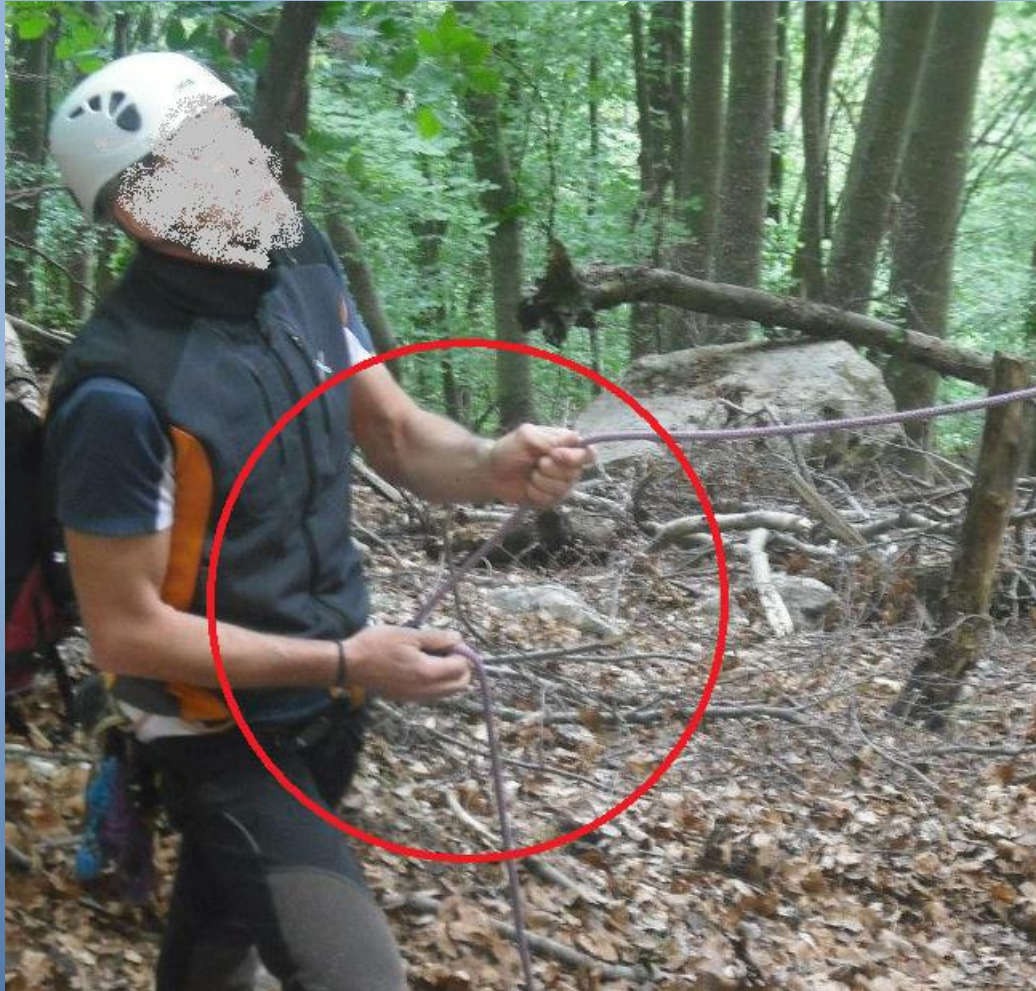
Assicurando...



...tenere in basso
la mano a valle
del freno!

...ma soprattutto
non lasciare mai
le corde!

Assicurando...



...col grigri:

- tenere la mano dx in basso
- controllare il corretto posizionamento del moschettone

Assicurando in top-rope...

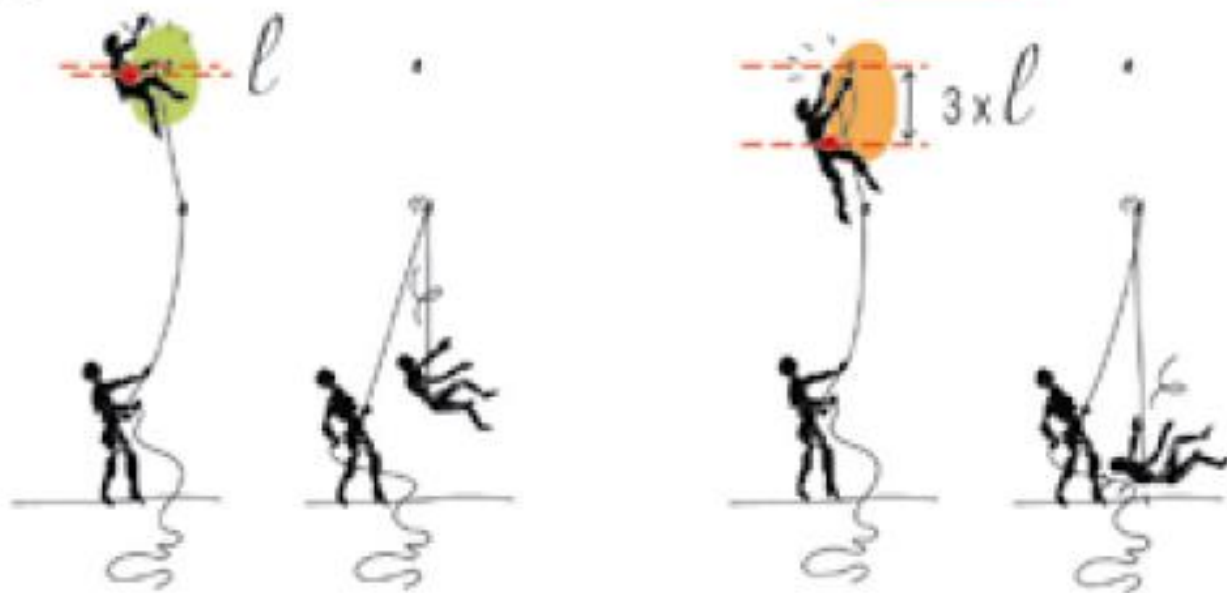


- tenere ben tesa la corda i primi metri
- rinforzare la sosta con un moschettone contrapposto
- ...ma soprattutto non stare seduti!

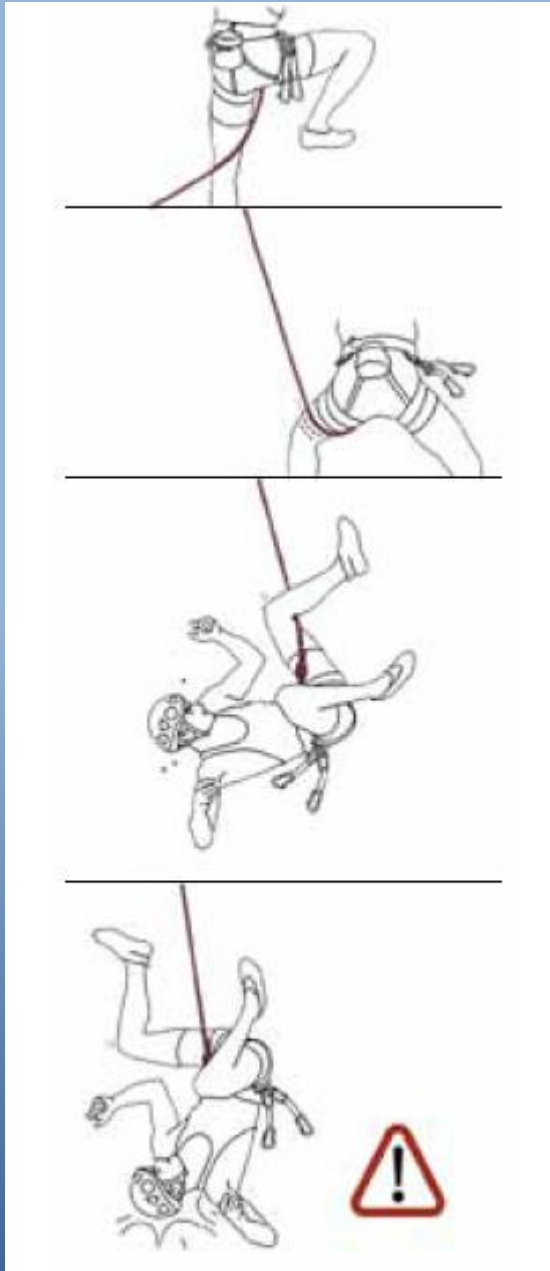
Arrampicando...

...moschettonare quando l'ancoraggio si trova all'altezza della vita

OK!



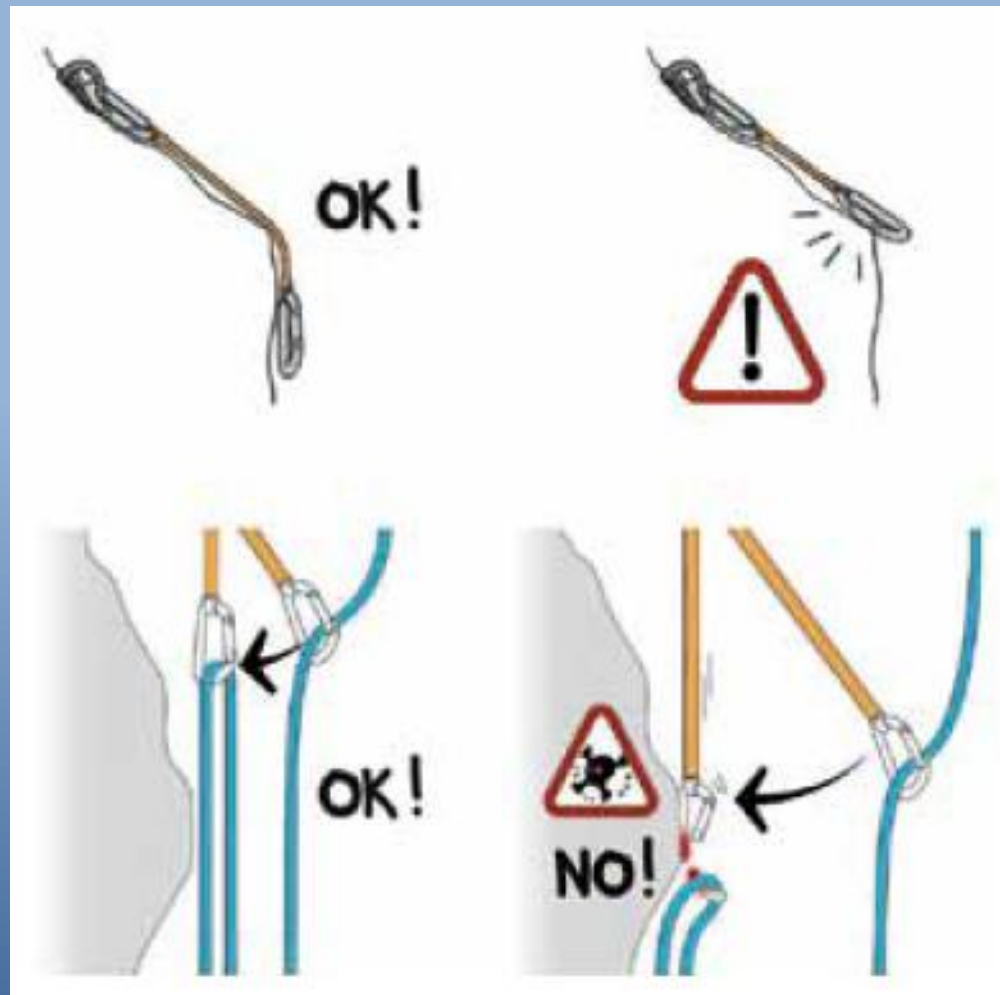
Arrampicando...



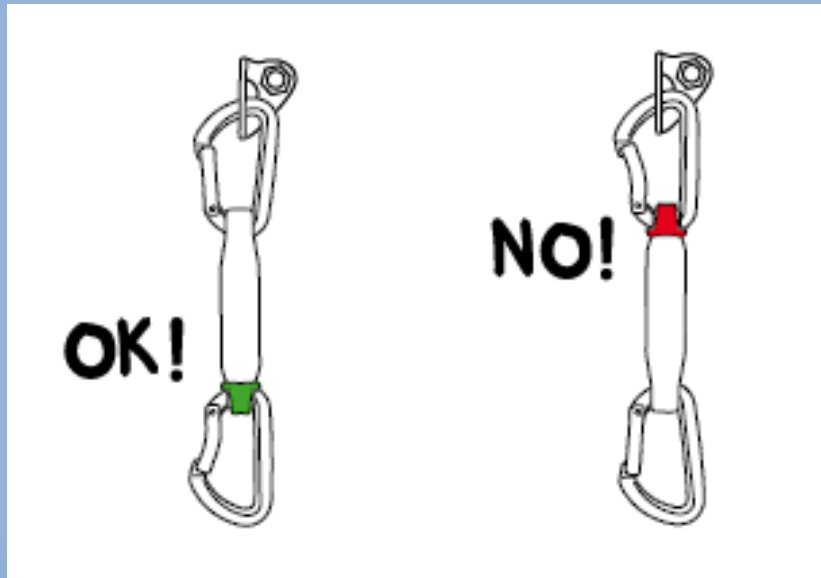
...non tenere la
gamba dietro la
corda

Arrampicando...

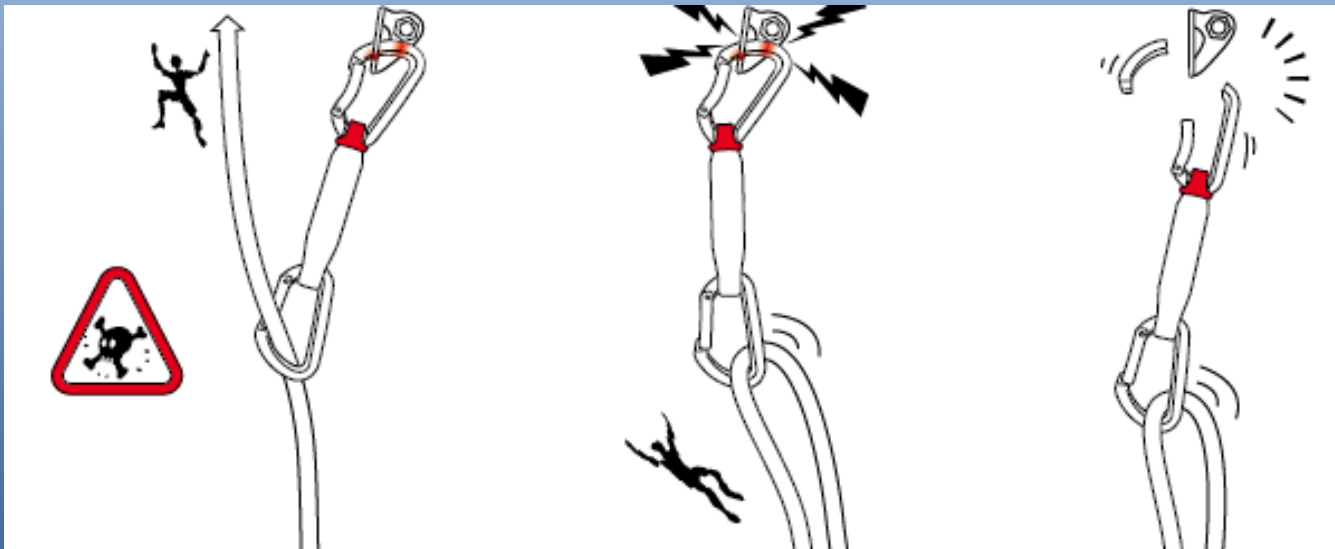
...valutare bene il posizionamento dei rinvii



Arrampicando...



...valutare bene il posizionamento dei rinvii



Arrampicando...

...non dare per scontata la tenuta di tutti gli ancoraggi!



Informarsi sullo stato protezioni!

Arrampicando...

...attenzione alle protezioni fisse



...corda nuova lesionata da rinvio fisso!

Arrampicando...

...mai lanciare ad un rinvio!



Arrampicando...

...mai indossare anelli!



...o inserire le dita nei fix

Arrampicando...

...non prendere in bocca la corda!



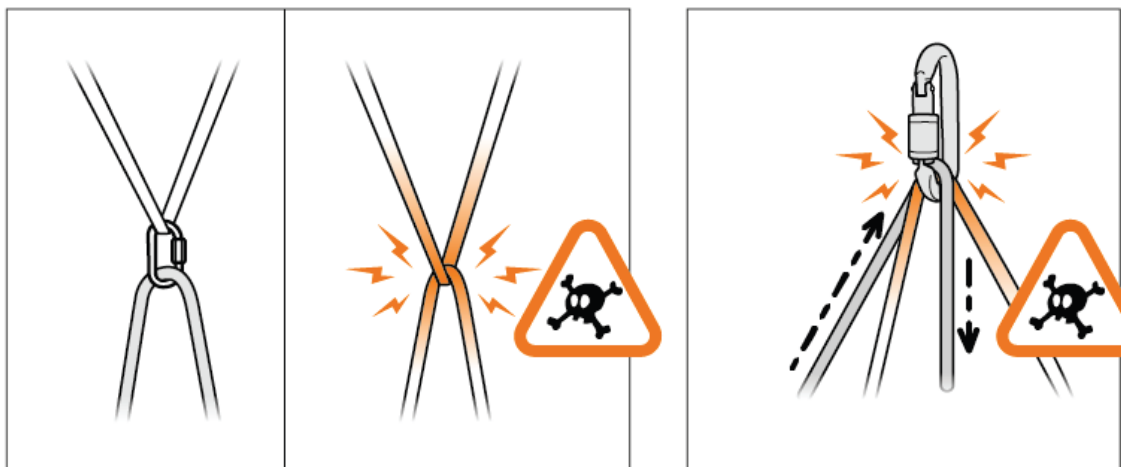
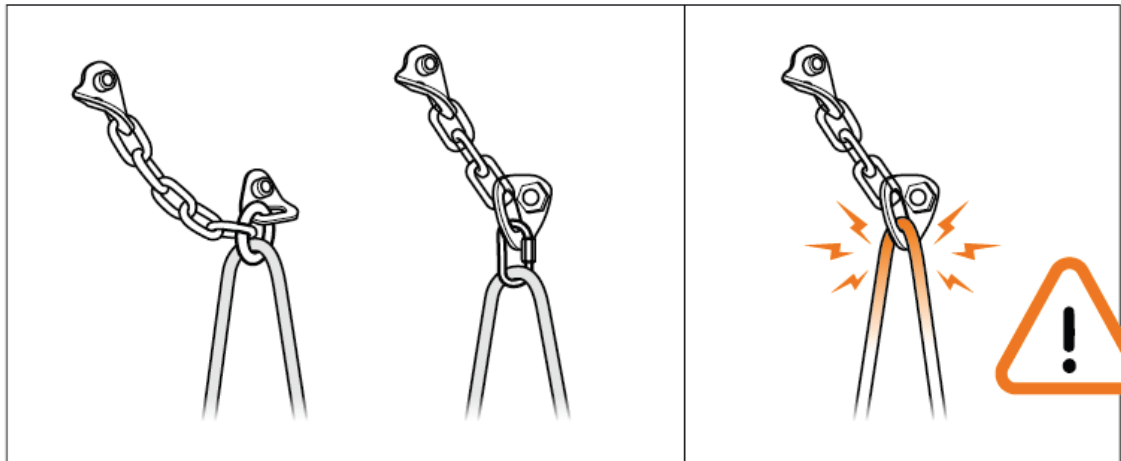
In sosta...



..tenere sempre in
carico la propria
autoassicurazione!

Nelle calate...

...attenzione su cosa vi calate!

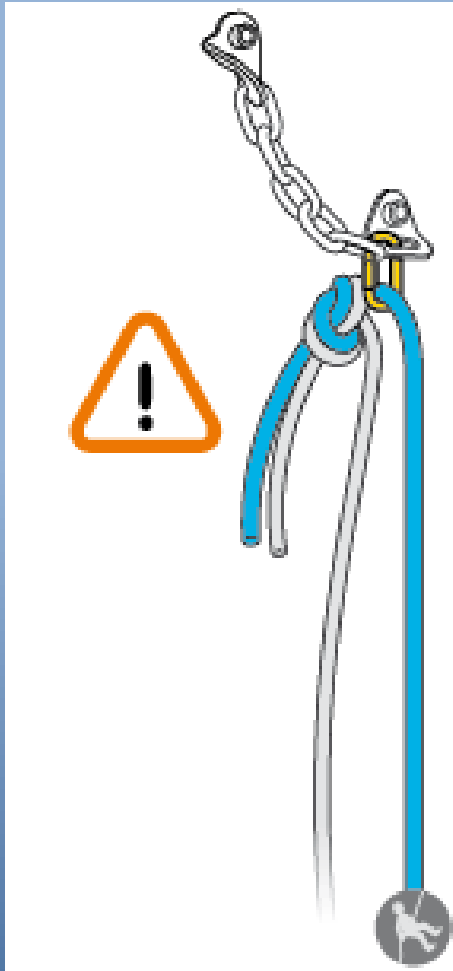


Nelle calate...



...usare sempre
almeno due
punti!

Nelle calate in corda doppia...



...pareggiare i capi delle corde e porre sempre attenzione alla lunghezza

Nelle calate in corda doppia...

...attenzione ai capelli!



Nelle calate in corda doppia...

...attenzione ai capelli!



Nelle calate in corda doppia...



...se siamo in più
cordate aspettare
anche gli altri

Nelle calate...

...attenzione alla lunghezza delle corde!



Stare concentrati e non vociare



Evitate di fare gli accompagnatori di persone inesperta



E per finire rispettate l'ambiente



...i pericoli peggiori sono...



Buone arrampicate

