Attrezzatura personale corso di 1° livello

- Casco omologato per alpinismo e/o speleologia (EN 12492).

- Fischietto. (collegato al casco con cordino)

Esempio di casco con cordino collegato con elastico a coda di maialino. Calamita da retino da pesca per averlo sempre raggiungibile nella medesima posizione e impiegabile. Ferma lampada per frontale. Verificare che il casco abbia una imbragatura interna solida che rimanga stabile in caso di tuffi.

- Muta completa. Umida in neoprene, due pezzi o integrale di almeno 5mm di spessore. La muta deve essere accompagnata da un cappuccio in neoprene se non già integrato nella muta stessa. Esistono mute specifiche come quelle riportate nelle immagini sottostanti ma sono idonee anche mute da subacquea, bifoderate o con interno in plush. Evitare modelli da apnea con interno in spaccato o modelli da subacquea stagni o semistagni in neoprene con valvole. Le mute monopezzo risultano spesso più morbide e, per gli uomini, comode sul cavallo .

Esempi di mute monopezzo o due pezzi, confortevoli ed elastiche, specifiche per torrentismo, in neoprene di buona qualità e dotate di protezioni nelle aree di maggiore usura. Prevedere una maglietta in neoprene per aumentare la termicità, specialmente se più sottile.

- Calzari di neoprene 3 o 5mm di spessore.

Esempio di calzare in neoprene, senza suola, da poter indossare come un calzino nelle scarpe. Lo spessore da 5mm risulta più caldo per percorsi freddi, ma potrebbe richiedere una misura maggiore della scarpa di una mezza taglia.

- Scarpe da torrentismo oppure scarpe morbide da trekking, anche basse. Evitare scarponi rigidi da montagna perchè risultano molto scivolosi sulle rocce bagnate.

Esempio di scarpe specifiche da torrentismo con buone prestazioni di aderenza sul bagnato.

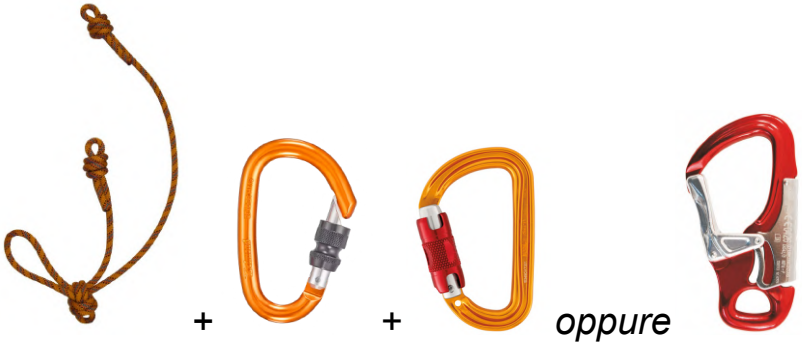
- Guanti (da lavoro e/o neoprene).

Esempio di guanti anti taglio di buona qualità con fibre in UHMWPE che conferiscono protezione dai tagli e maggiore durata. Per l'inverno preferire un guanto in neoprene sottile, anche se toglie sensibilità alle mani e se avrà una durata limitata nel tempo.

- Imbragatura cosciale (EN 12277/c o EN 813) con protezione dalle abrasioni, completa di una doppia longe in corda dinamica omologata come corda intera confezionata con nodo tri-longe.

Entrambi i rami della longe saranno equipaggiati con moschettoni a ghiera a vite o automatica. Per chi non sapesse cosa sia il nodo tri-longe, la longe verrà costruita in sede di corso. A tal fine è necessario uno spezzone di corda dinamica intera di 3 metri.

Esempio di valide imbragature da torrentismo adatte per un attrezzista, con 2 porta materiali, per permettere la distribuzione dell'attrezzatura sul fianco sinistro e destro dell'operatore. Hanno la presenza di un ponte per collegare altri attrezzi, se realizzato in metallo risulta più comodo e durevole anche se più pesante. E' preferibile che abbiano un fascione posteriore comodo e largo per distribuire i carichi su una superficie estesa e risultare idonee anche per lunghe sospensioni. Per un corso di 1°livello sono adatti anche imbraghi più leggeri ed economici con un singolo porta materiali ma andranno poi cambiati se si prosegue nel percorso per cominciare ad attrezzare.



Esempio di trilonge. Sul ramo di sicurezza una possibilità è montare uno spider (entra facilmente nelle maglie di catena). Sul ramo di posizionamento è consigliata una ghiera automatica, per esempio un moschettone forma D con leva a doppia sicurezza (twist lock) è possibile montare un moschettone tipo K (da ferrata), pratico e veloce ma più pesante.

- N°1 spezzone di sezione 6mm con anima in kevlar di lunghezza 1.70m (senza nodi) per realizzare un cordino con 2 gasse alle estremità, completo di moschettone parallelo o a forma D, a ghiera, con struttura a sezione circolare ed il lato opposto alla leva di apertura a profilo rettilineo.

Esempio di cordino per NAB con moschettone a sezione circolare

- Discensore di progressione OKA, completo di moschettone base larga con ghiera a tripla sicurezza o eguale sicurezza. Non sono ammesse ghiere a vite ne moschettoni automatici a solo 2 movimenti. Si raccomanda che il discensore venga connesso al ponte dell'imbrago tramite un elemento tessile (fusibile) con gommino anti rotazione. Il fusibile ha la funzione di evitare la rotazione del moschettone del discensore (da evitare sia per motivi di sicurezza che di praticità), di agevolare il controllo del discensore con una posizione più distaccata dal corpo e di permettere alcune manovre di autosoccorso.

Discensore OKA con valido moschettone di collegamento con ghiera automatica a tripla sicurezza e fusibile dotato di gommino anti rotazione. Evitare moschettoni economici che tendono ad incepparsi.

- 1 Moschettone a base larga HMS con ghiera

Esempi di validi moschettoni HMS con ghiera, leggeri ed affidabili. Evitare le ghiere automatiche sui moschettoni che vengono usati per confezionare il nodo mezzo barcaiolo, risultano poco pratici.

- 1 Moschettone a grande apertura tipo "D" senza ghiera, (opzionale).

- Lampada elettrica frontale impermeabile.

Esempio di frontale con buona luminosità e profondità di fascio con grado di protezione pari o superiore a IP67 (Armytek wizard, zebralight A6)

- Sacco di tipo da torrentismo con possibilità di evacuazione rapida dell'acqua

Esempi di zaini specifici da torrentismo dotati di rete, con una buona evacuazione dell'acqua. E' necessario che lo zaino abbia un sistema di sgancio degli spallacci con fibbia a sgancio rapido per permettere l'estricazione in caso di emergenza. E' comodo che lo zaino sia dotato di un moschettone per permettere il posizionamento all'imbrago od in sosta quando necessario.

- Bidone stagno.

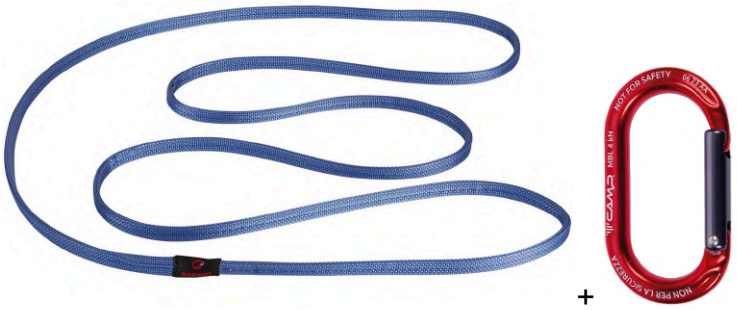
Esempio di bidone stagno di 3 o 4 litri di volume, indicato per uso personale.

- 1 Telo termico in mylar

Elementi opzionali, possono essere forniti durante il corso.
Non è necessario acquistarli se non si hanno già a disposizione

- Bloccante ventrale con sistema di fissaggio pettorale e moschettone a doppia sicurezza o ghiera dedicato per fissarlo all'imbrago.

Esempio di bloccante ventrale leggero e compatto, di dimensioni contenute ma prestazione affidabile su diversi diametri di corda, con moschettone automatico a doppio movimento di piccole dimensioni per collegarlo all'imbrago (sul lato ad un porta materiali).

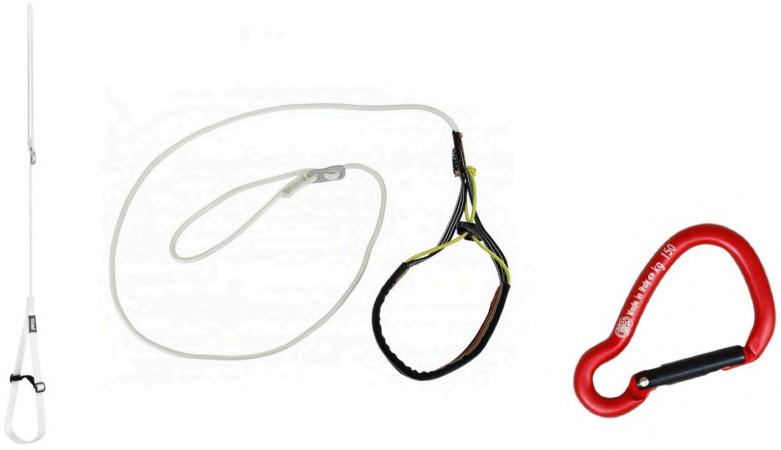


Esempio di soluzione per realizzare un pettorale, adatto all'uso occasionale che se ne fa in torrentismo: Fettuccia ad anello in dyneema da 120cm con moschettoncino non PPE con CR 4KN. La fettuccia viene indossata incrociata dietro le spalle per realizzare un 8. Possibile in alternativa una fettuccia da 60 che viene utilizzata a tracolla con singolo giro.

- Bloccante mobile con moschettone a doppia sicurezza o ghiera dedicato per fissarlo all'imbrago.

Esempio di bloccante mobile adatto al torrentismo, leggero e compatto, con moschettone con ghiera automatica a doppio movimento per il collegamento al porta materiali. Evitare maniglioni con supporto per la mano, pesanti e ingombranti.

- Pedale in cordino o fettuccia con moschettone dedicato



Esempi di pedali adatti per il torrentismo completi di piastrina per regolarne la lunghezza. La costruzione in cordino di dyneema a basso attrito semplifica la realizzazione di alcune manovre di autosoccorso. Il moschettone dedicato può essere un non PPE se usato solo per quello scopo.