

Escursionismo accompagnato

Autor(en): **Dalessi, Franco**

Objekttyp: **Article**

Zeitschrift: **Macolin : mensile della Scuola federale dello sport di Macolin e di Gioventù + Sport**

Band (Jahr): **54 (1997)**

Heft 6

PDF erstellt am: **22.06.2024**

Persistenter Link: <https://doi.org/10.5169/seals-999294>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Escursionismo accompagnato

di Franco Dalessi, presidente Federazione Alpinistica Ticinese

È terminato il secondo corso per accompagnatori di escursionismo organizzato in Ticino. Si tratta di una formazione da non confondere con quella del Capo-gita che da anni conosciamo e proposta dal CAS, rivolta principalmente alla tecnica alpina.

Il programma del corso, della durata di circa centocinquanta ore, è indirizzato ad una preparazione tecnica sì, ma con un indirizzo prevalentemente culturale. Sono così previste lezioni di geologia, fauna, flora, ecologia, storia, conoscenza dei materiali, tecniche di sicurezza, descrizione di una escursione, tecniche di conduzione di gruppo. Ha interessato in due anni oltre ottanta persone che hanno ricevuto un attestato di partecipazione all'Assemblea dell'Associazione Ticinese per i Sentieri Escursionistici. Vi propongo la sintesi di quanto discusso su uno dei temi proposti, spesso ignorato o sottovalutato.

Tecniche di conduzione di gruppo

Non è facile tratteggiare a dovere una figura eclettica come quella dell'accompagnatore. Fondamentalmente è caratterizzata da due componenti principali: una completa autonomia nell'andar per monti e l'attitudine a pensare in termini di gruppo. La preparazione richiesta è molto vasta e fra i tanti argomenti, la cui conoscenza è indispensabile, alcuni dovrebbero essere particolarmente approfonditi.

L'orientamento. È certamente una conoscenza determinante per affrontare la montagna in modo responsabile e consente di rispondere alle domande: dove sono? per quale direzione devo dirigermi? Capacità quindi di lettura della carta, di interpretazione delle guide, di determinare la posizione.

I risvolti assicurativi, il primo soccorso. Sono obblighi di informazione e formazione dei quali occuparsi ancor prima delle

Tecniche specialistiche. Sono da affinare secondo l'attività che si desi-

dera svolgere, alpinismo giovanile, alpinismo, sci alpinismo, escursionismo.

Cultura generale. L'accompagnatore è, per definizione, un esperto di montagna. Per questo dovrebbe avere un certo livello di conoscenze non solo tecniche per poter parlare della montagna. Camminare per vedere, camminare per pensare, camminare per conoscere, scoprire il territorio, la cultura delle terre alte.

Oltre a una buona formazione di base, che viene dall'esperienza, l'accompagnatore deve allenarsi a **pensare in termini di gruppo.**

È imperativo essere vigili e osservare continuamente le persone affaticate o in difficoltà, il tempo che cambia, il percorso da seguire, l'andatura da tenere, cercare di individuare e anticipare sempre gli ostacoli imprevisti.

Se alla base di ogni decisione mettiamo un pizzico di psicologia e un poco di buon senso, unite all'esperienza, dobbiamo solo aggiungere a dosi massicce il carattere personale ed ecco la ricetta affinché la condotta del gruppo **diventi stile.**

L'attività di ognuno sarà personalizzata, diversa da tutte le altre.

I gruppi

Occuparsi di escursioni e ascensioni collettive vuol dire, in sintesi, costituire un gruppo di individui e condurli in montagna.

Il gruppo è una realtà complessa, mai composta dalla somma delle parti, ma qualcosa di sempre diverso, definito dagli individui che lo compongono; è sempre una nuova entità con caratteristiche proprie.

I partecipanti alle gite sono diversificati sia nelle motivazioni che nelle capacità ed esperienze tecniche. Fondamentalmente i componenti del gruppo *condividono gli obiettivi*

ma mirano a perseguirli per la soddisfazione di bisogni personali.

Non esiste quindi nessun schema universalmente valido per la condotta

Unica cosa certa è il fatto che in montagna le decisioni e i comportamenti sono strettamente correlati allo scorrere del tempo. Vale il principio qui e ora. Ogni decisione deve essere presa in tempi brevi o brevissimi, senza spazio per discussioni e attuata rapidamente. Pertanto l'accompagnatore deve avere l'autorevolezza necessaria a fare in modo che tutti i partecipanti si adeguino rapidamente alle disposizioni operative e di sicurezza.

La condotta di un gruppo deve essere discreta ma ferma, basata sull'autorevolezza che deriva dall'esempio personale.

In generale si può suddividere l'attività di gruppo in cinque momenti, che enuncio senza particolari: il contratto, la consegna, la condotta, il consuntivo, il controllo.

Concetto di complessità nella gita collettiva

Lo svolgimento di una uscita collettiva comporta sempre la soluzione di un notevole numero di problemi strettamente correlati tra loro, di aspetto ordinario (valutazione della complessità) e sotto il profilo della sicurezza (valutazione, livelli di rischio e prevenzione)

La complessità della gita non significa difficoltà; quest'ultimo concetto si riferisce all'attività individuale di singole cordate o gruppetti di escursionisti. Quale è il limite che differenzia l'attività alpinistica da quella escursionistica?

Un'oggettiva scala per la valutazione delle difficoltà ha costituito e costituisce tuttora l'inafferrabile chimera di generazioni di alpinisti. Uno stesso itinerario può presentarsi diversamente con il variare delle situazioni.

Il concetto di difficoltà è soltanto uno dei parametri per valutare il grado di complessità della condotta di una gita, tra gli altri, logistici, di rifornimento ecc., e sottolineo la sicurezza. La sicurezza deve costituire il principio cardine delle escursioni e ascensioni collettive, da cui discendono due elementi principali: il con-

cetto di velocità e di puntualità. Velocità non intesa come quella di marcia, ma la rapidità in tutte le operazioni collaterali al camminare (coprirsi, alleggerirsi, nutrirsi, calzare ramponi, fotografare ecc.) Puntualità, che diventa fondamentale nel rispettare un orario (non l'orario) che diventa ancora più importante per una comitiva numerosa.

I fattori che determinano il grado di *complessità* di una gita possono essere orografici, climatici, antropici, infrastrutturali, geomorfologici, informativi.

Organizzazione della gita

Una buona condotta presuppone una preparazione dettagliata. I particolari organizzativi si possono così sintetizzare:

- raccolta di tutte le informazioni utili (tempi e difficoltà del percorso, punti di sosta, vie di fuga, equipaggiamenti, attrezzature sia individuali che collettive)
- orari di partenza (stagione, alba, lunghezza del giorno)
- prenotazioni per pernottamenti, veicoli, impianti risalita, soggiorno
- difficoltà tecniche e documentazione tecnica del percorso
- condizioni meteorologiche
- indirizzi e numeri telefonici posti di soccorso
- verifica stato materiale collettivo.

Studio dell'itinerario

È estremamente importante la conoscenza diretta. Le informazioni assunte sono spesso soggettive, imprecise, di itinerari percorsi (chissà quanto prima) e non più validi.

Sono da calcolare i tempi di percorrenza, per i quali è valida la tabella dell'Associazione Sentieri Escursionistici (direttive ASE).

Il lavoro fisico svolto per camminare in salita è dieci volte maggiore di quello necessario per la pianura. I tempi di marcia indicati sui segnavia e in varie pubblicazioni si devono interpretare senza il tempo delle pause.

La condotta

L'accompagnatore deve poter esercitare una continua decisionalità, discreta ma ferma, basata sull'autorevolezza nei confronti dei partecipanti (stile).

L'apripista deve stare in testa alla

colonna, senza farsi sopravanzare da alcun partecipante, deve regolare l'andatura, che è uno dei principali fattori per una buona riuscita, dando alla marcia un *passo regolare e costante*, preceduto da un idoneo riscaldamento nel primo tratto. C'è qualcuno tra voi sportivi che inizia l'attività agonistica senza un riscaldamento? Il centometrista si cambia in pista e subito alla partenza? Il ciclista, lo sciatore, il tennista, il calciatore, ecc. iniziano un'attività senza un pre-riscaldamento? Quanti iniziano un'escursione senza nemmeno sognarsi di pensare al riscaldamento iniziale! È un concetto poco conosciuto dall'escursionista.

Si scende dalla macchina, dall'auto-postale e via!

La «rottura di fiato» si verifica dopo un periodo di tempo variabile da persona a persona, e molto più lungo per le attività di durata rispetto a quelle di velocità. Nel caso specifico dell'escursionista, condizionato anche dal carico sulle spalle, non si verifica mediamente mai prima di una buona ora di cammino.

Non si dovrebbe oltrepassare il limite di 120-140 pulsazioni per mantenere lo sforzo di tipo aerobico. *L'andatura della prima ora deve quindi essere ragionevolmente lenta.*

La marcia

Lo spazio non mi concede di soffermarmi in dettagli, quindi elenco qualche concetto a cui pensare:

- variazioni di pendenza (ad esempio terminata una salita ripida mantenere un'andatura lenta sino a quando tutta la fila si presenta sul meno ripido)
- salite molto ripide (da prevedere con andatura autonoma dei singoli)
- la discesa (possibilità estesa di incidente, frazionamento del gruppo)
- le soste (brevi, non molto ravvicinate, possibilmente dopo una salita ripida e prima di un pianoro)

La sicurezza, gestione delle emergenze

Alcuni pericoli sono proporzionali al numero dei partecipanti.

Al direttore di gita non compete solo di fronteggiare il singolo incidente ma anche e soprattutto di *continuare a seguire tutti i partecipanti.*

In montagna la vera sicurezza non si

ottiene mai con soluzioni facili. Propongo alcuni accorgimenti utili: abbigliamento caldo, disponibilità di liquidi, lampada frontale, aspetti psicologici, valutazione danni e primo soccorso, chiamata, evacuazione.

Le categorie di emergenza in genere sono causate da cattive condizioni meteo, perdita dell'orientamento, malore, infortunio.

I tempi di un soccorso spaziano tra limiti vastissimi condizionati da due fattori principali, radio ed elicottero; «se» la radio è a disposizione e l'allarme tempestivo, «se» l'elicottero è disponibile, «se» le condizioni meteo sono buone, solo allora il soccorso e l'evacuazione possono essere rapidi.

È determinante saper definire in fretta

Chi	è coinvolto	persone infortunate
Cosa	è avvenuto	tipo di infortunio, tipo di lesioni
Dove	è accaduto	coordinate, località, descrizione del luogo
Quando	è successo	ora e giorno
Quale	è la situazione	chi è sul posto collegamenti radio, condizioni meteo generalità di chi chiama

Ho cercato di presentare, riassunti, i temi trattati nel corso per accompagnatori e concernenti le tecniche di conduzione di gruppo; sono certamente da approfondire, per chi desidera accompagnare persone a scoprire le terre alte, senza necessariamente ambire a conquiste di cime inesplorate, pareti tecnicamente difficili, record di salita.

Un sano camminare per monti alla scoperta di ambienti, culture a volte diverse o semplicemente a ripensare agli altri, o a se stessi. Felici camminate! ■

Bibliografia:

- Club Alpino Italiano
- Guida alle ascensioni e escursioni collettive di Gian Carlo Nardi
- Associazione Ticinese Sentieri Escursionistici
- Corso accompagnatori di escursionismo
- Responsabile Franco Dalessi, Locarno