

## CANYONING

*Ci prendiamo cura delle vostre emozioni*

### Cos'è il Canyoning?

E' la discesa di torrenti , più o meno incassati, con o senza acqua, indossando una muta isoterma, scarpe da ginnastica con suola scolpita (non liscia), casco e imbracatura , utilizzando diverse tecniche di progressione quali:

- La marcia, ovvero il semplice camminare,
- Il salto, ovvero si può saltare da altezze minime fino ad altezze importanti in vasche naturali formate dal torrente stesso.
- Lo scivolo, ovvero si può scivolare lungo "tobogan" (scivoli naturali) seguendo il percorso dell'acqua.
- Discesa su o per mezzo di corda, ovvero si superano dei salti o cascate con l'ausilio di corda e imbracatura, dove non è possibile fare altrimenti oppure dove si preferisce non saltare o scivolare. La conoscenza delle tecniche di discesa su corda non è richiesta.

### E' richiesto:

- un buono e normale stato di salute
- di saper nuotare o con gilet salvagente l'assenza di paura dell'acqua.
- l'assenza di patologie cardiache e/o respiratorie che non siano compatibili con lo sforzo fisico.
- la voglia di divertirsi

**Costo:** a partire da 55,00 a persona secondo il torrente scelto (sconto per i nuclei familiari di almeno tre persone). Noleggio scarpe: 5,00 € p.p.

**Età minima:** Non c'è un'indicazione che valga per tutti, diamo come riferimento da 9 anni in poi, ma possono partecipare anche bimbi più piccoli secondo le loro peculiarità caratteriali e fisiche.

**Durata media:** circa 3/4 ore ,

Attrezzatura fornita e compresa nel costo:  
Muta + casco + gilet di aiuto al galleggiamento (solo se richiesto) + imbracatura + discensore e longes di sicurezza + materiale comune (tutti i Dispositivi di Protezione Individuale e collettiva utilizzati, sono conformi alle normative vigenti)

### Che cosa dovete portare?

Una maglietta in poliestere da mettere sotto la muta, costume da bagno, asciugamano, scarpe da ginnastica per entrare in acqua e calzini da bagnare, niente anelli alle mani. Chi porta occhiali dovrà fare in modo di fissarli alla testa per evitare di perderli, chi utilizza lenti a contatto, meglio se del tipo usa e getta con un paio di scorta.

### Sicurezza:

**Prima di entrare nel canyon sarete informati sulle caratteristiche e i rischi oggettivi del canyon, sui comportamenti da tenere per la sicurezza di tutti e per il rispetto dell'ambiente. Sarete inoltre formati sulle manovre di corda se necessarie.**

**Scarica il briefing e la dichiarazione sulla formazione e informazione**

**Toscana Adventure team C/o Casa Carbonaia - Vinci - Fi**

Simone Cecchi: guida escursionistica, mtb L.R Toscana 42/2000 - Guida Canyon LPE Canyon- France

P.Iva: 05539380484

[www.tateam.it](http://www.tateam.it) ph. +39 348 79 11 215 - skype: s.cecchi - fax. +39 0571 99 31 28