

# Disposizioni per la pratica dello sport in sicurezza al CST

Stimati clienti,

per il Centro sportivo nazionale della gioventù Tenero CST, filiale dell'Ufficio federale dello sport UFSPPO, la sicurezza nella pratica sportiva è da sempre un tema molto importante in quanto la qualità dell'insegnamento è strettamente legata al rispetto delle misure di sicurezza di ogni disciplina.

## 1. Principi generali

Accogliendo prioritariamente i corsi annunciati a Gioventù+Sport (G+S), il CST fa per principio riferimento alle specifiche disposizioni emanate da G+S. Per le discipline non contemplate da G+S si tiene conto delle direttive e delle raccomandazioni delle rispettive federazioni nazionali.

## 2. Discipline a rischio elevato per gli ospiti del CST

Le seguenti attività sportive sono considerate a rischio elevato per gli ospiti del CST:

- **Negli sport del gruppo A:** golf, trampolino, ciclismo su strada, MTB, BMX, sport di combattimento (judo, karate, lotta, lotta svizzera, ecc.), scherma.
- **Negli sport del gruppo B:** arrampicata sportiva (su parete artificiale o su roccia), tiro con l'arco, sport natatori (nuoto, nuoto di salvataggio, nuoto sincronizzato, pallanuoto, tuffi), sport acquatici (windsurf, vela [Laser, RS Zest, catamarano], canoismo [lago e fiume], canottaggio).
- **Discipline non G+S:** stand up paddle (SUP), airgame, immersione con bombole.

Il numero massimo di partecipanti e la durata consigliata e minima di ogni attività sono specificati nell'**Allegato 1**.

Gli istruttori sono comunque tenuti ad adattare il numero di partecipanti in base a una valutazione dei fattori specifici della disciplina, del livello dei partecipanti e delle condizioni atmosferiche.

Il CST parte del presupposto che una lezione sia svolta dagli stessi partecipanti.

## 3. Sorveglianza in piscina e sul lago

Il CST non può garantire una sorveglianza permanente per quei corsi che svolgono attività sportive in piscina e sul lago. Unicamente i capicorso sono responsabili per l'organizzazione della sorveglianza e della sicurezza del proprio gruppo. È obbligatoria la presenza continua di un responsabile in possesso di un brevetto di salvataggio SSS-Plus Pool (o superiore) con l'attestato BLS/AED valido. La certificazione "SSS – «Modulo laghi»" è fortemente raccomandata. Sono ritenuti validi anche certificati internazionali equivalenti. L'**Allegato 2** "Dispositivo di sicurezza del centro nautico del CST" è un importante strumento di prevenzione a disposizione degli istruttori interessati.

#### 4. Disposizioni per i corsi annunciati a G+S

- Per tutti i gruppi ospiti del CST il cui corso è annunciato a G+S valgono la «[Guida per lo svolgimento delle offerte con bambini e giovani \(gruppo di utenti 4\) offerte di cantoni, comuni e delle federazioni sportive nazionali](#)» e la «[Guida per lo svolgimento delle offerte G+S Sport scolastico \(GU 5\)](#)» pubblicate dall'UFSPPO. Le guide citate e i contenuti delle disposizioni sulla prevenzione degli infortuni delle singole discipline G+S sono assolutamente da rispettare.
- I docenti di sport con il riconoscimento di monitore nello sport scolastico, ma senza ulteriori formazioni specifiche, sono autorizzati a condurre solo le lezioni degli sport del gruppo A. L'insegnamento della disciplina golf è concesso a coloro che sono in possesso dell'«autorizzazione di percorso» (AP), rilasciata da Swiss Golf.
- Le discipline sportive in ogni caso escluse durante i corsi G+S sono ([Art. 7 OPSpo](#)):
  - tutti gli sport di combattimento che permettono l'abbattimento dell'avversario;
  - l'immersione con bombole.Questa lista non è definitiva e può essere completata con nuovi sport.

#### 5. Disposizioni per i corsi NON annunciati G+S

Le lezioni in tutte le attività sportive in questione devono essere per principio condotte da una persona qualificata.

Le scuole che non annunciano il campo a G+S, devono fornire la *lista degli istruttori* accompagnata da un *attestato* firmato dalla direzione della sede scolastica, in cui certificano di aver ingaggiato monitori che dispongono delle necessarie qualifiche per svolgere le attività previste.

Per tutti gli altri corsi non annunciati a G+S, si parte dal principio che gli istruttori ingaggiati possiedano una qualifica rilasciata da una federazione sportiva nazionale (come per es. «Kanuguide», «Capogita CAS», ecc.), un'abilitazione cantonale valida o una patente particolare (es. patente di navigazione a vela).

#### 6. Controllo della qualifica dei monitori ingaggiati

Al più tardi con l'invio dei dati definitivi, ossia al più tardi 2 settimane prima dell'inizio del corso, il capocorso è tenuto a inoltrare al CST le generalità degli istruttori ingaggiati nelle discipline a rischio (v. punto 2) e l'attestato delle sue qualifiche (brevetto, riconoscimento di monitore G+S, abilitazione, ecc.). Se dopo le regolari verifiche, viene riscontrato che un monitore non dispone delle necessarie qualifiche, le attività sono cancellate.

#### 7. Aspetti pratici

##### Annuncio del programma sportivo

- Verificate in anticipo le direttive che dovete rispettare per ogni disciplina G+S. Trovate le indicazioni specifiche nella rubrica "Attività sportive" al sito [www.cstenero.ch](http://www.cstenero.ch).
- Segnalateci esplicitamente già al momento dell'annuncio del corso (15 settembre) la qualifica di colui che condurrà l'attività. Le alternative sono «Monitore G+S disciplina sportiva», «Monitore G+S sport scolastico», «Istruttore Sisport», «Persona con formazione valida», «Docente di sport» o «Docente riconosciuto».

##### Priorità

È assegnata la priorità nell'assegnazione del materiale e delle infrastrutture alle organizzazioni che propongono almeno 3 lezioni con gli stessi allievi nella stessa disciplina.

##### Istruttori Sisport

La ditta Sisport Sagl ([www.sisport.ch](http://www.sisport.ch)) è a disposizione di tutti i clienti del CST che non dispongono di monitori G+S o istruttori qualificati per svolgere determinate attività sportive a rischio. I

monitori Sisport dispongono dei riconoscimenti G+S e quindi possono essere annunciati nella banca-dati SPORTdb.

### Informazioni

Si possono ottenere ulteriori informazioni su questo tema contattando il vostro coordinatore sportivo CST al numero 058 468 61 11.

Approfondimenti e informazioni su [www.gioventuesport.ch](http://www.gioventuesport.ch).

Ringraziandovi per la collaborazione nel migliorare costantemente la sicurezza durante la pratica sportiva con i giovani, vi porgiamo i nostri migliori saluti.

Il Direttore



Bixio Caprara

Il responsabile sport



Alan Matasci

Allegati:       - Allegato 1: Disposizioni sport in sicurezza CST  
                  - Allegato 2: Dispositivo di sicurezza del centro nautico del CST



# Allegato 1: Disposizioni sport in sicurezza CST



Discipline a rischio elevato al CST		N. massimo partecipanti per istruttore <sup>1</sup>	Durata		Corsi G+S <input type="checkbox"/>	Altri corsi		
			consigliata	minima		Scuole (non G+S)	Altre organizzazioni	
Discipline sportive G+S	Gruppo A <sup>2</sup> Tutte le discipline del gruppo A, incluse:	Golf <sup>3</sup>	12	2h30	1h30	Docente di sport  Monitore G+S «sport scolastico»  Monitore G+S «disciplina sportiva»  Istruttore Sisport <sup>6</sup>	Docente riconosciuto <sup>7</sup>  Monitore G+S «sport scolastico»  Monitore G+S «disciplina sportiva»  Istruttore Sisport	Persona con formazione valida <sup>7</sup>  Monitore G+S «sport scolastico»  Monitore G+S «disciplina sportiva»  Istruttore Sisport
		Trampolino	12	2h30	1h30			
		Mountainbike	12	2h30	A dip. del percorso			
		BMX	12	2h30	1h45			
		Sport di combattimento (judo, karate, lotta, lotta svizzera, ecc.)	12	2h30	1h30			
		Scherma	12	2h30	1h45			
	Gruppo B soggette a disposizioni di sicurezza particolari	Arrampicata sportiva su parete artificiale	12	2h30	1h45	Monitore G+S «disciplina sportiva»  Istruttore Sisport <sup>6</sup>	Docente riconosciuto <sup>7</sup>  Monitore G+S «disciplina sportiva»  Istruttore Sisport	Persona con formazione valida <sup>7</sup>  Monitore G+S «disciplina sportiva»  Istruttore Sisport
		su roccia	6	7h	4h			
		Tiro con l'arco	12	2h30	1h30			
		Sport natatori <sup>4</sup> (nuoto, nuoto di salvataggio, nuoto sincronizzato, pallanuoto, tuffi)	16	Secondo la tipologia di attività				
		Sport nautici sul lago <sup>5</sup> canoa lago, windsurf	12	2h30	1h45			
		canoa fiume	6	4h	-			
		vela (Laser, RS Zest, catamarano)	8	3h	-			
		vela Surprise	5	2h30	-			
canottaggio (età min. consigliata: 12 anni)	8	2h30	-	Monitore G+S canottaggio o istruttore Sisport				
Discipline non G+S	Stand up paddle (SUP) <sup>4</sup>	12	2h30	1h30	Monitore G+S canoa, vela, windsurf, canottaggio con modulo «SUP» Istruttore SUP SKV/SWAV Istruttore Sisport	Docente riconosciuto <sup>4,7</sup> Persona con formazione valida <sup>4</sup> Istruttore Sisport	Persona con formazione valida <sup>4</sup> Istruttore Sisport	
	Airgame CST	12	1h30	-	Istruttore Sisport			
	Immersione con le bombole (in piscina)	10	-	-	Disciplina sportiva non ammessa in G+S	Persona con una formazione valida <sup>4</sup> Sisport		

<sup>1</sup> Per ragioni organizzative nelle seguenti discipline vigono disposizioni riguardo al numero massimo di partecipanti per istruttore in presenza di condizioni ottimali.

<sup>2</sup> Allegato 1 OPPSpo e art. 1 O-G+S-UFSP0

<sup>3</sup> Obbligatoria in ogni caso l'«autorizzazione di percorso» di Swiss Golf.

<sup>4</sup> Obbligatoria il brevetto SSS «Plus-Pool» con BLS/EAD valido e aggiornato, molto raccomandato il «Modulo laghi».

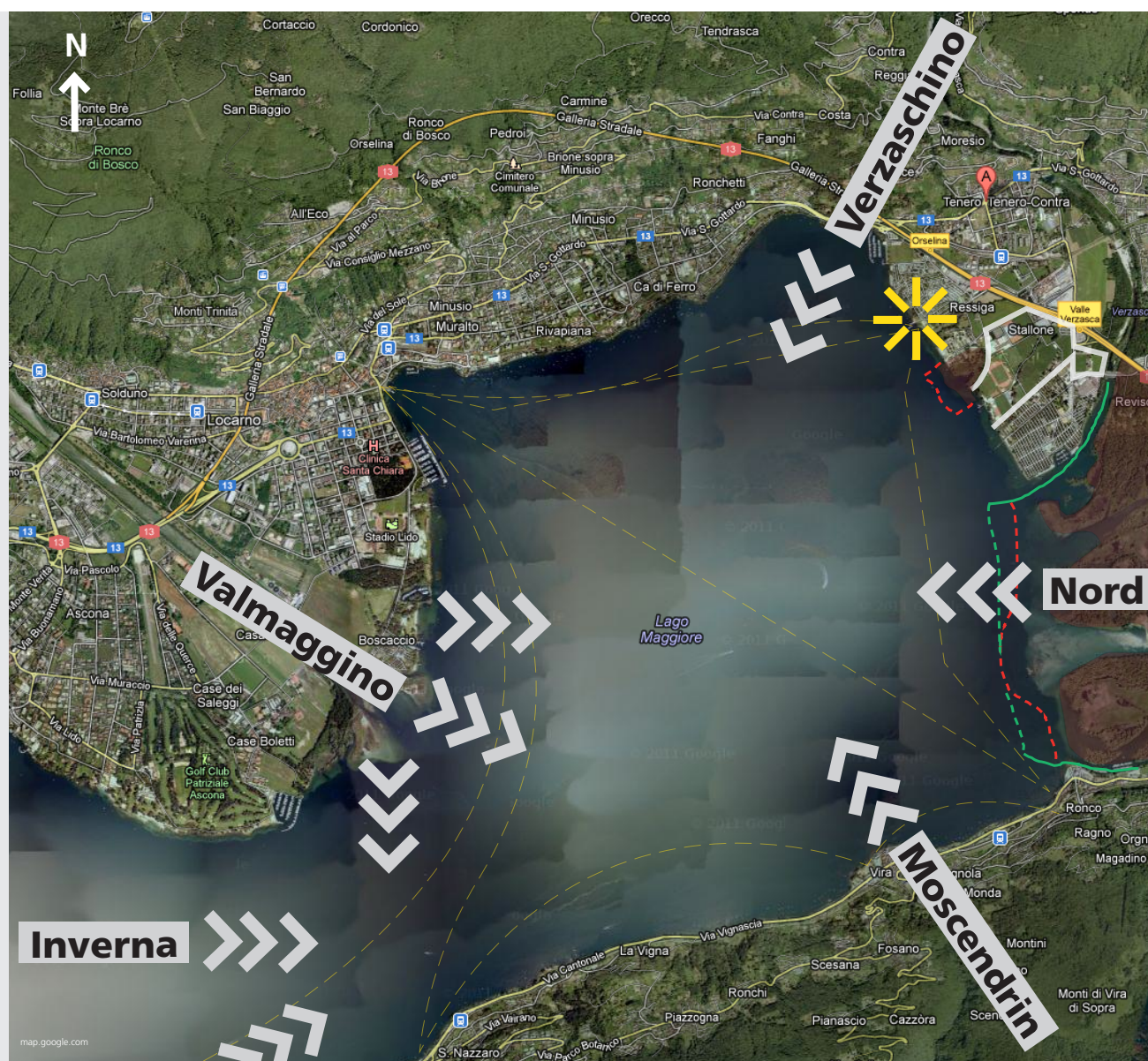
<sup>5</sup> Molto raccomandato il brevetto SSS «Plus-Pool», molto raccomandato il «Modulo laghi».

<sup>6</sup> Sisport mette a disposizione solo monitori G+S riconosciuti (possono venir annunciati nella banca-dati SPORTdb). 03.01.2020

<sup>7</sup> Vedi «Disposizioni per la pratica dello sport in sicurezza al CST», punto 5.



# Dispositivo di sicurezza del centro nautico del CST



- - - Limite di navigazione per natanti a remi (50 m dalla riva)
- - - Limite per natanti a motore (150 m dalla riva)
- - - Rotte dei battelli di linea
- L'accesso via lago non è consentito.
- Avvisi di tempesta (Pontile di Tenero)

Le Bolle di Magadino tra la foce della Verzasca e Magadino sono un paesaggio di valore naturalistico riconosciuto e protetto a livello federale. Esse ospitano una vegetazione e una fauna particolari, tipiche delle zone di transizione fra l'acqua e la terraferma.

## I venti sul Lago Maggiore

### Inverna

Vento di tipo termico proveniente da ovest e sudovest.  
Soffia soprattutto di pomeriggio.  
In inverno è meno forte che in estate.

### Moscendrin

Vento piuttosto violento proveniente da sudest.  
Forti raffiche. Può raggiungere velocità molto elevate in tempi brevi.

### Nord

Vento piuttosto violento proveniente da nordest.  
Forti raffiche e cambi di direzione repentini.

### Valmaggino

Vento piuttosto violento proveniente da ovest (Valle Maggia).  
Forti raffiche. Può raggiungere velocità molto elevate in tempi brevi.

### Verzaschino

Vento di tipo temporalesco proveniente da nordest (Valle Verzasca).  
Soffia soprattutto di pomeriggio.  
Forti raffiche e cambi di direzione repentini.

## Segnali d'avviso di tempesta

**Il segnale di prudenza** (luce arancione intermittente con circa 40 accensioni al minuto) viene emesso in caso di pericolo per l'avvicinarsi di venti di tempesta, senza precisare l'ora. Esso viene emesso il più presto possibile.

**Raccomandazione:** tornare al pontile il più presto possibile. Monitorare l'evoluzione della meteo.

**L'avviso di tempesta** (luce arancione intermittente con circa 90 accensioni al minuto) annuncia il pericolo di tempesta imminente. **Raccomandazione:** allontanarsi immediatamente dalla superficie dell'acqua!



- Voi siete qui
- Telefono di soccorso
- Custode e valigia sanitaria
- Spogliatoi
- 1** Gommoni a motore
- 2** Messa in acqua derive e scafi di canottaggio
- 3** Uscita windsurf e canoa
- 4** Zattera
- 5** Boe di delimitazione
- 6** Uscita catamarani
- 7** Boa «Surprise»
- 8** Stand up paddle Polo

## Numeri di telefono importanti

Ambulanza	144	Ricevimento CST (24h/7)	+41 58 468 61 11
Polizia	117	Centrale nautica CST	108*
Polizia lacuale Magadino	+41 91 815 81 01	Custode CST	107*
Guardia aerea di soccorso REGA	1414	*solo da telefoni interni al CST	

Ultimo aggiornamento: aprile 2019

Centro sportivo nazionale della gioventù  
6598 Tenero

Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO