

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 UFSPÖ, 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:

- **Discipline GU1**
Sport di combattimento [wushu/kung fu, lotta, lotta svizzera, judo, ju-jitsu, karate, kickboxing light, aikido, light contact boxing]; golf; rugby; football americano; ciclismo [rampichino, ciclismo su strada, ciclismo artistico, ciclocross, ciclopalla, monociclo, BMX]; scherma; sport natatori [artistic swimming, nuoto, nuoto di salvataggio, pallanuoto, tuffi]; triathlon; tiro con l'arco; parkour; giochi nazionali; ginnastica [acrobatica, agli attrezzi, artistica]; trampolino-maxitramp.
- **Discipline GU2**
arrampicata sportiva [su parete artificiale o su roccia]; canoismo [lago e acque vive fino grado difficoltà II], canottaggio, tavola a vela, vela [Laser, RS Zest, RS Toura, catamarano]. Specifico Andermatt: sci, sci di fondo, sci escursionismo, snowboard e biathlon
- Stand up paddle (SUP)
- **Discipline non G+S:** 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 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 per l'intera durata 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.

Informazione importante: modulo interdisciplinare G+S "Sorvegliante acqua"

Dal 2022, le monitrici e i monitori G+S possono acquisire delle competenze in materia di prevenzione degli annegamenti e di soccorso in acqua nell'ambito della formazione continua G+S, prolungando contemporaneamente il riconoscimento G+S. Dopo il modulo, le monitrici e i monitori G+S sono in grado di sorvegliare e di condurre con sicurezza ed efficacia un gruppo che conoscono in piscine coperte e all'aperto nonché al lago. Maggiori dettagli nel documento "Prevenzione degli infortuni", al punto 2.

Lo stesso vale per le monitrici e i monitori G+S delle discipline sportive canottaggio, canoismo, vela, triathlon o tavola a vela nonché per le monitrici e i monitori G+S con il modulo Acqua SC/T. Oltre a ciò, le persone interessate che presentano alla Società svizzera di salvataggio (SSS) la conferma del superamento del modulo o del corso monitori G+S in una delle discipline sportive citate, possono richiedere il brevetto Basic Pool e il modulo Laghi.

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 G+S di tutte le discipline sportive G+S e organizzatori»](#) pubblicata dall'UFSPÖ e i pratici [promemoria per la prevenzione degli infortuni](#).

Le disposizioni sulla prevenzione degli infortuni delle singole discipline G+S sono assolutamente da rispettare. In particolare:

- Per l'insegnamento del trampolino/maxitramp è indispensabile possedere una formazione specifica ("monitore G+S trampolino")
- L'insegnamento della disciplina golf è concesso a coloro che sono in possesso dell'«autorizzazione di percorso» (AP), rilasciata da Swiss Golf.
- Per l'attività canoismo in acque vive fino al grado di difficoltà II (escursioni) è richiesta la qualifica G+S complementare «escursioni» o «acque vive»

Discipline sportive in ogni caso escluse durante i corsi G+S sono (art.6 cpv.2 OPSPo; art.3 OPPSPo):

- gli sport motoristici e aeronautici;
- le discipline che prevedono come scopo ultimo l'atterramento dell'avversario e in cui non si stabilisce espressamente che bambini e giovani possono praticarle soltanto senza atterramento dell'avversario;
- gli sport che comportano un rischio elevato per i partecipanti (art.1 cpv.2(c-e) LAGAR)

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 riconosciuta (come per

es. «Kanuguide», «Capogita CAS», ecc.), un'abilitazione cantonale valida o una patente particolare (es. patente navigazione vela) come pure un brevetto di salvataggio per la attività al lago o piscina.

6. Controllo della qualifica dei monitori ingaggiati

Al più tardi 2 settimane prima dell'inizio del corso, il capocorso è tenuto a comunicare (tramite il portale clienti) al CST le generalità degli istruttori ingaggiati nelle discipline a rischio (v. punto 2). Una copia degli attestati delle qualifiche annunciate (brevetto, riconoscimento di monitore G+S, abilitazione, ecc.) possono essere richieste in qualsiasi momento dal CST.

Prima dello svolgimento dell'attività, il monitore o istruttore designato è responsabile di verificare l'idoneità del materiale ricevuto e autocertifica la propria idoneità all'insegnamento tramite gli appositi formulari forniti dal CST.

Se dopo le regolari verifiche, viene riscontrato che un monitore o istruttore non dispone delle necessarie qualifiche, le attività previste 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 cstenero.ch.
- Segnalateci esplicitamente già al momento dell'annuncio del corso la qualifica di colui che condurrà l'attività.

Priorità

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

Istruttori Sisport

La ditta Sisport Sagl (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 devono essere annunciati nella Banca dati nazionale per lo sport (BDNS).

Informazioni

Si possono ottenere ulteriori informazioni su questo tema contattando il responsabile della settimana CST al numero 058 468 61 11.

Approfondimenti e informazioni su 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.

La Direzione del CST

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° max partecip./ istruttore ¹	Durata		Corsi G+S	Altri corsi				
				consigliata	minima		Scuole (non G+S)	Altre organizzazioni			
Discipline sportive G+S	GU1 ²	Golf ³ , trampolino/maxitramp ⁴ , tiro con l'arco	12	2h30	1h30	Monitore G+S «disciplina sportiva»; Monitore G+S «sport scolastico»; Docente di sport (monitore G+S); Istruttore Sisport ⁶ (monitore G+S)	Docente riconosciuto ⁷ ; Monitore G+S «sport scolastico»; Monitore G+S «disciplina sportiva»; Istruttore Sisport ⁶	Persona con formazione valida ⁷ ; Monitore G+S «sport scolastico»; Monitore G+S «disciplina sportiva»; Istruttore Sisport ⁶			
		Rampichino e ciclismo su strada	12	2h30	A dip. del percorso						
		BMX, monociclo, cicl. artistico, ecc	12	2h30	1h45						
		Sport di combattimento (judo, karate, lotta, lotta svizzera, ecc.)	12	2h30	1h30						
		Scherma	12	2h30	1h45						
		Sport natatori ⁵ (nuoto, pallanuoto, tuffi, nuoto salvataggio, artistic swimming,)	16	Secondo la tipologia di attività							
		Triathlon ⁵									
		Parkour, giochi nazionali e ginnastica (acrobatica, attrezzi, artistica)	16	2h30	1h30						
		Rugby, football americano	24	2h30	1h30						
	GU2	Arrampicata sportiva	12	2h30	1h45	Monitore G+S «disciplina sportiva»; Istruttore Sisport ⁶ (monitore G+S)	Docente riconosciuto ⁷ ; Monitore G+S «disciplina sportiva»; Istruttore Sisport ⁶	Persona con formazione valida ⁷ ; Monitore G+S «disciplina sportiva»; Istruttore Sisport ⁶			
		su parete artificiale		7h	4h						
		su roccia	6								
		Sport nautici sul lago ⁵	12	2h30	1h45				Istruttore Sisport ⁶ (monitore G+S)	Istruttore Sisport ⁶	Istruttore Sisport ⁶
		canoa lago, windsurf		4h	4h						
		canoa acque vive ⁸		3h	3h						
		vela (Laser, RS Zest/Toura, catamarano)	8	2h30	2h30				Monitore G+S canottaggio o istruttore Sisport		
	canottaggio (età min. consigliata: 12 anni)	8									
	Andermatt: sci, sci di fondo, snowboard	12	Secondo la tipologia di attività		Monitore G+S «disciplina sportiva»	Docente riconosciuto; Monitore G+S «disciplina»					
	sci escursionismo, biathlon,	16									
Disciplina non G+S	Stand-up Paddle (SUP) ⁹		12	2h30	1h30	Monitore G+S canoa, vela, windsurf, canottaggio con modulo «SUP» consigliato; Istruttore SUP SKV/SWAV; Istruttore Sisport ⁶	Docente riconosciuto ⁷ Persona con formazione valida ⁴ Istruttore Sisport ⁶	Persona con formazione valida ⁷ Istruttore Sisport ⁶			
	Immersione con le bombole ⁵ (in piscina)		10	-	-	Disciplina sportiva non ammessa in G+S	Persona con una formazione valida ⁵ istruttore Sisport ⁶				

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

² Allegato 8 OPSpo e art. 1 O-G+S-UFSPo

³ Obbligatoria in ogni caso l'«autorizzazione di percorso» di Swiss Golf

⁴ Obbligatoria formazione specifica (monitore trampolino)

⁵ Obbligatorio brevetto SSS «Plus-Pool» con BLS/EAD valido e aggiornato, molto raccomandato «Modulo laghi»

⁶ Sisport fornisce monitori G+S riconosciuti nella singola disciplina (v. BDNS)

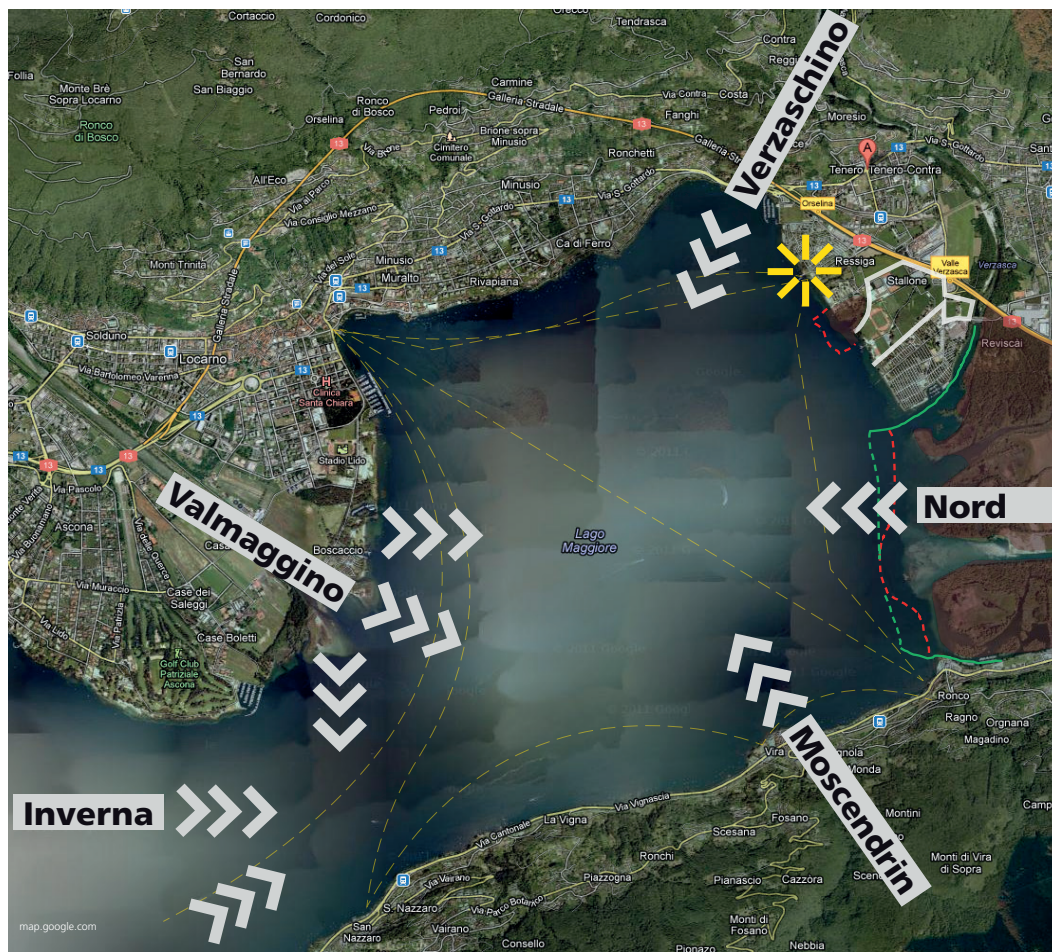
⁷ Vedi «Disposizioni per la pratica dello sport in sicurezza al CST», punto 5

⁸ solo fino al grado difficoltà II e con qualifica complementare «escursioni» o «acque vive»

⁹ Obbligatorio modulo "Laghi" SSS o modulo interdisciplinare GS «Sorvegliante acqua» o modulo «Acqua» SC/T

Dispositivo di sicurezza del centro nautico del CST





- Limite di navigazione per natanti a remi (50m dalla riva)
- Limite per natanti a motore (150m 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.

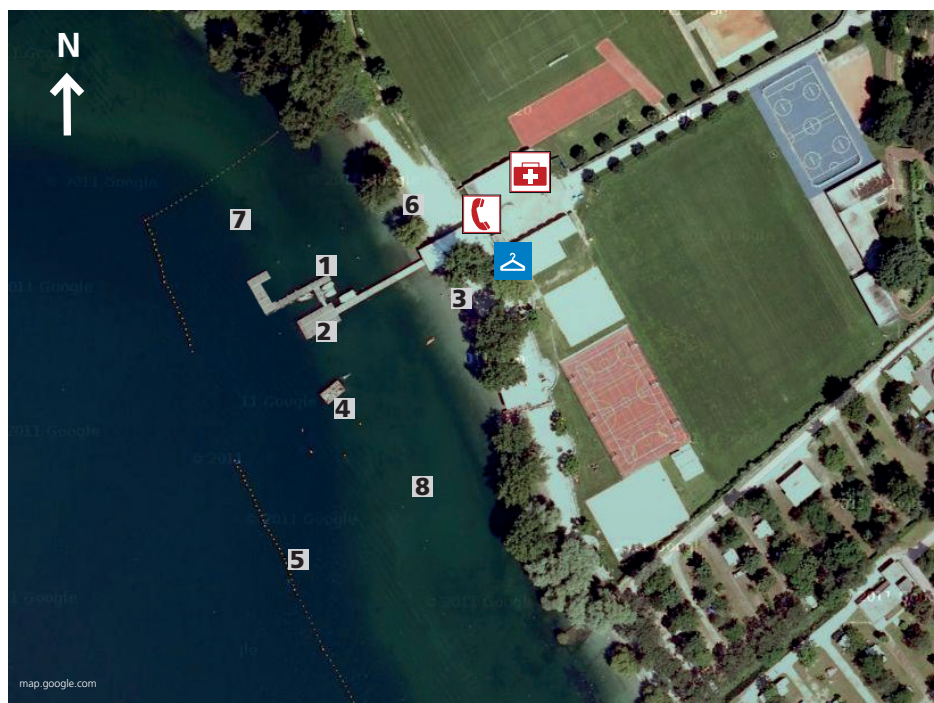
Segnali d'avviso di tempesta

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 a riva 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!



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

Numeri di telefono importanti

Ambulanza	144	Ricevimento CST (24/7)	+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	