



Discesa Internazionale del Tevere  
in canoa da Città di Castello a Roma  
dal 25 aprile al 1 maggio

Comitato Organizzatore DIT  
via Fucino 4b 00199 Roma  
codice fiscale 97374860589  
[www.discesadeltevere.org](http://www.discesadeltevere.org)  
[scrivi@discesadeltevere.org](mailto:scrivi@discesadeltevere.org)  
fax +39.06.62276751

## DIT2009

### DISCESA INTERNAZIONALE DEL TEVERE DA CITTÀ DI CASTELLO A ROMA

IN CANOA, IN BICI, A PIEDI, A CAVALLO

**XXX edizione: 24 aprile - 4 maggio 2009**

## INFORMAZIONI GENERALI

### la discesa: cos'è e a chi è aperta

Si tratta di un camping nautico in sette tappe per canoisti italiani e stranieri. La Discesa ha finalità sportive, naturalistiche, turistiche e di promozione della canoa come sano mezzo di conoscenza del territorio; non ha finalità agonistiche. L'atmosfera della Discesa è festosa, ma ordinata. Tutti sono benvenuti, ma ci si troverà meglio se si ha spirito di adattamento, capacità di fare da sé, disponibilità e simpatia verso gli altri. Tra canoisti ci si aiuta sempre, nella Discesa in modo particolare. I familiari e gli amici dei canoisti che non vanno in canoa potranno giornalmente mettersi d'accordo per visite dei dintorni ed escursioni in bicicletta. La ricchezza della valle del Tevere stimola visite di ambienti e paesi famosi (Perugia, Assisi, Deruta, Todi, Orvieto, Orte, ...). **Informatevi sui corsi di canoa organizzati in marzo e aprile per i principianti !**

### gli aspetti logistici

La discesa è guidata da canoisti esperti ed è composta di tappe giornaliere di 20-30 km con difficoltà WW I-II-(III). Si pernotta con materiale proprio in strutture coperte gentilmente messe a disposizione dalle amministrazioni comunali in cui si fa tappa lungo il fiume, ovvero, per chi lo desidera, nella propria tenda, camper, roulotte. Con pullman si effettua il servizio di recupero degli autisti che, ogni giorno, conducono anticipatamente al punto di arrivo la propria auto. Questo sistema consente anche al singolo canoista di poter partecipare alla manifestazione per i giorni desiderati. L'auto è inoltre utile per poter dedicare il tempo libero al turismo.

Chi intende aggregarsi alla Discesa successivamente al primo giorno, è bene che arrivi la sera prima presso il luogo del pernottamento, intorno alle ore 18. Altrimenti la mattina, al più tardi alle ore 7.00, in modo da avere tempo per informarsi sulle istruzioni per la giornata, prepararsi e inserirsi nella carovana.

In generale, la mattina la carovana si muove dal luogo del pernottamento verso il luogo di imbarco alle ore 8. Per tale ora occorre aver fatto colazione, essersi procurati le provviste per il pranzo al sacco, avere sufficiente carburante per l'auto. Il principio è che la carovana non ha rispetto di esigenze individuali, fatta salva naturalmente l'emergenza. Le auto che compongono la carovana devono ovviamente rispettare il codice della strada. Per dar modo agli altri veicoli di superarci e per motivi di sicurezza stradale, la carovana viaggia a velocità ridotta: di solito 50 km/h sulle strade ordinarie e 80 km/h sulla E45.

La cena è organizzata di solito intorno alle ore 19:30 presso enti locali ed è completa e abbondante. Non siamo in grado di garantire sempre una cena vegetariana. Chi non fa l'iscrizione completa e desidera cenare deve prenotarsi la sera precedente prendendo il relativo tagliando.

### imbarcazioni ammesse e attrezzatura

Sono ammesse canoe di qualunque tipo, purché adatte ad affrontare acque mosse fino al 3° grado, rese inaffondabili e dotate di maniglie per il trasporto e il recupero. Tutti i canoisti devono indossare caschetto e giubbotto salvagente, anche per la protezione da rami e da altri ostacoli. Obbligatorio il paraspruzzi per i kayak. Si consiglia l'uso della muta, della giacca d'acqua e di robuste scarpe sportive. Una sacca impermeabile da mettere in canoa consentirà di portare con sé oggetti personali, cibo, un cambio rapido.

---

Presidente CODIT: **Andrea Ricci** tel 339.8808312  
Segretario CODIT: **Bruno Bini** tel 338.8639813



Discesa Internazionale del Tevere  
in canoa da Città di Castello a Roma  
dal 25 aprile al 1 maggio

Comitato Organizzatore DIT  
via Fucino 4b 00199 Roma  
codice fiscale 97374860589  
[www.discesadeltevere.org](http://www.discesadeltevere.org)  
[scrivi@discesadeltevere.org](mailto:scrivi@discesadeltevere.org)  
fax +39.06.62276751

## noleggior canoe e trasporto persone

È possibile venire alla Discesa senza canoa e/o senza auto, noleggiando una canoa dell'organizzazione (canadese o sit-on-top) e facendosi trasportare dal pulmino dell'organizzazione previa prenotazione con adeguato anticipo. Chi non viene con auto adatta al trasporto della canoa noleggiata dovrà pagare anche il trasporto su un automezzo dell'organizzazione. L'organizzazione porterà alla Discesa solo le canoe prenotate per tempo e confermate con il versamento della relativa quota. Non ci saranno altre canoe dell'organizzazione disponibili sul posto.

## consigli per i partecipanti

Occorre sapere che, da quando si portano le canoe all'imbarco la mattina a quando si arriva allo sbarco il pomeriggio, possiamo contare solo su ciò che ci siamo portati in canoa. Ecco quindi ...

... **Consigli** per i meno esperti sull'abbigliamento e sulle provviste da portare in canoa.

- Sembra lapalissiano, ma è bene ricordare che può esserci il sole o essere nuvoloso, può fare caldo o freddo, può piovere e esserci vento: le condizioni possono variare più volte durante la giornata. Possiamo dover attendere bagnati e fuori dall'acqua anche per ore in caso di emergenza. E' bene portare un ricambio asciutto di lana o in *pile*: calzini, "maglia del nonno", maglione, berretto; ma anche crema solare!
- Tenere presente che il cotone bagnato addosso assorbe calore e quindi è dannoso in caso di condizioni meteorologiche avverse; la lana invece, anche bagnata, trattiene in parte il calore del corpo.
- Scarpe robuste proteggono piede e caviglie sia a terra, nelle operazioni di imbarco e sbarco, sia in acqua, in caso di rovesciamento.
- Ricordarsi che si sta facendo attività fisica e quindi è bene portare acqua da bere!
- Riscaldarsi prima di ogni partenza, evitare di bagnarsi subito se non adeguatamente equipaggiati, trovare la corretta impostazione in canoa, non forzare, essere decontratti
- Portare con sé in una sacca stagna acqua e cibo adatto, ad es. formaggio stagionato, salumi, pane, biscotti, frutta

## iscrizione alla manifestazione

Trattandosi della XXX edizione, si prevede una partecipazione massiccia, soprattutto nel finesettimana. Per non stravolgere la logistica, il numero di partecipanti può dover essere limitato, dando priorità ai partecipanti all'intera manifestazione e all'ordine di presentazione della domanda di iscrizione. Sul sito e sul gruppo Yahoo! [discesadeltevere](http://discesadeltevere.org) verrà data comunicazione sull'eventuale raggiungimento del tetto di partecipanti. Per dettagli sulle tariffe di iscrizione, noleggi e trasporti, vedere sul sito internet.

Per facilitare l'organizzazione e beneficiare di una quota ridotta, scarica dal sito e invia la domanda di iscrizione, insieme al pagamento, entro il 16 aprile 2009!

## novità 2009 : discesa in bicicletta, in nordic walking, a cavallo !

**Quest'anno si potrà seguire il percorso della valle del Tevere anche via terra: ci saranno infatti gruppi di ciclisti, di camminatori (con la tecnica del nordic walking), di cavalieri, che seguiranno in tutto l'organizzazione generale della Discesa: iscrizioni, pasti, pernottamenti, recupero auto, etc.**

## regolamento di partecipazione CANOA

La Discesa Internazionale del Tevere in Canoa da Città di Castello a Roma è composta da 7 tappe giornaliere di 20-30 km con difficoltà WW I-II-(III). Essa è aperta a tutti i canoisti italiani e stranieri - entro il numero massimo previsto dall'organizzazione - in grado di affrontare le difficoltà indicate e che si attengano al presente regolamento.

**Imbarcazioni ammesse:** sono ammesse canoe di qualunque tipo, purché adatte ad affrontare acque mosse fino al 3° grado, rese inaffondabili e dotate di maniglie in prua e in poppa per il trasporto e il recupero. **Abbigliamento obbligatorio:** tutti i canoisti devono indossare un casco adatto per canoa, un giubbotto salvagente (minima spinta 70 N, consigliata 100 N), robuste scarpe sportive con calzettoni di

---

Presidente CODIT: **Andrea Ricci** tel 339.8808312  
Segretario CODIT: **Bruno Bini** tel 338.8639813



Discesa Internazionale del Tevere  
in canoa da Città di Castello a Roma  
dal 25 aprile al 1 maggio

Comitato Organizzatore DIT  
via Fucino 4b 00199 Roma  
codice fiscale 97374860589  
[www.discesadeltevere.org](http://www.discesadeltevere.org)  
[scrivi@discesadeltevere.org](mailto:scrivi@discesadeltevere.org)  
fax +39.06.62276751

lana, e - solo per i kayak - un paraspruzzi efficiente. **Abbigliamento consigliato:** muta a salopette, maglia in lana o capilene, giacca d'acqua.

La discesa del fiume si effettua in **gruppo** e sarà guidata da canoisti esperti: non dovranno mai essere superati i canoisti indicati dall'organizzazione come "**testa**" e non si dovrà rimanere dietro la "**coda**". I partecipanti dovranno seguire le indicazioni e gli orari dati dall'organizzazione e dalle guide in occasione della riunione serale o mattutina e durante la discesa.

**ATTENZIONE:** la discesa del fiume si fa sotto l'esclusiva propria responsabilità; l'organizzazione non può predisporre un puntuale servizio di assistenza e sicurezza in acqua per l'impossibilità di seguire un gran numero di partecipanti su un percorso così lungo; il partecipante è invitato a seguire le indicazioni date con il presente regolamento e durante la manifestazione.

Per quanto riguarda la **logistica**: si pernotta con materiale proprio in palestre o strutture analoghe, ovvero, per chi lo desidera, nella propria tenda, camper, roulotte. Con pullman è previsto il servizio di recupero degli autisti che, giorno dopo giorno, conducono anticipatamente al punto di sbarco la propria auto. Ogni sera viene organizzata, previa prenotazione, una abbondante cena presso un ente locale.

#### Regole di buon comportamento

- Comunicare l'insorgenza di problemi, siano essi fisici o di attrezzatura
- Rispettare i consigli dei più esperti e le decisioni delle guide
- Non superare mai l'apripista
- Nei passaggi obbligati seguire la traiettoria; passare in fila indiana a distanza di sicurezza di almeno 20 m: se gli ordini o i segnali delle guide non sono chiari o compresi, non fare il passaggio
- Non intervenire nel recupero a bagno di un canoista se non si è capaci di farlo
- Nei trasbordi aspettare il proprio turno, non ammassarsi e non prendere iniziative autonome
- Nei preparativi e nelle soste riporre la pagaia dentro l'imbarcazione

#### regolamento di partecipazione **BICICLETTA**

Quest'anno, per la prima volta, gli amici canoisti ci hanno invitato ad accompagnare la loro discesa pedalando lungo il percorso del fiume. Noi abbiamo accolto l'invito con entusiasmo perché condividiamo lo spirito sportivo che contraddistingue la discesa. Escluso qualsiasi contenuto agonistico, si pedalerà tranquillamente in allegra compagnia, dove è possibile lungo gli argini, altrimenti su strade secondarie, a volte sterrate, lontane (per quanto possibile) dal traffico, fermandosi quando occorre, senza mai superare l'accompagnatore di testa e distanziarsi da quello di coda, rispettando le regole del Codice della Strada. Godere delle bellezze dei paesaggi, naturalistici, artistici e storici del territorio, fare nuove amicizie e un benefico esercizio fisico: queste le principali finalità della nostra discesa. La DIT non è un'agenzia turistica, ma un Comitato senza fini di lucro. Gli accompagnatori sono volontari che desiderano divertirsi come gli altri, perciò chiediamo ai partecipanti spirito di collaborazione e di adattamento e voglia di stare allegramente insieme. I ciclisti dovranno seguire le seguenti semplici e ovvie regole:

- non superare mai l'accompagnatore di testa (chi lo fa rischia di seguire strade non previste portandosi dietro altre persone)
- non attardarsi in coda rispetto alla "scopa", e non lasciare troppo spazio dal ciclista che precede per rimanere uniti
- se si imbocca un'altra strada e ci si accorge che le persone dietro di noi non arrivano, fermarsi a segnalare la direzione
- fermarsi tutte le volte che gli accompagnatori lo ritengano necessario (per aspettare chi va piano o altra evenienza) e ripartire solo al via degli stessi
- durante le soste mettersi in disparte e non invadere la strada
- procedere in "fila indiana" (come previsto dal codice della strada) prestando particolare attenzione in caso di traffico pesante

#### regolamento di partecipazione **NORDIC WALKING**

Il percorso di ogni tappa sarà deciso di volta in volta in base alle condizioni meteo e ad insindacabile giudizio dell'accompagnatore. Il percorso seguirà per quanto possibile la linea fluviale, con digressioni di

---

Presidente CODIT: **Andrea Ricci** tel 339.8808312  
Segretario CODIT: **Bruno Bini** tel 338.8639813



Discesa Internazionale del Tevere  
in canoa da Città di Castello a Roma  
dal 25 aprile al 1 maggio

Comitato Organizzatore DIT  
via Fucino 4b 00199 Roma  
codice fiscale 97374860589  
[www.discesadeltevere.org](http://www.discesadeltevere.org)  
[scrivi@discesadeltevere.org](mailto:scrivi@discesadeltevere.org)  
fax +39.06.62276751

interesse panoramico, storico, culturale. Le tappe avranno uno sviluppo di percorso naturalmente inferiore a quello fluviale; i luoghi di partenza potranno non coincidere con quelli delle canoe. I partecipanti dovranno presentarsi muniti di attrezzatura adeguata: bastoncini da nordic walking, scarpe sportive tipo corsa (non scarponi), zainetto leggero con giacca impermeabile e piccola scorta d'acqua. Durante l'itinerario sarà obbligatorio seguire le indicazioni della guida e non allontanarsi dal gruppo.

## regolamento di partecipazione      **CAVALLO**

### staff

Tenendo conto che l'organizzazione della Discesa è composta da volontari, il partecipante che ha bisogno di informazioni cerchi di soddisfarsi chiedendo dapprima agli altri partecipanti e poi in caso allo staff organizzativo. Salvo variazioni, la distribuzione dei compiti durante la Discesa sarà la seguente:

- |   |                       |             |
|---|-----------------------|-------------|
| • per le iscrizioni:                                  | Antonella Simoni      | 333.3785710 |
| • per le prenotazioni delle cene:                     | Bruno Bini            | 338.8639813 |
| • per info canoa:                                     | Marcello Marcantonini | 346.0237820 |
| • per info bici:                                      | Igino Stefani         | 328.6668386 |
| • per info nordic walking:                            | Claudio Bellucci      | 329.7899031 |
| • per info cavallo:                                   | Maria Emilia Ceppi    | 338.7737117 |
| • per info sugli orari e sulle carovane di automezzi: | Emanuele Fiorini      | 347.9963091 |
| • per gadget e materiale in distribuzione:            | Emanuele Fiorini      | 347.9963091 |
| • per info su Città di Castello:                      | Carlo Bevicini        | 333.6720879 |