

## PROGRAMMA DELLE ATTIVITÀ

### **SCI ALPINO - giovedì 22 febbraio**

Luogo: **PAGANELLA, ANDALO**

**- 8 POSTI**

L'uscita si svolge nel comprensorio sciistico della Paganella che offre una rete di moderni impianti di risalita, con telecabine e seggiovie, e una varietà di piste, da tracciati tranquilli e panoramici a percorsi più impegnativi. Un luogo dove la bellezza delle Dolomiti si fonde con l'emozione dello sci. Nel corso della giornata, è prevista una pausa in uno dei rifugi sulle piste per poi riprendere nel pomeriggio ad esplorare il comprensorio sciistico.

Durante questa attività saranno fornite indicazioni e consigli sui seguenti argomenti:

- ✓ *A chi chiedere informazioni*
- ✓ *A chi appoggiarsi per iniziare*
- ✓ *Traiettoria e velocità in pista*
- ✓ *Come e quando sorpassare*
- ✓ *Dove fare le soste*
- ✓ *Rispetta la segnaletica*
- ✓ *Cosa fare quando si cade*
- ✓ *Dove stare quando devi salire o scendere a piedi*
- ✓ *La chiamata del soccorso piste*
- ✓ *Assicurazione*

Attrezzatura necessaria:

Sci da discesa, scarponi, bastoncini, casco, skipass, occhiali da sole, maschera, guanti

Abbigliamento necessario:

VESTITI A STRATI: calze pesanti, strato termico completo, pantaloni, pile, giacca impermeabile, piumino, guanti di riserva, berretto, occhiali e crema solare.

Ritrovo: Andalo, parcheggio partenza telecabina 2001 (Via Rindole, 1) ore 8:45 già muniti di skipass

### **RESPONSABILI:**

ISTRUTTORE SOCCORSO ALPINO: Sandro De Zolt – 339 6210045 -  
[sandro.dezolt@gmail.com](mailto:sandro.dezolt@gmail.com)

MAESTRO DI SCI: Mauro Romeri – 347 8069820 – [mauro.romeri@live.it](mailto:mauro.romeri@live.it)

### **FREERIDE – venerdì 23 febbraio**

Luogo: **VAL DI FASSA**

**5 POSTI**

Giornata di freeride nelle Dolomiti della Val di Fassa. Con il termine freeride si indica l'attività fuoripista in neve fresca, avente scopo ludico e la ricerca del senso di libertà. Per la risalita si utilizzano gli impianti di risalita e a volte, per brevi tratti, le pelli di foca. Dalla Località Lupo Bianco, si risalirà con gli impianti per raggiungere la zona di Passo Pordoi dove saranno effettuate alcune discese di freeride in base alle condizioni della neve.

Durante questa attività saranno fornite indicazioni e consigli sui seguenti argomenti:

- ✓ *A chi chiedere informazioni*
- ✓ *A chi appoggiarsi per iniziare*
- ✓ *Attrezzatura e saperla usare*
- ✓ *Attrezzatura da autosoccorso in valanga: obbligo normativo*
- ✓ *Info prima della partenza*
- ✓ *Pianificazione della gita e tempi di percorrenza*
- ✓ *Bollettino meteorologico e bollettino valanghe*
- ✓ *Progressione e pericoli (scivolamento, valanghe...)*
- ✓ *Cosa deve esserci nello zaino*

Attrezzatura necessaria:

Sci da freeride, pelli di foca, bastoncini, scarponi da freeride, casco, occhiali da sole, maschera, Artva, pala, sonda.

Abbigliamento necessario:

VESTITI A STRATI: calze pesanti, strato termico completo (ricambio parte alta), pantaloni, pile, giacca impermeabile, piumino, berretto e guanti di riserva, occhiali e crema solare

Ritrovo: Località Lupo Bianco nel parcheggio di fronte all'ovovia Pradel alle ore 8.30 già muniti di skipass

#### **RESPONSABILI:**

ISTRUTTORE SOCCORSO ALPINO: Jacopo Pellizzari – 348 8113173 -

[flyadventures@live.com](mailto:flyadventures@live.com)

GUIDA ALPINA Gianluca Vanzetta 3492158028 [gian.vanzetta@gmail.com](mailto:gian.vanzetta@gmail.com)

#### **CIASPOLATE O TREKKING INVERNALI - sabato 24 febbraio**

Luogo: **PALE DI SAN MARTINO**

**10 POSTI**

Nel cuore del frastagliato gruppo delle Pale di San Martino, si cela un pietoso e suggestivo altopiano di circa 50 km<sup>2</sup> di superficie disseminato di rocce frantumate, conche e rilievi che in condizioni di neve e di tempo favorevoli è un luogo ideale per un'escursione con le ciaspole. L'Altopiano delle Pale è uno dei posti più singolari delle Dolomiti. Quassù, si trova un avallamento dove si registrano le temperature minime più basse d'Italia.

Da San Martino si prendono gli impianti di risalita di Col Verde - Rosetta che portano direttamente a 2600m di quota. Ci si dirige verso il Rifugio Rosetta "Giovanni Pedrotti", inoltrandoci successivamente nell'altopiano in direzione Sud Est e superando un susseguirsi di sali e scendi ci si porta alla base del ghiacciaio della Fradusta. Da qui si rientra al Rifugio Rosetta - dove è previsto un incontro con il rifugista - percorrendo un tracciato differente, per poi fare rientro con gli impianti a San Martino di Castrozza.

Durante questa attività saranno fornite indicazioni e informazioni sui seguenti argomenti:

- ✓ *A chi chiedere informazioni*
- ✓ *A chi appoggiarsi per iniziare*
- ✓ *Tracciati segnalati e controllati*
- ✓ *Attrezzatura e saperla usare*

- ✓ *Attrezzatura da autosoccorsso in valanga: obbligo normativo*
- ✓ *Info prima della partenza*
- ✓ *Pianificazione della gita e tempi di percorrenza*
- ✓ *Bollettino meteorologico e bollettino valanghe*
- ✓ *Progressione e pericoli (scivolamento, valanghe...)*
- ✓ *Cosa deve esserci nello zaino*

Attrezzatura necessaria:

Racchette da neve, bastoncini, scarponi, occhiali da sole, Artva, pala, sonda.

Abbigliamento necessario:

VESTITI A STRATI: calze pesanti, strato termico completo (ricambio parte alta), pantaloni, pile, giacca impermeabile, piumino, berretto e guanti di riserva, occhiali e crema solare

Ritrovo: Partenza dell'impianto Col Verde a San Martino di Castrozza alle ore 9.00  
Pranzo al sacco o a pagamento presso il rifugio.

#### **RESPONSABILI:**

ISTRUTTORE SOCCORSO ALPINO: Davide Depaoli +393494637596 [davide.niki@libero.it](mailto:davide.niki@libero.it)  
GUIDA ALPINA Luciano Gadenz cell. +393497929255 [lucianogadenz51@gmail.com](mailto:lucianogadenz51@gmail.com)

#### **ARRAMPICATA SU GHIACCIO – Domenica 25 febbraio**

Luogo: **VAL BRENTA**

**5 POSTI**

L'anfiteatro ghiacciato della Val Brenta si è ormai affermato come uno dei gioielli per l'arrampicata su ghiaccio. Questo per due motivi in particolare: il luogo straordinariamente suggestivo situato ai piedi del sinuoso spigolo nord del Crozzen di Brenta e la varietà di vie (per tutti i livelli) che consentono di arrampicare sia su cascate appoggiate, adatte ai principianti, che su vie di difficoltà decisamente più elevate.

Si raggiungeranno le cascate con un trekking di 50 min circa, 200m di dislivello e 3 km di sviluppo, fino alla base delle cascate dove è prevista l'attività di arrampicata.

Durante questa attività saranno fornite indicazioni sui seguenti argomenti:

- ✓ *A chi chiedere informazioni*
- ✓ *A chi appoggiarsi per iniziare*
- ✓ *Attrezzatura e saperla usare*
- ✓ *Attrezzatura da autosoccorsso in valanga: obbligo normativo*
- ✓ *Info prima della partenza*
- ✓ *Pianificazione della gita e tempi di percorrenza*
- ✓ *Bollettino meteorologico e bollettino valanghe*
- ✓ *Progressione e pericoli (affollamento e cadute di ghiaccio, valanghe...)*
- ✓ *Manovre base e nodi*
- ✓ *Area Sicurezza*
- ✓ *Cosa deve esserci nello zaino*

Attrezzatura necessaria:

Ramponi, picozze, imbrago, casco, guanti di ricambio, scarponi ramponabili, thermos con te caldo.

Abbigliamento necessario:

VESTITI A STRATI: calze pesanti, strato termico completo (ricambio parte alta), pantaloni, pile, giacca impermeabile, piumino, berretto e guanti di riserva, occhiali e crema solare

Ritrovo: Parcheggio Casa per ferie Prà dela Casa, località Brenta Bassa ad ore 8.30

<https://maps.app.goo.gl/GoYpdgZejqBM1tWW8>

Pranzo al sacco.

### **RESPONSABILI:**

ISTRUTTORE SOCCORSO ALPINO: Stefano Bendetti - 347 0108243 -

[stefanobendetti@gmail.com](mailto:stefanobendetti@gmail.com)

GUIDA ALPINA Simone Banal +39336744251 [banalsimone@gmail.com](mailto:banalsimone@gmail.com)

### **SCI ALPINISMO – lunedì 26 febbraio**

Luogo: **PASSO TONALE**

**5 POSTI**

Completate le operazioni di controllo dell'attrezzatura individuale ed il check Artva, inizieremo l'escursione: con un percorso caratterizzato da moderati sali-scendi che si alternano tra pendii aperti e un bosco rado, raggiungiamo la Malga Valbiolo (2.444 mt.) superando circa 400 mt. di dislivello attivo.

Chi lo desidera potrà "prolungare" l'escursione (di altri 400 mt. di dislivello attivo) puntando all'ampia vallata sopra l'alpeggio, sormontata dal Monte Tonale Occidentale e la Punta d'Albiolo con l'omonima Torre. Alcuni colli e passi possono rappresentare altrettante mete per l'escursione, a seconda delle condizioni d'innevamento ed ambientali, per spaziare con la vista dalla Busazza alla Presanella, emozionanti panorami glaciali. Nella successiva discesa in fuoripista si punta alla Malga Valbiolo per riunire il gruppo; quindi, un ultimo tratto di bella discesa su pista fino al parcheggio.

Durante questa attività saranno fornite indicazioni sui seguenti argomenti:

- ✓ *A chi chiedere informazioni*
- ✓ *A chi appoggiarsi per iniziare*
- ✓ *Tracciati segnalati e controllati*
- ✓ *Attrezzatura e saperla usare*
- ✓ *Attrezzatura da autosoccorso in valanga: obbligo normativo*
- ✓ *Info prima della partenza*
- ✓ *Pianificazione della gita e tempi di percorrenza*
- ✓ *Bollettino meteorologico e bollettino valanghe*
- ✓ *Progressione e pericoli (scivolamento, valanghe...)*
- ✓ *Cosa deve esserci nello zaino*
- ✓ *Utilizzo dei Rampant per gli sci*

Attrezzatura necessaria:

Sci da scialpinismo, pelli di foca, bastoncini, scarponi da scialpinismo, casco, occhiali da sole, maschera, Artva, pala, sonda.

Abbigliamento necessario:

VESTITI A STRATI: calze pesanti, strato termico completo (ricambio parte alta), pantaloni, pile, giacca impermeabili, piumino, berretto e guanti di riserva, occhiali e crema solare

Ritrovo: Parcheggio seggiovia Valbiolo ore 9.00

Pranzo al sacco o a pagamento presso il rifugio.

**RESPONSABILI:**

ISTRUTTORE SOCCORSO ALPINO: Stefano Bendetti - 347 0108243 -

[stefanobendetti@gmail.com](mailto:stefanobendetti@gmail.com)

GUIDA ALPINA Matteo Guardini Cell: 349.3602630 [matteoclimber@msn.com](mailto:matteoclimber@msn.com)

Trento, 14 febbraio 2024