



*Stage Alta Montagna al Monte Rosa*  
*13-14-15 luglio 2018*  
*base al rifugio Gnifetti*

Per un approccio corretto all'alta montagna tre giorni di attività e salite nel gruppo del monte Rosa dove rafforzare le proprie conoscenze inerenti la progressione su ghiacciaio e le relative manovre di sicurezza.

Durante lo stage saranno toccati i seguenti punti:

- tecnica individuale classica nell'utilizzo di piccozza e ramponi
- nodologia, progressione in cordata su ghiacciaio

L'obiettivo finale è di fornire le basi per un approccio corretto all'alta montagna.

### PROGRAMMA

La base di partenza è Gressoney, dove con funivia si salirà fino a punta Indreen ( m. 3266) e poi a piedi in un ora e mezzo circa fino al rifugio Gnifetti (m. 3.647).

- **stage 1° giorno**

arrivo e sistemazione al rifugio. Uscita su ghiacciaio, composizione e progressione della cordata, tecnica individuale classica nell'utilizzo di piccozza e ramponi. Dopo il rientro lezione a secco di recupero da crepaccio.

- **stage 2° giorno**

dal rifugio salita alla Piramide Vincente m. 4.215. Dopo il rientro uscita su ghiacciaio e lezione di recupero da crepaccio

- **stage 3° giorno**

dal rifugio salita alla capanna Margherita a punta Gnifetti m. 4.566. Rientro al rifugio e discesa a valle.

**Il programma sopra descritto può variare in base alle previsioni meteorologiche e alle condizioni della montagna**

## **Attrezzatura necessaria :**

- scarponi ramponabili o semi ramponabili
- ramponi classici con anti zoccolo
- imbragatura bassa
- casco
- zaino 50 litri
- n° 1 piccozza classica
- n° 3 moschettoni ghiera
- n° 3 moschettoni sciolti
- n° 1 bloccante T bloc
- n° 2 cordini kevlar diam 5 cm 160
- n° 1 cordino kevlar diam 5 m 320
- n° 2 fettucce cucite cm 60
- n° 1 fettuccia cucita cm 120
- n° 1 piastrina completa con 2 moschettoni a ghiera
- n° 1 carrucola
- n° 1 vite da ghiaccio
- n° 1 paio guanti (+ guanti scorta)
- pila frontale (+ batterie scorta)
- occhiali da ghiacciaio
- creme protettive
- cappellino sole e cappellino pile
- abbigliamento alta montagna
- snack/barrette per uscite giornaliere
- integratori vari
- borraccia/thermos

Ad esclusione degli scarponi e dell'abbigliamento personale tutta l'attrezzatura tecnica mancante può essere fornita insieme al materiale di gruppo.

**Costo** : con 3 partecipanti € 300,00 + IVA a persona , con 4 partecipanti € 225,00 + IVA a persona. Le spese personali di vitto/alloggio al rifugio, di viaggio, impianti di risalita e spese della Guida Alpina sono a carico e suddivise tra i partecipanti

**Per informazioni Guida Alpina Parolari Roberto**  
**tel. 030/833415 – cell. 335/8339653 – e-mail [info@guidaalpinarobi.it](mailto:info@guidaalpinarobi.it)**  
**[www.guidaalpinarobi.it](http://www.guidaalpinarobi.it)**  
**Facebook Roberto Parolari**