



## GRAN PARADISO - EXPRESS

**Il Gran Paradiso in giornata.  
Un'indimenticabile cavalcata!**

Sei uno sportivo allenato? Sei un appassionato di montagna ma non hai mai solcato la vetta di un 4000? E' un problema assentarti da casa per 2 giorni? Il "Gran Paradiso Express" è il programma che fa per te.

### **Programma:**

- Presentazione e controllo del materiale e dello zaino.
- Ascensione alla vetta e rientro al rifugio
- Pranzo e ridiscesa verso valle

### **Materiale:**

- Zaino 30/35 litri
- Kit da ghiacciaio (ramponi, imbrago e piccozza se necessaria)
- Lampada frontale con pile cariche
- Scarponi da montagna
- Pantaloni da montagna
- Calzamaglia
- maglietta intima (1° strato)
- maglia maniche lunghe (2° strato)
- Maglia tipo Polartec (3° strato)
- Piumino (4° strato)
- Giacca impermeabile tipo GORE TEX (5° strato)

### **Durata:**

1 giorno

### **N.ro partecipanti:**

Massimo 4

### **Punto di ritrovo:**

Da concordare con la guida

### **Livello tecnico:**

Non è richiesta alcuna competenza alpinistica particolare

### **Livello fisico:**

Essere in grado di sostenere agevolmente un ritmo di ascensione pari a circa 500 m./h.

- 2 paia di guanti, uno pesante e uno leggero
- Berretto di lana e buff
- Occhiali da sole
- Crema da sole

**Tariffa:**

- 1 persona: € 450
- 2 persone: €250/pax
- 3 persone: €185/pax
- 4 persone: €150/pax

**La tariffa comprende:**

- Accompagnamento Guida Alpina

**La tariffa non comprende:**

- Transfer al luogo di ritrovo
- Pasti
- Noleggio attrezzatura da ghiacciaio
- Tutto quanto non specificato in "La tariffa comprende"

**Assicurazione:**

E' possibile e consigliabile sottoscrivere la polizza assicurativa di assistenza soccorso, ricerca salvataggio e/o recupero destinata esclusivamente ai clienti accompagnati dalla Guide Alpine della Valle d'Aosta.

<https://www.larcasrl.it/page.asp?ID=45>