



CORSO BASE DI SCI ALPINISMO

Il corso base è dedicato a tutti coloro che, magari annoiati dallo sci su pista, desiderano allargare i propri orizzonti approcciandosi allo scialpinismo in compagnia di un professionista della montagna.

Contenuti del corso:

- Illustrazione della tecnica di progressione di salita;
- Illustrazione della tecnica di discesa;
- Insegnamenti di Autosoccorso in valanga;
- Insegnamenti sulla preparazione di una gita scialpinistica;
- Analisi dei bollettini meteo;
- Insegnamento delle principali nozioni di nivologia.

Materiale:

- Attrezzatura sciistica da sci alpinismo
- Kit sicurezza (arva, pala e sonda)
- Piccozza, ramponi e imbrago quando necessari
- Ramponi
- Rampant
- Pantaloni da scialpinismo
- Sovrapantalone antivento
- Calzamaglia
- Maglietta intima (1° strato)
- Maglia maniche lunghe (2° strato)
- Maglia tipo Polartec (3° strato)

Durata:

- 5 giorni
- 3 giornate singole su week end;
- Un'uscita di 2 giorni con pernottamento in rifugio.

Periodo:

Dicembre / marzo

N.ro partecipanti:

Minimo: 1
Massimo: 6

Punto di ritrovo:

Da concordare con la guida.

Livello tecnico:

Livello di sciata in pista richiesto, piste rosse a sci paralleli e controllo perfetto ad ogni curva. Sciatori abituati a scendere con ogni tipo di neve.

- Piumino (4° strato)
- Giacca impermeabile tipo GORE TEX (5° strato)
- 2 paia di guanti, uno pesante e uno leggero
- Berretto di lana e buff
- Occhiali da sole
- Maschera da sci
- Crema da sole

Tariffa:

da definire in base al numero dei partecipanti

La tariffa comprende:

- Accompagnamento Guida Alpina

La tariffa non comprende:

- Transfer al luogo di ritrovo;
- Pernottamenti in rifugio con trattamento di mezza pensione, per voi e per la Guida;
- Altre spese di rifugio non comprese nel trattamento di mezza pensione, per voi e per la Guida;
- Eventuale noleggio del materiale tecnico;
- 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>

Livello fisico:

Le uscite si svolgeranno su itinerari di circa 800 / 1.000 m di dislivello positivo