



Scuola di Scialpinismo FALC

CORSO DI SCIALPINISMO

Materiali ed equipaggiamento

17 Marzo 2022
CORSO SA2

Davide Peruzzi

PREMESSA - 4 criteri per la scelta del materiale

- PESO
- PRESTAZIONI
- SICUREZZA
- COSTO

ATTREZZATURA TECNICA

- Sci
- Attacco con ski stopper, NO laccetti
- Bastoni - Estendibili
- Scarponi - Suola tipo Vibram
- Pelli di foca Fissaggio Punta e coda
- Rampanti
- Zaino Dimensione 35/45 lt con porta sci e porta picozza

MATERIALE DI SICUREZZA

ARTVA

Pala

- Metallo (Alluminio, NO plastica)
- Manico lungo (estensibile)
- Valutare: peso, resistenza e maneggevolezza

Sonda

- Metallo (alluminio) o Carbonio (punti di giuntura delicati)
- Lunghezza 2,40 mt circa

RICODIAMOCI

Materiali completi e in ordine/affidabili



+ SICUREZZA



+ DIVERTIMENTO

**Una rottura del materiale può compromettere la sicurezza del
singolo e del gruppo che lo accompagna**

**Conoscere bene il proprio materiale permette di non avere
inconvenienti che possono compromettere la buona riuscita
della gita**

ABBIGLIAMENTO

Vestirsi a CIPOLLA



E' molto importante far traspirare il sudore e non fare entrare il vento

ABBIGLIAMENTO DA NON TRASCURARE

Cappello

Scaldacollo

Passamontagna

Occhiali

- Occhiali da sole con protezione UV, Cat 4 o 3
- Maschera con protezione UV, meglio se doppia lente

Guanti

- Due paia: uno da salita e uno da discesa

ATTREZZATURA DA NON DIMENTICARE

LAMPADA FRONTALE

SACCO LENZUOLO (per dormire in rifugio)

TELO TERMICO

BUSSOLA

CARTINA + RELAZIONE ITINERARIO

BOLLETTINO NIVOMETEOROLOGICO

CREMA PROTEZIONE SOLARE + BURRO PER LABBRA CON PROTEZIONE SOLARE

SCIOLINA PER SCI E PELLI

NASTRO ADESIVO TELATO (per riparazioni)

COLTELLO/PINZA MULTIUSO, ACCENDINO

MEDICINALI PERSONALI

TERMOS (consigliato 0,5 lt)

BORRACCIA o CAMELBACK

MACCHINA FOTOGRAFICA

Vediamo se abbiamo dimenticato qualcosa !!

MATERIALE OBBLIGATORIO

ARTVA, PALA E SONDA
SCI CON ATTACCO DA SCIALPINISMO E SKISTOPPER (NO lacci)
PELLI DI FOCA (consigliata: mix lana/sintetico)
RAMPANTI (in base all'attacco e larghezza sci)
BASTONCINI CON RONDELLA LARGA (se estendibili consigliata FlickLock)
SCARPONI DA SCI ALPINISMO (consigliata: predisposizione per attacco Dynafit)
ZAINO 35-45 LT CON PORTA SCI E PORTA PICCA
MASCHERA DA SCI (protezione UV, consigliata doppia lente)
OCCHIALI DA SOLE (protezione UV, Cat. 4 o 3)
LAMPADA FRONTALE
SACCO LENZUOLO (per dormire in rifugio, consigliata: seta)

ABBIGLIAMENTO CONSIGLIATO

CALZE (termiche traspiranti)
PANTALONE INTIMO CALDO (primo strato, NO cotone)
PANTALONE DA SCIALPINISMO (consigliato: traspirante Softshell)
PANTALONE PER CONDIZIONI ESTREME (consigliato: Goretex)
MAGLIA TRASPIRANTE A MANICA LUNGA (primo strato, NO cotone)
RICAMBIO MAGLIETTA E CALZE PER RIFUGIO E RIENTRO
PILE WINDSTPPER
PILE CALDO
GIACCA A VENTO (consigliata 3 strati in Goretex)
GIACCA STRATO MEDIO CALDO COMPRIMIBILE (consigliata: Primaloft)
GUANTI PESANTI
GUANTI PILE (per la salita)
CAPPELLO PER IL FREDDO
CAPPELLO PER IL SOLE
PASSAMONTAGNA
SCALDACOLLO

MATERIALE CONSIGLIATO

TELO TERMICO
BUSSOLA
CARTINA + RELAZIONE ITINERARIO
BOLLETTINO NIVOMETEOROLOGICO
CREMA PROTEZIONE SOLARE
BURRO PER LABBRA CON PROTEZIONE SOLARE
SCIOLINA SCI
SCIOLINA PELLI
NASTRO ADESIVO TELATO (per riparazioni)
COLTELLO/PINZA MULTIUSO
ACCENDINO
MEDICINALI PERSONALI
SALI MINERALI
BARRETTE/CIOCCOLATO etc
TERMOS (consigliato 0,5 lt)
BORRACCIA o CAMELBACK
MACCHINA FOTOGRAFICA

ALTRO

TESSERA CAI PER RIFUGIO
CARTA D'IDENTITA' PER ESTERO

ATTREZZATURA ALPINISTICA PER SA2

IMBRAGO BASSO CON COSCIALI REGOLABILI E CHIUSURA CON FIBBIA DI SICUREZZA

N. 1 LONGE (Spezzone dinamico, ½ corda da 3,2 metri)

RAMPONI CON ANTIZZOCCOLO (PREREGOLATI PER I PROPRI SCARPONI)

N. 1 PICCOZZA DI LUNGHEZZA 45/55 CM

N. 1 PIASTRINA GIGI o tuber evoluto tipo ACT

N. 6 MOSCHETTONI A BASE LARGA/PERA CON GHIERA (RICHIESTI ALMENO TRE)

N. 1 CORDINO IN KEVLAR DIAMETRO 5 MM LUNGHEZZA 1,7 M

N. 1 CORDINO IN KEVLAR DIAMETRO 5 MM LUNGHEZZA 3,0 M

N. 1 FETTUCCIA CUCITA IN DYNEMA DA UN GIRO SPALLA

N. 1 FETTUCCIA CUCITA IN DYNEMA DA DUE GIRO SPALLA

CASCO (OBBLIGATORIO)

N. 2 VITI DA GHIACCIO (NON RICHIESTE)

CHIODI DA ROCCIA, BLOCCHETTI DA INCASTRO O ALTRO MATERIALE IN BASE ALLE DIFFICOLTA' DELLA PARTE ALPINISTICA (NON RICHIESTE)

MEZZA CORDA LUNGA 50 M IDROREPELLENTE (NON RICHIESTA)

CARRUCOLE (NON RICHIESTE)

BANDIERINE, UTILI IN CASO DI POCA VISIBILITA' (NON RICHIESTE)

Fine

Grazie per l'attenzione

Buone gite !!