

## EQUIPAGGIAMENTO SCIALPINISTICO PER L'ALTA MONTAGNA

<b>TIPOLOGIA</b>	<b>CARATTERISTICHE</b>	<b>NOTE</b>
ZAINO	30 – 35 litri	
CASCO	Omologato da alpinismo	
IMBRAGO	Omologato da alpinismo	
PICCOZZA	Classica	
RAMPONI	Acciaio – 10/12 punte	
SCI DA SCIALPINISMO		
PELLI DI FOCA		
RAMPANT		
SCARPONI	Scialpinismo	
ARTVA – PALA – SONDA		
GIACCA IMPERMEABILE	Gore-Tex o similari	“GUSCIO”
GIACCA TERMICA	Piuma o sintetico	
PANTALONI	Resistente al vento	Prevedere un copri pantalone
INTIMO TERMICO	Sintetico e traspirante	Prevedere un ricambio
MAGLIA TECNICA	Sintetico ed elasticizzato	
GILLE' CALDO o MAGLIA IBRIDA	Resistente al vento	
CALZINI	Lunghi al ginocchio	Prevedere un ricambio
GUANTO LEGGERO	Impermeabile e antivento	
GUANTO PESANTE	Termico e impermeabile	
MOFFOLA	Piuma o sintetico	
FASCETTA E SCALDACOLLO		
BERRETTO	Lana e antivento	
OCCHIALI DA SOLE	Consigliata la protezione 4	interessante il fotocromatico
CREMA – STICK LABBRA	Protezione 50 (massima)	
BANCOMAT E CONTANTI	I contanti servono per le emergenze	In Svizzera pagare sempre con bancomat o carta, se possibile
DOCUMENTI E TESSERA CAI		
THERMOS O BORRACCIA	1 litro	
ALIMENTI ENERGETICI	Cioccolato, barrette, frutta secca	
SACCO LENZUOLO		Per il pernottamento
LAMPADA FRONTALE	Almeno 300 lumen	