

**IMPEGNO FISICO**

|              |   |   |
|--------------|---|---|
| <b>BASSO</b> | DISLIVELLO MASSIMO PER TAPPA<br>TEMPO DI MARCIA PER TAPPA | circa <b>600 m</b><br>da <b>3 a 4 ore</b>           |
| <b>MEDIO</b> | DISLIVELLO MASSIMO PER TAPPA<br>TEMPO DI MARCIA PER TAPPA | da <b>700 a 1300 metri</b><br>da <b>4 a 9 ore</b>   |
| <b>ALTO</b>  | DISLIVELLO MASSIMO PER TAPPA<br>TEMPO DI MARCIA PER TAPPA | da <b>1300 a 2100 metri</b><br>da <b>9 a 14 ore</b> |

**DIFFICOLTA' TECNICA**

|                   |  |  |
|-------------------|--|--|
| <b>FACILE</b>     | F – ASCENSIONE <b>FACILE</b><br>PENDENZA SU NEVE O GHIACCIO<br>ARRAMPICATA SU ROCCIA                           | <b>max. 40°</b><br><b>max. III grado</b>             |
| <b>MEDIA</b>      | PD – ASCENSIONE <b>POCO DIFFICILE</b><br>PENDENZA SU NEVE O GHIACCIO<br>ARRAMPICATA SU ROCCIA                  | <b>max. 45°</b><br><b>max. IV grado</b>              |
| <b>MEDIO ALTA</b> | AD – ASCENSIONE <b>ABBASTANZA DIFFICILE</b><br>PENDENZA SU NEVE O GHIACCIO<br>ARRAMPICATA SU ROCCIA            | <b>max. 60°</b><br><b>max. V grado</b>               |
| <b>ALTA</b>       | D – ASCENSIONE <b>DIFFICILE</b><br>PENDENZA SU NEVE O GHIACCIO<br>ARRAMPICATA SU ROCCIA                        | <b>max. 70°</b><br><b>passaggi fino al 6a (UIAA)</b> |
| <b>MOLTO ALTA</b> | TD/ED – ASCENSIONE <b>TANTO/ESTREMAMENTE DIFFICILE</b><br>PENDENZA SU NEVE O GHIACCIO<br>ARRAMPICATA SU ROCCIA | <b>max. 90°</b><br><b>passaggi fino al 6a (UIAA)</b> |

**DIFFICOLTA' SCIISTICA**

|              |  |
|--------------|--|
| <b>BASSA</b> | MSA – MEDIO SCIATORE (ALPINISTA)<br>SCIATORE CON ESPERIENZA BASE NEL FUORI PISTA.<br>ITINERARI CON PENDEZA <b>max. 30°</b> .<br>LIVELLO SCI PISTA <b>PISTE NERE</b><br><b>Possibili brevi tratti alpinistici di salita/discesa con l'uso dei ramponi.</b>            |
| <b>MEDIA</b> | BSA – BUON SCIATORE (ALPINISTA)<br>SCIATORI ESPERTI IN FUORI PISTA, CAPACI DI SCIARE SU TUTTE LE NEVI E SU TERRENI RIPIDI.<br>ITINERARI CON PENDEZA <b>max. 40°</b> .<br><b>Itinerari con tratti alpinistici di salita/discesa con l'uso dei ramponi e piccozza.</b> |
| <b>ALTA</b>  | OSA – OTTIMO SCIATORE ALPINISTA<br>SCIATORI ESPERTI IN FUORI PISTA E AMANTI DEL RIPIDO.<br>ITINERARI CON PENDEZA <b>tra i 40° e i 50°</b> .<br><b>Richiesta esperienza alpinistica, buona padronanza nell'uso di ramponi e piccozze.</b>                             |