



ATTREZZATURE E TECNICHE

A. ELENCO ESAUSTIVO DELLE ATTREZZATURE ALPINISTICHE USATE PER LE TECNICHE ALPINISTICHE E/O PER IL SOCCORSO IN MONTAGNA O L'AUTOSOCCORSO DI UNA CORDATA

Riferimento: Gazzetta ufficiale dell'Unione europea 09.09.2016

Organizzazione europea di normazione:	Riferimento e titolo della norma (e documento di riferimento)
CEN	EN 564:2014 Attrezzatura per alpinismo — Cordino — Requisiti di sicurezza e metodi di prova
CEN	EN 565:2006 Attrezzatura per alpinismo — Fettuccia — Requisiti di sicurezza e metodi di prova
CEN	EN 566:2006 Attrezzatura per alpinismo — Anelli — Requisiti di sicurezza e metodi di prova
CEN	EN 567:2013 e2014 Attrezzatura per alpinismo — Bloccanti — Requisiti di sicurezza e metodi di prova
CEN	EN 568:2015 Attrezzatura per alpinismo — Ancoraggi da ghiaccio — Requisiti di sicurezza e metodi di prova
CEN	EN 569:2007 Attrezzatura per alpinismo — Chiodi — Requisiti di sicurezza e metodi di prova
CEN	EN 892:2012 Attrezzatura per alpinismo — Corde dinamiche per alpinismo — Requisiti di sicurezza e metodi di prova
CEN	EN 893:2010 Attrezzatura per alpinismo — ramponi — requisiti di sicurezza e metodi di prova
CEN	EN 958:2006+A1:2010 Attrezzatura per alpinismo — Dissipatori di energia utilizzati nelle ascensioni per via ferrata — Requisiti di sicurezza e metodi di prova
CEN	EN 1077:2007 Caschi per la pratica dello sci alpino e per lo snowboard
CEN	EN 1891:1998 Dispositivi di protezione individuale per la prevenzione delle cadute dall'alto — Corde con guaina a basso coefficiente di allungamento
CEN	EN 12270:2013 Attrezzatura per alpinismo — Blocchi da incastro — Requisiti di sicurezza e metodi di prova
CEN	EN 12275:2013 Attrezzatura per alpinismo — Connettori — Requisiti di sicurezza e metodi di prova
CEN	EN 12276:2013 Attrezzatura per alpinismo — Ancoraggi regolabili — Requisiti di sicurezza e metodi di prova
CEN	EN 12277:2007 Attrezzatura per alpinismo — Imbracature — Requisiti di sicurezza e metodi di prova
CEN	EN 12278:2007 Attrezzatura per alpinismo — Pulegge — Requisiti di sicurezza e metodi di prova

Organo Giuridico di coordinamento dei Collegi Regionali

CEN	EN 12492:2012 Attrezzature per alpinismo — Caschi per alpinisti — Requisiti di sicurezza e metodi di prova
CEN	EN 13089:2011 Attrezzatura per alpinismo — Utensili da ghiaccio — Requisiti di sicurezza e metodi di prova
CEN	EN 15151-1:2012 Attrezzatura per alpinismo — Dispositivi di frenatura — Parte 1: Dispositivi di frenatura semi-automatici, requisiti di sicurezza e metodi di prova
CEN	EN 15151-2:2012 Attrezzatura per alpinismo — Dispositivi di frenatura — Parte 1: Dispositivi di frenatura semi-automatici, requisiti di sicurezza e metodi di prova

Nota: Le informazioni contenute sono da considerarsi aggiornate alla data di emanazione del presente documento.

B. ELENCO ESAUSTIVO DELLE ATTREZZATURE ALPINISTICHE, DELLE ATTREZZATURE NECESSARIE ALL'UTILIZZO DELLE ATTREZZATURE ALPINISTICHE, DELLE ATTREZZATURE FUNZIONALI ALLE TECNICHE ALPINISTICHE; NON CONFORMI A NORME TECNICHE, MA COMUNEMENTE USATE E DIFFUSAMENTE COMMERCIALIZZATE NEL TERRITORIO COMUNITARIO.

1. Calzature da arrampicata (scarpa avvolgente con allacciatura di precisione, dotata di suola ad alta aderenza, adatta alla sola progressione verticale su roccia)
2. Calzatura da avvicinamento (scarpa bassa o media con allacciatura di precisione, dotata di suola ad alta aderenza adatta a camminare e all'arrampicata facile)
3. Zaino da alpinismo
4. Zaino da sci-alpinismo

C. ELENCO ESAUSTIVO DELLE ATTREZZATURE CHE AGEVOLANO LA PROGRESSIONE.

1. Racchette da neve (comunemente dette Ciaspole)
2. Bastoncini telescopici o fissi. Sono esclusi i bastoncini da Nordic-walking, quando utilizzati a fini specificamente sportivi o di fitness e non per attività alpinistiche o su itinerari escursionistici di difficoltà superiore al grado "T" turistico di cui alla
3. Mountain bike e E-bike.
4. Splitboard

D. ELENCO ESAUSTIVO DELLE ATTREZZATURE NECESSARIE PER L'UTILIZZO DELLE ATTREZZATURE ALPINISTICHE

1. Scarponi rigidi, ramponabili
2. Scarponi semirigidi, ramponabili;
3. Martello da roccia
4. Estrattore per blocchi da incastro



E. ELENCO ESAUSTIVO DELLE ATTREZZATURE PER LO SCI-ALPINISMO O PER LO SCI FUORIPISTA (AL DI FUORI DEGLI IMPIANTI SCIISTICI)

1. Sci da sci-alpinismo, telemark, freeride, escursionismo
2. Attacchi da sci per le tipologie di cui al punto 1
3. Scarponi da sci-alpinismo e freeride
4. Scarponi da telemark e sci-escursionismo qualora idonei ad essere abbinati a ramponi
5. Snowboard, Splitboard
6. Pelli sintetiche per sci, comunemente dette "pelli di foca"
7. Ramponi applicabili a sci da scialpinismo, comunemente detti "rampant"
8. Bastoncini telescopici o fissi o da sci

F. ELENCO DEI DISPOSITIVI, DELLE ATTREZZATURE DI SICUREZZA O DI SOPRAVVIVENZA IN VALANGA

1. A.R.T.VA (apparecchio di ricerca travolti in valanga) apparecchio elettronico ricetrasmittente
2. Sonda da valanga
3. Pala da valanga
4. Zaino con Air-bag
5. Avalung (respiratore/filtro d'aria d'emergenza)

G. ELENCO DELLE TECNICHE ALPINISTICHE, DI ARRAMPICATA, DI CANYONING E SCI-ALPINISTICHE

Riferimenti:

- *Profilo professionale e standard formativo della Guida alpina di cui agli allegati Profilo Professionale della Guida alpina (em1_rev1_15/12/2016) e Profilo Professionale della Guida alpina specializzata in canyoning (em1_rev1_15/12/2016), depositati al Ministero vigilante, Presidenza del Consiglio dei Ministri - Dipartimento Affari Regionali, Autonomie e Sport;*
- *Testi tecnico didattici del Collegio Nazionale Guide Alpine Italiane approvati con delibere del 1998 e 2002.*

1. Tecniche di arrampicata su roccia e arrampicata sportiva di cui:
Progressione fondamentale
Sostituzione
Progressione a triangolo
Progressione laterale
Posizione omolaterale e compensi
Progressione in fessura
2. Tecniche di arrampicata su ghiaccio e arrampicata sportiva (piolet traction) di cui:
Progressione fondamentale
Sostituzione
Progressione a triangolo
Progressione laterale
Posizione omolaterale e compensi
Progressione evoluta su terreno misto (dry-tooling)
Situazioni particolari
3. Tecniche di progressione su neve e ghiaccio con piccozza e ramponi (tecnica classica):
Camminare su neve frontalmente e in diagonale
Progressione frontale con i ramponi punte a piatto e piccozza in appoggio

Organo Giuridico di coordinamento dei Collegi Regionali



- Progressione frontale con i ramponi punte avanti e piccozza in appoggio
 - Progressione diagonale con i ramponi punte a piatto
 - Progressione incrociata anteriore
 - Inversione di direzione faccia a valle e faccia a monte
 - Gradinamento
 - Progressione incrociata sulla massima pendenza
 - Progressione mista
 - Discesa faccia a valle, piccozza a mancorrente
 - Progressione frontale con una piccozza in trazione
 - Progressione frontale con due attrezzi in appoggio
 - Progressione frontale alternata e all'ambio
 - Progressione su terreno misto
4. Tecniche di canyoning
- Tecniche di salto
 - Tecniche di scivolo (toboga)
 - Posizionamento ancoraggi in torrente
 - Sistemi fissi :
 - Sistema fisso delle guide
 - Sistema fisso con maniglie (jumar)
 - Sistema fisso con nodo in battuta
 - Allungamento dell'ancoraggio (otto e stainer)
 - Posizionamento della corda nelle maglie di calata
 - Sistemi svincolabili e misti:
 - Discensore in battuta
 - Mezzo barcaiolo con asola e controasola
 - Sistema svincolabile su doppia corda con Maniglie
 - Sistema svincolabile con giunzione di corde Sistemi complessi
 - Sistemi di Autosoccorso :
 - Svincolo con taglio delle corde in carico su una sosta
 - Autosoccorso in calata su corda indipendente
 - Autosoccorso in calata su corde in tensione
5. Tecniche scialpinistiche e di sci fuori pista di cui:
- Tecniche di salita
 - PRINCIPI GENERALI
 - Passo alternato
 - Inversioni
 - MODELLI MOTORI 1° LIVELLO
 - Passo di giro
 - Dietro front a E
 - Dietro front a Y
 - Dietro front a Y di coda
 - Dietro front a valle
 - MODELLI MOTORI 2° LIVELLO
 - Passo di giro in 3 tempi
 - Super-dietrofront
 - Tecniche di discesa
 - PRINCIPI GENERALI:
 - Schemi di base



Movimenti alto - basso

Inclinazioni

Rotazioni

MODELLI MOTORI 1° LIVELLO:

Virata

Virata delle guide

Passo di giro

Dietro front da fermo

MODELLI MOTORI 2° LIVELLO:

Cristiana di base

Curva saltata

MODELLI MOTORI 3° LIVELLO:

Curva guidata

Curva freeride

Curva saltata con raccolta

6. Tecniche di sicurezza per la progressione e per l'autosoccorso della cordata e dei gruppi

NODI:

Asola di bloccaggio e contro-asola

Bachman

Barcaiolo

Bocca di lupo

Bellunese, nodo derivato: Blake

Bulino, bulino infilato, bulino semi-infilato, e Bulino a metà corda

Cuore

Dei pacchi

Delle guide semplice

Delle guide doppio

Delle guide con frizione

Farfalla

Inglese a contrasto

Mezzo inglese o nodo scorsoio o a strozzo

Machard direzionale e bidirezionale

Mezzo barcaiolo

Orecchie di coniglio

Fettuccia

Palla

Prusik, nodo derivato: knut, Schwabisch o Prusik asimmetrico

Treccia

Treccia valdostana, nodi derivati: Distel,

METODI DI ASSICURAZIONE

Progressione in conserva (corta, media e lunga) su roccia, su neve e su ghiaccio

Progressione su via ferrata

Assicurazione al primo e al secondo di cordata

Traversata assicurata, di cui: corde mobili, corde fisse, teleferiche,

Discesa in corda doppia

Discesa assicurata (scarrucolo)

Corda rinviata (Moulinette)

Manovra di sicurezza su ancoraggi non apribili

Corde fisse



Collegamenti di punti di ancoraggio: inglese, inglese con terzo punto, mobile, semimobile, fisso, con machard al vertice a 3 e 4 punti.

Ancoraggi a contrasto (controventature) e collegamenti in serie.

Ancoraggio ad anello

Ancoraggio da abbandono

Ancoraggi a corpo morto

Clessidre su ghiaccio

Sicura a spalla

TECNICHE DI AUTOSSOCCORSO della cordata e nell'attività di canyoning

Risalita di una corda

Soccorso al primo di cordata

Soccorso al secondo di cordata

Soccorso in crepaccio

Trasporto di un infortunato in corda doppia e corda rinviata

Paranchi, di cui:

paranco veloce

paranco semplice

paranco doppio

paranco con triangolo

Ricerca e disseppellimento di travolti in valanga

Allestimento di un bivacco di fortuna: igloo, truna e buca

TECNICHE DI NAVIGAZIONE

Strumenti di orientamento classici (bussola e altimetro)

Strumenti di orientamento moderni (GPS)

Carta topografica

H. ELENCO DEI DISPOSITIVI DI PROTEZIONE CONTRO LE CADUTE DALL'ALTO E DELLE NORME AD ESSI COLLEGATE

Organizzazione europea di normazione:	Riferimento e titolo della norma (e documento di riferimento)
CEN	EN 341:2011 Dispositivi individuali per la protezione contro le cadute - Dispositivi di discesa per salvataggio
CEN	EN 353-1:2014 Dispositivi individuali per la protezione contro le cadute — Dispositivi anticaduta di tipo guidato comprendenti una linea di ancoraggio — Parte 1: Dispositivi anticaduta di tipo guidato comprendenti una linea di ancoraggio rigida
CEN	EN 353-2:2002 Dispositivi di protezione individuale contro le cadute dall'alto — Dispositivi anticaduta di tipo guidato comprendenti una linea di ancoraggio flessibile
CEN	EN 354:2010 Dispositivi individuali per la protezione contro le cadute — Cordini
CEN	EN 355:2002 Dispositivi di protezione individuale contro le cadute dall'alto — Assorbitori di energia
CEN	EN 358:1999 Dispositivi di protezione individuale per il posizionamento sul lavoro e la prevenzione delle cadute dall'alto — Cinture di posizionamento sul lavoro e di trattenuta e cordini di posizionamento sul lavoro
CEN	EN 360:2002 Dispositivi di protezione individuale contro le cadute dall'alto — Dispositivi anticaduta di tipo retrattile

Organo Giuridico di coordinamento dei Collegi Regionali

CEN	EN 361:2002 Dispositivi di protezione individuale contro le cadute dall'alto — Imbracature per il corpo
CEN	EN 362:2004 Dispositivi di protezione individuale contro le cadute dall'alto — Connettori
CEN	EN 363:2008 Dispositivi individuali per la protezione contro le cadute — Sistemi individuali per la protezione contro le cadute
CEN	EN 364:1992 Dispositivi di protezione individuale contro le cadute dall'alto — Metodi di prova
CEN	EN 365:2004 Dispositivi di protezione individuale contro le cadute dall'alto — Requisiti generali per le istruzioni per l'uso, la manutenzione, l'ispezione periodica, la riparazione, la marcatura e l'imballaggio
CEN	EN 388:2003 Guanti di protezione contro rischi meccanici
CEN	EN 397:2012+A1:2012 Elmetti di protezione per l'industria
CEN	EN 795:2012 Dispositivi individuali per la protezione contro le cadute — Dispositivi di ancoraggio
CEN	EN 813:2008 Dispositivi di protezione individuale per la prevenzione dalle cadute dall'alto — Cinture con cosciali
CEN	EN 1497:2007 Dispositivo di protezione individuale contro le cadute — Imbracature di salvataggio
CEN	EN 1868:1997 Dispositivi di protezione individuale contro le cadute dall'alto — Lista dei termini equivalenti
CEN	EN 1891:1998 Dispositivi di protezione individuale per la prevenzione delle cadute dall'alto — Corde con guaina a basso coefficiente di allungamento
CEN	EN 12841:2006 Dispositivi di protezione individuale per la prevenzione delle cadute dall'alto — Sistemi di accesso con fune — Dispositivi di regolazione della fune per il posizionamento sul lavoro

I. ELENCO DELLE TECNICHE DI DERIVAZIONE ALPINISTICA

Riferimenti:

- *Decreto legislativo 81/2008 articolo 116 e allegato XXI, LINEA GUIDA PER L'ESECUZIONE DI LAVORI TEMPORANEI IN QUOTA CON L'IMPIEGO DI SISTEMI DI ACCESSO E POSIZIONAMENTO MEDIANTE FUNI;*
- *Profilo professionale e standard formativo della Guida Alpina specializzata come formatore nell'ambito della sicurezza nei lavori in quota, depositato al Ministero vigilante, Presidenza del Consiglio dei Ministri - Dipartimento Affari Regionali, Autonomie e Sport;*
- *Manuali tecnici di sostegno didattico, adottati per la formazione dei lavoratori di cui alla delibera del Collegio Nazionale Guide Alpine Italiane n.23 del 03/12/2014.*

TECNICHE DI LAVORO E SALVATAGGIO IN SITI NATURALI E ARTIFICIALI

A. NODI

1. nodo delle guide con frizione



- B. MOVIMENTO SU LINEE DI ACCESSO FISSE
 - 1. Discesa autonoma
 - 2. Discesa autonoma con fune di aiuto
 - 3. Risalita con auto paranco
 - 4. Risalita semi assistita
 - 5. Risalita con uso dei bloccanti
 - 6. Uso della tecnica mista
 - 7. Rinvio
 - 8. Tecnica a V

- C. MOVIMENTO SU LINEE DI ACCESSO MOBILI.
 - 1. Discesa assistita
 - 2. Risalita assistita

- D. TECNICHE DI REALIZZAZIONE DEGLI ANCORAGGI PER LE FUNI.
 - 1. Nodi di terminazione ed intermedi per collegamento agli ancoraggi
 - 2. Ancoraggio passante
 - 3. Ancoraggio a strozzo
 - 4. Frazionamento (costruzione, passaggio in discesa e salita)
 - 5. Ancoraggi svincolabili
 - 6. Collegamento degli ancoraggi
 - 7. Strozzo diretto della fune

- E. ACCESSO IN SICUREZZA AI LUOGHI DI REALIZZAZIONE DEGLI ANCORAGGI
 - 1. Cordini con assorbitore
 - 2. Progressione orizzontale per installazione di linee di accesso

- F. APPLICAZIONE DI TECNICHE DI SOLLEVAMENTO, POSIZIONAMENTO E CALATA MATERIALI
 - 1. Uso della fune di servizio con pulegge e bloccanti

- G. TECNICHE DI EVACUAZIONE
 - 1. Auto evacuazione d'emergenza
 - 2. Sblocco dei sistemi di Tipo A

- H. TECNICHE DI SALVATAGGIO AUTONOMO VERSO IL BASSO. DIRETTO E RINVIATO (contrappeso)
 - 1. Vittima su: discensore tipo C
 - 2. Vittima su: bloccante tipo B
 - 3. Vittima su: bloccate scorrevole tipo A
 - 4. Vittima su: tecnica a V
 - 5. Superamento in discesa di frazionamenti con salvataggio autonomo

- I. TECNICHE DI SALVATAGGIO ASSISTITO
 - 1. Salvataggio assistito verso il basso
 - 2. Salvataggio assistito verso l'alto (uso di paranchi multipli esterni)

- J. TECNICHE DI EVACUAZIONE
 - 1. Auto evacuazione d'emergenza
 - 2. Sblocco dei sistemi di Tipo A

- K. TECNICHE DI SALVATAGGIO AUTONOMO VERSO IL BASSO. DIRETTO E RINVIATO (contrappeso)
 - 1. Vittima su: discensore tipo C
 - 2. Vittima su: bloccante tipo B



3. Vittima su: bloccate scorrevole tipo A
 4. Vittima su: tecnica a V
 5. Superamento in discesa di frazionamenti con salvataggio autonomo
- L. UFC 9. TECNICHE DI SALVATAGGIO ASSISTITO
1. Salvataggio assistito verso il basso
 2. Salvataggio assistito verso l'alto (uso di paranchi multipli esterni)

TECNICHE DI LAVORO E SALVATAGGIO SU ALBERI

- A. INSTALLAZIONE DEGLI ANCORAGGI
1. Strozzo diretto della fune
 2. Strozzo diretto con recupero
 3. Ancoraggio passante
 4. Ancoraggio a strozzo
 5. Ancoraggio svincolabile
 6. Frazionamento
- B. TECNICHE DI INSTALLAZIONE DELLE FUNI
1. Lancio della fune
 2. Lancio del sagolino
 3. Installazione delle funi
 4. Moulinette o corda raddoppiata
 5. Esclusione della moulinette o strozzo di sicurezza
- C. TECNICHE DI PROGRESSIONE
1. Auto paranco
 2. Progressione alternata
 3. Progressione per piccoli lanci
 4. Progressione per piccoli lanci con uso del capo libero
 5. Progressione in traversata autonoma con posizionamento
 6. Auto svincolo di ritorno
 7. Tecnica a V
 8. Rinvio
 9. Progressione in abbattimento del fusto
- D. TECNICHE DI DISINSTALLAZIONE DELLE FUNI
1. Recupero dello strozzo diretto delle funi
 2. Recupero della moulinette con strozzo di sicurezza
- E. SIMULAZIONE DI SVOLGIMENTO DI ATTIVITÀ LAVORATIVA
1. sollevamento dell'attrezzatura di lavoro e applicazione di tecniche di
- F. TECNICHE DI SALVATAGGIO AUTONOMO E ASSISTITO VERSO IL BASSO. DIRETTO E RINVIATO (contrappeso)
1. Salvataggio su branca
 2. Salvataggio su fusto
 3. Salvataggio su tecnica a V
 4. Salvataggio in contrappeso



TERMINI, DEFINIZIONI E GRADI DI DIFFICOLTÀ

ALPINISMO

ITINERARIO ALPINISTICO

Termini equivalenti: VIA.

Linea ideale che si segue o si individua, per raggiungere una meta prestabilita, ad esempio una cima, in cui per la progressione (verticale o orizzontale) si ricorre alle tecniche alpinistiche e, per la sicurezza, alle attrezzature alpinistiche; nonché alle proprie conoscenze circa l'ambiente in cui si pratica l'attività, anche in rapporto alla propria preparazione fisica, all'isolamento, alla quota altimetrica, ai pericoli oggettivi, alle possibili vie di fuga e quelle di rientro.

Molti itinerari escursionistici, possono richiedere tecniche ed attrezzature alpinistiche, qualora il terreno sia innevato e/o ghiacciato o, ad esempio, presenti tratti da superare per mezzo della tecnica alpinistica di arrampicata su roccia.

Scala di difficoltà

Scala UIAA (Unione Internazionale Associazioni Alpinistiche) delle difficoltà alpinistiche

In arrampicata la scala numerica (ossia la classificazione della difficoltà da superare) descrive e riassume "asetticamente" l'impegno massimo richiesto nei passaggi o nei tratti dell'itinerario di roccia interessato. Il grado di difficoltà viene strettamente correlato alle capacità tecniche e motorie richieste all'alpinista/arrampicatore per compiere quell'itinerario.

Tale tipo di classificazione risulta insufficiente a descrivere percorsi di carattere molto vario o di particolare complessità. Ne sono un esempio le vie di roccia in alta quota o quella di stampo prettamente alpinistico nelle quali si alternano tratti di arrampicata su roccia a tratti di arrampicata su neve o ghiaccio.

Per portare a termine un tale genere di salite, infatti, può non essere sufficiente godere della necessaria tecnica "arrampicatoria" e "padroneggiare" il grado massimo previsto su roccia. Questo perché, in un percorso di stampo alpinistico, possono incidere sulla difficoltà della salita sia i pericoli oggettivi sia altri fattori legati a lunghezza della via, tipo di chiodatura, possibilità di ritirata, isolamento, difficoltà di avvicinamento e di discesa, pericoli oggettivi, reperibilità, modificazioni (crolli) della via e altri fattori.

In particolare per le spedizioni alpinistiche extra-europee bisogna considerare attentamente anche le difficoltà legate all'altissima quota.

Per fornire un riassunto della difficoltà complessiva di tali salite, ossia per dare una valutazione d'insieme in cui il "grado tecnico" sia solo una delle tante componenti, è stata adottata dall'UIAA la seguente scala di origine francese:

Grado	Significato (FR-IT)	Descrizione
F	facile - facile	Nessuna difficoltà particolare su roccia; pendii di neve e ghiaccio fino a 30°, ma l'utilizzo di materiale d'alpinismo (casco, corda, ramponi, piccozza) è necessario
PD	peu difficile - poco difficile	Alcune difficoltà alpinistiche su roccia e/o neve; roccia fino a grado II, pendii di neve e ghiaccio fino a 35° - 40°
AD	asséz difficile - abbastanza difficile	Difficoltà alpinistiche sia su roccia che su ghiaccio; roccia fino a grado III, pendii di neve e ghiaccio tra 40° e 50°
D	difficile - difficile	Difficoltà alpinistiche più sostenute sia su roccia che su ghiaccio; roccia fino a grado IV-V o 4c-5a-5b, pendii di neve e ghiaccio tra 50° e 70°

TD	trés difficile - molto difficile	Difficoltà alpinistiche molto sostenute sia su roccia che su ghiaccio; roccia fino a grado V-VI, pareti di ghiaccio tra 70° e 80°
ED	extremement difficile - estremamente difficile	Difficoltà alpinistiche estreme sia su roccia che su ghiaccio; roccia oltre grado VI-VII, pareti di ghiaccio fino a 90°
ABO (EX)	(abominable - abominevole) (exceptionnellement difficile - eccezionalmente difficile)	Difficoltà alpinistiche eccezionali sia su roccia che su ghiaccio; pareti di ghiaccio e roccia strapiombanti, arrampicata su roccia oltre grado VII; protezioni particolarmente precarie

ARRAMPICATA

ARRAMPICATA

Tecnica alpinistica per scalare una parete rocciosa o di ghiaccio o un pendio innevato o erboso in cui per la progressione si usano appigli e appoggi o ramponi e utensili da ghiaccio. Implica la conoscenza dei modelli motori, la conoscenza e competenza nell'uso delle attrezzature alpinistiche, la capacità di valutare la qualità degli appigli e degli appoggi, la conoscenza dei pericoli ambientali.

ARRAMPICATA SPORTIVA

Gesto atletico che concatena passaggi di arrampicata, con o senza soluzione di continuità, finalizzato al completamento dell'itinerario senza cadere o appendersi sulla corda. La pratica di questa attività può essere fine a se stessa ovvero come libera espressione motoria (da cui arrampicata libera) quale insieme di tecnica, forza ed eleganza gestuale o per allenamento all'arrampicata. Per la progressione verticale e/o orizzontale si usano le sole asperità (appigli e appoggi) della roccia. Implica la conoscenza dei modelli motori, la conoscenza delle attrezzature alpinistiche specifiche. Si pratica su siti naturali appositamente attrezzati o in strutture artificiali progettate e destinate allo scopo, in entrambi i casi dove vi sono ancoraggi di sosta e protezione già installati.

ITINERARIO DI ARRAMPICATA

Termini equivalenti: VIA DI ROCCIA O GHIACCIO, ARRAMPICATA SU ROCCIA O GHIACCIO, SCALATA SU ROCCIA O GHIACCIO, BOULDER, BLOCCO.

Linea definita o da ricercare, collegante più punti di sosta, che si segue fino al suo termine. Il termine può essere posto indifferentemente su una vetta o al termine o al centro di una vasta parete rocciosa. L'arrampicatore che la percorre può disporre di punti intermedi rinvio o doverli predisporre o integrare, per ridurre la distanza di caduta in caso perda la presa sulla roccia o sul ghiaccio. L'arrampicata si definisce libera, ovvero senza ausilio di mezzi artificiali per la progressione; artificiale, ovvero con l'ausilio di mezzi per la progressione.

In entrambi i casi, ai fini della sicurezza, si ricorre alle attrezzature alpinistiche ed alle proprie conoscenze circa l'ambiente in cui si pratica l'attività, anche in rapporto alla propria preparazione fisica ed ai pericoli oggettivi.

Scala di difficoltà

Scala UIAA delle difficoltà di arrampicata (ex Welzenbach)

Grado	Descrizione
I	E' la forma più semplice dell'arrampicata: si devono usare frequentemente le mani per mantenere l'equilibrio e richiede una valutazione preventiva della qualità della roccia prima di appoggiarvi il piede
II	Inizia l'arrampicata vera e propria: è necessario spostare un arto per volta con una corretta impostazione dei movimenti. Appigli (per le mani) ed appoggi (per i piedi) sono abbondanti
III	La struttura rocciosa è più verticale, appigli e appoggi sono più radi ma con una certa possibilità di scelta nei passaggi e nei movimenti
IV	Appoggi ed appigli cominciano ad essere esigui: è richiesta una certa tecnica nel superare passaggi con strutture rocciose particolari (camini, fessure, spigoli...)
V	L'arrampicata diventa delicata e tecnica (placche ecc.) e richiede anche forza fisica (opposizione di forze con i diversi arti). Il passaggio deve essere esaminato preventivamente
VI	Richiede una buona preparazione fisica completata da un minimo di tecnica ed esperienza: l'arrampicata può essere molto delicata con combinazione di movimenti ben studiati, o di forza per la presenza di strapiombi
VII	Appoggi e appigli sono molto distanziati: doti di equilibrio e tecniche di aderenza sono fondamentali unite ad una preparazione specifica che sviluppi molta forza anche nelle dita
VIII - XI	Da qui le difficoltà aumentano sino a superare (ormai), il X Grado. A partire da questo grado ci si misura senza dubbio con vie estremamente "pesanti", composte da appigli esigui e non per tutti. È necessaria grande forza e resistenza di braccia oltre che ottima tecnica nei movimenti. L'XI Grado è riservato a poche persone, appigli e appoggi obbligati di una difficoltà estrema

ITINERARIO DI ARRAMPICATA SPORTIVA

Itinerario evidente, provvisto di ancoraggi di protezione e ancoraggi di sosta, definito da due punti di cui, uno di partenza ed uno di arrivo o termine.

Si distinguono due tipologie di itinerario: Mono-tiro e Multi-tiro.

Mono-tiro

Itinerario, ad andamento pressoché lineare, in cui il punto di partenza è alla base della parete rocciosa caratterizzato da:

1. facilità di accesso;
2. possibilità di assumere una posizione di sicurezza da parte del Secondo;
3. presenza di un solo ancoraggio di sosta, che costituisce il termine dell'itinerario;
4. garanzia di ritorno alla base o zona limitrofa sia dalla sommità sia da qualsiasi altro punto.

Il mono-tiro si compone, oltre all'ancoraggio di sosta, di un numero variabile di ancoraggi di protezione preventivamente posizionati lungo il percorso. Detti ancoraggi sono infissi in modo da facilitare il Primo nel passaggio della corda nei rinvii e posti ad una distanza prestabilita in modo da ridurre la distanza di caduta e/o l'impatto contro parti della conformazione rocciosa.

Multi-tiro

Gli itinerari di arrampicata multi-tiro sono composti dal susseguirsi di singole lunghezze di corda con sviluppo ascensionale, verticale, pseudo-verticale o orizzontale, organizzati da un punto di ancoraggio di sosta ad un altro. È un concatenamento di mono-tiri con similitudine per quanto attiene gli ancoraggi



di protezione e una marcata differenza per quanto attiene gli ancoraggi di sosta. La via di discesa, in condizioni di sviluppo dell'itinerario o conformazione della parete stessa che richiederebbero complesse e manovre di corda, può essere per vie alternative (sentieri o altre vie di calata); in altri casi la via di salita può essere designata allo scopo della discesa.

Scale di difficoltà

Scala dell'arrampicata su roccia (francese)

I tratti di arrampicata sportiva chiamati itinerari o vie (passi o sequenza nel bouldering) si classificano per grado di difficoltà complessiva nel percorrere il tratto convenzionalmente stabilito, in continuità, senza riposi o cadute intermedie.

La classificazione dell'itinerario è basata sulla media dei giudizi di ripetizione, conoscendone tutti gli aspetti dopo varie ripetizioni. Maggiore abilità è riconosciuta a chi percorre l'itinerario senza cadute non conoscendone le caratteristiche.

Le scale di difficoltà variano in base alle differenti nazioni o località di pratica, ma possono essere facilmente comparate. La scala di difficoltà attualmente più in uso in Italia è quella francese, che utilizza numeri arabi dal 2 al 9 seguiti da lettere minuscole "a", "b", "c" oltre al simbolo + per definire le variazioni intermedie (es. 6a, 6a+, 6b, 6b+, 6c, ecc.)

Grado	Significato	Descrizione
2	Difficoltà moderata	Qui incomincia l'arrampicata; si passa dall'orizzontale al verticale, bisogna sentire il baricentro e usare correttamente i piedi, la regola dei tre punti fissi (si muove un solo arto alla volta) diventa indispensabile. Gli appoggi e gli appigli sono molto abbondanti.
3	Difficoltà marcata	Conoscenza della progressione fondamentale con due appoggi, con bilanciamento e con spaccata, della sostituzione di base e della dülfer di base. È necessario predisporre punti di sosta ben attrezzati ed è consigliato l'utilizzo di protezioni intermedie nei tratti più esposti. Aumenta la pendenza della parete, eccezionalmente addirittura verticale; appigli e appoggi iniziano a diminuire; i passaggi si possono generalmente affrontare in diversi modi.
4	Difficoltà grande	Conoscenza della progressione a triangolo, della sostituzione e della dülfer evolute. La presenza di difficoltà più sostenute e continue richiede la capacità di assicurare in modo dinamico il proprio compagno e l'impiego corretto e sistematico delle protezioni intermedie. Appigli ed appoggi diminuiscono ancora; inizia ad essere necessaria una buona tecnica applicata alle diverse conformazione rocciose. Arrampicata spesso difficile e faticosa che richiede impegno. È necessario esaminare la parete prima di affrontare la progressione
5a - 5b - 5c - 6a - 6b - 6c	Difficoltà molto grande	Buona conoscenza della progressione a triangolo, della progressione laterale e della progressione in fessura. La presenza di lunghi tratti difficili richiede oltre alla tecnica anche un buon allenamento. Appigli e appoggi diventano ancora più rari e obbligano a una arrampicata composta da movimenti precisi e ben studiati. Richiede buona tecnica ed esperienza.
7a - 7b - 7c - 8a - 8b - 8c	Da estremamente difficile in su	Le capacità tecniche devono essere sempre più raffinate, complete e abbinate a una crescente preparazione fisica.

Organo Giuridico di coordinamento dei Collegi Regionali



Scala dell'arrampicata su ghiaccio (canadese)

Si applica sia alle cascate di ghiaccio che alle vie di ghiaccio in alta montagna.

Difficoltà d'ambiente:

Grado	Descrizione
I	Via breve, con facile accesso e discesa
II	Via di uno o due tiri, con facile accesso e pochi pericoli oggettivi
III	Via di più tiri, con avvicinamento lungo e possibili pericoli oggettivi
IV	Via di più tiri, con avvicinamento impegnativo e pericoli oggettivi
V	Via di più tiri in alta montagna, con avvicinamento e discesa difficili e con molti pericoli oggettivi
VI	Via di più tiri in alta montagna con possibile bivacco, richiede una elevata esperienza alpinistica per gli alti pericoli oggettivi

Difficoltà tecnica:

Grado	Descrizione
1	Pendenze fino a 50°-60°, necessaria la conoscenza dell'uso di ramponi e piccozza
2	Pendenze fino a 60°-70°, ghiaccio buono, facilità nel collocare protezioni e soste
3	Pendenze fino a 70°-80°, ghiaccio generalmente solido con buone protezioni e soste, tratti ripidi intervallati da zone appoggiate
4	Pendenze fino a 75°-85°, tratti verticali fino a 10 metri, protezioni buone
5	Un tiro particolarmente difficile, pendenze fino a 85°-90°, tratti verticali fino a 25 metri, protezioni discrete
6	Più tiri particolarmente difficili, tratti verticali oltre 30 metri, ghiaccio fragile e protezioni precarie

Scala dell'arrampicata su misto

Grado	Descrizione
M1	Poca pendenza, uso occasionale delle mani per bilanciarsi
M2	Poca pendenza, buone prese per mani e piedi
M3	Pendenze maggiori ma non ancora necessarie le piccozze
M4	Pendenze maggiori, talvolta verticali, e necessaria conoscenza delle tecniche di dry-tooling
M5	Pendenze verticali continue e grande utilizzo del dry-tooling
M6	Pendenze verticali continue con alcuni passaggi più difficili
M7	Pendenze verticali e strapiombanti con sezioni molto difficili
M8	Presenza di tetti e sezioni ancora più impegnative
M9	Grande tetto o sezione molto tecnica su piccoli appigli
M10	Tetto fino a dieci metri o lunga sezione molto tecnica su piccoli appigli
M11	Tetto ancora più grande e grande impegno atletico
M12	Un M11 con boulder e movimenti dinamici
M13	La massima difficoltà, tetto continuo con boulder, movimenti dinamici e tecnici

SITO DI ARRAMPICATA SPORTIVA.

Termini equivalenti: PALESTRA DI ARRAMPICATA, FALESIA.

Area naturale pubblica o privata, con asperità o pareti rocciose su cui sono stati attrezzati itinerari di arrampicata sportiva. Può essere composta di più settori purché limitrofi. Generalmente identificabile con nomi che richiamano una zona o uno specifico toponimo o più raramente un nome di fantasia.

Organo Giuridico di coordinamento dei Collegi Regionali



VIA FERRATA

Itinerario alpinistico in cui l'ascensione è resa più facile e sicura con dei mezzi artificiali infissi nella roccia, disposti in modo pressoché continuo". Si compone di ancoraggi, collegati tra loro da un cavo metallico, costituenti una linea di ancoraggio. La linea può presentare andamenti verticali, orizzontali ed obliqui ed essere usata per la progressione facilitata ulteriormente da agevolatori, come scale (verticali), gradini, corrimano, catene.

Possiamo distinguere diversi tipi di via ferrata:

- ferrata "tipo Dolomiti" con minime attrezzature di ausilio all'arrampicata, nelle quali il cavo è teso fra chiodo e chiodo e svolge la doppia funzione di assicurazione e di aiuto per la progressione;
- ferrata "tipo francese", con forte impiego di materiale artificiale; corrimani e gradini quasi dovunque per facilitare la progressione. Il cavo ha solo funzione di assicurazione, infatti, il tratto tra chiodo e chiodo, non è fissato in tensione, bensì a formare un'ansa (ansa a monte di ogni chiodo in modo da eliminare l'impatto moschettone-chiodo, in caso di caduta).

Scala di difficoltà

Posto che una via ferrata è da considerarsi un itinerario alpinistico, si conviene che la scala applicabile sia la scala UIAA.

CANYONING

CANYONING

Termini equivalenti: TORRENTISMO.

Attività che consiste nella discesa di torrenti, gole, forre, canyon con o senza la presenza di acqua.

Richiede la conoscenza di tecniche acquatiche e di tecniche di derivazione alpinistica:

tecniche acquatiche si riferiscono al nuoto e ai tuffi;

tecniche di derivazione alpinistica dove per la progressione si usano attrezzature alpinistiche o di derivazione alpinistica.

Implica la conoscenza e competenza nell'uso delle attrezzature alpinistiche e specifiche, la capacità di valutare gli aspetti legati all'acquaticità e la conoscenza dei pericoli ambientali.

ITINERARIO DI CANYONING

Termini equivalenti: FORRA, VAIO, CANYON, TORRENTE, GOLA, PERCORSO TORRENTISTICO, ITINERARIO DI TORRENTISMO.

Itinerario o percorso che si sviluppa in un tratto di alveo di torrente, rio, fiume, con o senza la presenza di acqua, percorribile a piedi, senza l'ausilio di natanti o altri sussidi di galleggiamento.

Il percorso è frequentemente o totalmente delimitato da pareti rocciose, con scarse possibilità di vie di fuga e presenta dislivelli negativi (cascate, salti rocciosi, scivoli rocciosi e traversate in parete) per il superamento dei quali è necessaria l'installazione preventiva di ancoraggi. La sicurezza e la progressione, prevalentemente in discesa, necessitano di tecniche alpinistiche, di cui alcune adattate all'eventuale presenza di acqua o getti, soprattutto per la gestione di eventuali emergenze. Nei tratti di modesta difficoltà e con sufficiente presenza di acqua la progressione avviene anche a nuoto o con tuffi controllati.

Scala di difficoltà

La scala delle difficoltà tiene in considerazione i tre elementi che caratterizzano il tratto di torrente nel quale si svolge l'itinerario: verticalità, acquaticità, impegno.

Organo Giuridico di coordinamento dei Collegi Regionali



La verticalità e quindi la complessità delle manovre in corda da effettuare per la discesa in sicurezza è espressa dalla lettera "V" seguita da un numero da 1 a 7 (in casi eccezionali può essere anche maggiore di 7) indicante il grado di difficoltà crescente legato alla verticalità.

L'acquaticità è intesa come la complessità delle manovre da effettuare in acqua e la presenza di passaggi particolarmente complessi, per effetto di getti d'acqua o correnti nei quali è necessario l'ausilio di corde e mancorrenti al fine di garantire la progressione in sicurezza. Il grado di difficoltà è espresso dalla lettera "A" seguita da un numero da 1 a 7 (la scala è aperta verso l'alto) indicante il grado di difficoltà crescente legato all'acquaticità.

L'impegno complessivo è determinato dall'isolamento generale del canyon, dal tempo di percorrenza necessario e dalla complessità delle manovre necessarie per prestare soccorso in caso di incidente. Il grado di difficoltà è espresso da una cifra romana da I a VI (la scala è aperta verso l'alto).

GRUPPO

Nella disciplina del canyoning, si può procedere come gruppo di persone che scendono insieme il canyon.

Le progressioni possono essere sostanzialmente due:

1. Progressione pari livello - gli elementi del gruppo sono tutti capaci di muoversi autonomamente e conoscono le tecniche di sicurezza specifiche per la progressione in torrente, collaborano tra loro nella gestione degli ancoraggi, delle manovre di corda e della gestione della sicurezza in acqua.
2. Progressione accompagnata – la guida alpina specializzata canyoning, conduce i componenti del gruppo nella discesa del torrente curandone l'avanzamento in sicurezza nei tratti in cui ci si muove camminando o nuotando e gestendo con tecniche specifiche le manovre in cascata, con utilizzo della corda, nonché il posizionamento delle linee (corde) temporanee di sicurezza (corrimano) per l'avvicinamento ai punti di calata.

ESCURSIONISMO

SENTIERO ATTREZZATO

Sentiero o percorso segnalato in cui si cammina, quindi dove si pratica l'escursionismo, che presenta tratti o punti, non superiori al 10% della sua interezza, con esposizione al rischio di caduta o dove in caso di scivolata la persona può proiettarsi al di fuori dello stesso, quindi precipitare. Rientra in questa categoria ogni tipo di itinerario che non ha le caratteristiche della via di arrampicata o della via ferrata.

Scala di difficoltà

Scala delle difficoltà escursionistiche del CAI

Il Club Alpino Italiano ha adottato, a livello nazionale, una scala per distinguere le difficoltà escursionistiche degli itinerari, che esprime una valutazione sul grado di difficoltà. Questa scala tiene conto di tre parametri oggettivi fondamentali: il dislivello, la distanza planimetrica, la segnaletica del percorso.

Il Collegio Nazionale Guide Alpine Italiane, se pur riconosce e adotta la scala delle difficoltà escursionistiche del CAI, descrive diversamente la difficoltà "EEA"; distinguendo così il sentiero per la pratica escursionistica, dalla via ferrata, attribuendo a quest'ultima inequivocabile accezione alpinistica. Ciò allo scopo di escludere "zone grigie" di interpretazione semantica.

Grado	Significato	Descrizione
T	Sentiero turistico	Escursionismo alla portata di tutti. Itinerari che si sviluppano su stradine, mulattiere o comodi sentieri. Sono percorsi abbastanza brevi, ben evidenti e segnalati che non presentano particolari problemi di orientamento
E	Sentiero escursionistico	Itinerari che si svolgono su sentieri in genere segnalati. Si snodano su terreno vario (boschi, pascoli, ghiaioni). Possono esservi brevi tratti con neve, facili e non pericolosi in caso di scivolata. Sono escursioni che possono svolgersi su pendii ripidi, anche con brevi tratti esposti; questi sono però protetti e non richiedono l'uso di attrezzatura alpinistica. Questi itinerari richiedono una certa abitudine a camminare in montagna, richiedono un certo senso di orientamento e occorre avere un equipaggiamento adeguato. Costituiscono la maggioranza dei percorsi escursionistici che si snodano in montagna
EE	Sentiero per escursionisti esperti	Itinerari non sempre segnalati e che richiedono una buona capacità di muoversi sui vari terreni di montagna. Possono essere sentieri o anche labili tracce che si snodano su terreno impervio o scosceso, con pendii ripidi e scivolosi, ghiaioni e brevi nevai superabili senza l'uso di attrezzatura alpinistica. Necessitano di una buona esperienza di escursioni in montagna, fermezza di piede, un buon senso d'orientamento e occorre avere un equipaggiamento adeguato
EEA	Itinerario per escursionisti esperti con attrezzatura	Itinerari che ricomprendono tratti attrezzati per i quali è necessario ricorrere all'uso di tecniche e di attrezzature alpinistiche

SCI ALPINISMO E SCI FUORIPISTA

SCI ALPINISMO

Tecnica di derivazione alpinistica per muoversi in montagna durante i periodi di innevamento sia in salita che in discesa in cui per la progressione si usano sci, attacchi e scarponi opportuni, pelli di foca e altri utensili specifici. Implica la conoscenza dei modelli motori, la conoscenza e competenza nell'uso delle attrezzature alpinistiche e sci-alpinistiche, la capacità di valutare la qualità della neve, la conoscenza dei pericoli ambientali.

SCI FUORIPISTA

Termini equivalenti: FREERIDE.

Attività che si pratica fuori dalle piste segnalate e battute, in neve fresca, utilizzando sci da discesa, sci da telemark e snowboard specifici. Per la risalita si utilizzano gli impianti di risalita e, per brevi tratti, le ciaspole (racchette da neve) o le pelli di foca, oppure l'elicottero. Implica la conoscenza dei modelli motori, la conoscenza e competenza nell'uso delle attrezzature sci-alpinistiche, la capacità di valutare la qualità della neve, la conoscenza dei pericoli ambientali.

ITINERARIO DI SCI ALPINISMO

Linea ideale che si segue o si individua, per raggiungere una meta prestabilita, ad esempio una cima, in cui per la progressione si ricorre alle tecniche sci alpinistiche e, per la sicurezza, alle attrezzature alpinistiche e sci alpinistiche; nonché alle proprie conoscenze circa l'ambiente in cui si pratica l'attività, anche in rapporto alla propria preparazione fisica, all'isolamento, alla quota altimetrica, ai pericoli oggettivi, alle possibili vie di fuga e quelle di rientro.

Scala di difficoltà

Scala Blachère

Per la valutazione delle difficoltà presentate dagli itinerari scialpinistici si descrive la tradizionale scala Blachère che viene adottata nella maggior parte delle guide di sci alpinismo; la difficoltà di un itinerario fa riferimento ad una situazione di normalità cioè a buona visibilità e vento debole con condizioni di neve discrete ma non particolarmente favorevoli. Tuttavia, nella giornata scelta per effettuare l'escursione la situazione reale potrebbe presentare delle condizioni peggiori; ad esempio visibilità ridotta oppure forte vento, neve ghiacciata oppure crostosa o pesante o gessosa. Si tenga presente che le difficoltà di discesa sono spesso determinate più dal tipo di neve che dall'inclinazione del pendio. La scala Blachère assegna a ogni itinerario un grado di difficoltà per descrivere complessivamente una serie di parametri quali la lunghezza e il dislivello dell'itinerario, la ripidezza e la continuità dei pendii, la presenza di tratti esposti, eventuali pericoli oggettivi. La scala adotta poi la lettera "A" (alpinista) nel caso in cui siano previste difficoltà di carattere alpinistico, che implicano, oltre all'uso di attrezzatura idonea anche l'eventuale necessità di progredire in cordata, attraversamento di ghiacciai crepacciati, tratti di arrampicata, superamento di pendii ghiacciati, ecc.:

Grado	Significato	Descrizione
MS	per medi sciatori	terreno caratterizzato da pendii aperti di pendenza moderata e dislivelli contenuti
BS	per buoni sciatori	terreno con inclinazione fino a 35°; lunghezza e dislivelli discreti. In taluni punti si richiede una buona tecnica di discesa
OS	per ottimi sciatori	terreno ripido, tratti esposti, passaggi obbligati, lunghezza e dislivello sostenuti; in taluni punti si richiede di curvare ed arrestarsi in breve spazio e nel punto voluto
MSA (°)	per medi sciatori alpinisti	per raggiungere la cima potrebbe essere necessario proseguire a piedi su percorso di roccia o di misto
BSA (°)	per buoni sciatori alpinisti	l'itinerario presenta, oltre all'impegno sciistico previsto per un BS, anche caratteri alpinistici: percorso di ghiacciaio, di creste, di tratti rocciosi
OSA (°)	per ottimi sciatori alpinisti	l'itinerario presenta, oltre all'impegno sciistico previsto per un OS, anche caratteri alpinistici: percorso di ghiacciaio, di creste, di tratti rocciosi, crepacci terminali.

(°) Nello scialpinismo l'aggiunta della lettera "A" sta a significare che l'itinerario ha carattere alpinistico: alta montagna, ghiacciaio, cresta; per cui è necessario l'uso di imbracatura ed eventualmente di ramponi e piccozza

ITINERARIO DI SCI FUORIPISTA

Termini equivalenti: ITINERARIO DI FREERIDE, LINEA DI DISCESA.

Linea ideale che si segue o si individua, per scendere una montagna, un pendio, un canalone o canale, in cui per la progressione si ricorre alle tecniche dello sci fuoripista e sci alpinistiche e, per la sicurezza, alle attrezzature alpinistiche e sci alpinistiche; nonché alle proprie conoscenze circa l'ambiente in cui si pratica l'attività, anche in rapporto alla propria preparazione fisica, all'isolamento, alla quota altimetrica, ai pericoli oggettivi, alle possibili vie di fuga e quelle di rientro.

Scala di difficoltà

Scala "Volo" o "Toponeige"

Questa valutazione, inventata da Volodia Shashahani, si basa principalmente su tre parametri:

1. la difficoltà della parte sciistica derivante dall'inclinazione del pendio e della lunghezza;
2. l'esposizione del pendio;
3. la difficoltà della salita (vedere scala difficoltà scialpinistica e alpinistica).



La valutazione della difficoltà di discesa è suddivisa in 5 livelli. I primi tre livelli sono a loro volta suddivisi in 3 sottolivelli ed esprimono le difficoltà dello sci-fuoripista classico. Il quarto livello identifica lo sci ripido classico ed è anch'esso suddiviso in tre sottolivelli. Il quinto livello rappresenta lo sci estremo e i suoi sottolivelli non hanno limiti.

I gradi di valutazione tecnica sono:

Grado	Descrizione
1 (1.1, 1.2, 1.3)	pendii molto semplici e larghi con passaggi mai superiori a 30°. Dislivello totale inferiore a 800m ed esposizione nulla
2 (2.1, 2.2, 2.3)	pendii senza difficoltà tecniche e nessun passaggio raggiunge i 35°. Dislivello ed esposizione possono diventare significativi.
3 (3.1, 3.2, 3.3)	sono presenti passaggi tecnici e pendii fino a 35° anche molto lunghi, con eventuali brevi tratti a 40-45°
4 (4.1, 4.2, 4.3)	è lo sci di canale o sci ripido classico. Pendii a 40° molto lunghi con brevi passaggi fino a 50°
5 (5.1, 5.2, 5.3, 5.4,)	pendii a partire da 45° molto lunghi con passaggi ad almeno 50°

La scala di valutazione dell'esposizione si suddivide in 4 gradi:

Grado	Descrizione
E1	non presenta grossi ostacoli, pendio uniforme e ben raccordato
E2	la linea di discesa presenta una piccola barra rocciosa che, saltata, non comporta rischio di urto violento
E3	rischio certo di saltare una barra rocciosa o sbattere violentemente contro roccia o ghiaccio. Mai cadere!
E4	presenza di barre rocciose o ghiacciate molto alte o multiple, terminali alte e aperte. Mai cadere!

ALTRI TERMINI E DEFINIZIONI

ANCORAGGIO DI SOSTA

Termini equivalenti: SOSTA.

Punto di fermo della progressione già attrezzato o da attrezzare o da implementare con protezioni, atto a sostenere il carico statico dei componenti la cordata e il carico dinamico in caso di caduta nella fase di arrampicata del primo di cordata.

Si compone di un singolo punto o, più frequentemente, da più punti collegati tra di loro.

Può assolvere la funzione di ancoraggio per la discesa, se adeguatamente predisposto. Può essere usato per l'autosoccorso della cordata.



ANCORAGGIO DI DISCESA

Punto di partenza per la discesa in corda doppia o di calata. Può essere usato per l'autosoccorso della cordata.

ANCORAGGIO DI PROTEZIONE

Termini equivalenti: ANCORAGGIO DI RINVIO.

Punto in cui il Primo devia la corda per ridurre la distanza di caduta propria o la caduta pendolare del secondo. È la composizione di un dispositivo di ancoraggio, un collegamento e uno o due connettori.

Nota. Un rinvio può essere ottenuto semplicemente passando la corda su uno spuntone di roccia o un albero che, in caso di caduta, la stessa li intercetti tendendosi su di essi.

ANCORAGGIO di PROGRESSIONE

Ancoraggio, la cui tenuta non è idonea all'arresto di una caduta ma che viene sottoposto ad un carico statico (il peso dell'arrampicatore che lo ha posto), mediante il quale si supera un passaggio di particolare difficoltà o tratti di roccia privi di appigli e/o appoggi.

CORDATA

L'unione di due o più persone per mezzo di una corda.

La cordata in una arrampicata su roccia o su ghiaccio, prevede un primo e uno o due secondi collegati alle estremità della/e corda/e.

La cordata in una progressione in conserva, prevede due componenti alle estremità della corda ed eventuali altri componenti distribuiti nel mezzo, in funzione del tipo di terreno e dei rischi.

Tipi di progressione in cordata.

Monotiro;

Moulinette;

A tiri, a due e tre persone;

A tiri, a grappolo;

In serie, con bloccante;

In conserva su ghiacciaio

In conserva su: roccia facile, ferrate, pendii di neve e creste.

Si distinguono tre tipologie di cordata:

CORDATA DI PARI LIVELLO, in cui il primo e il secondo hanno le stesse capacità ed esperienza;

CORDATA CON LEADER, in cui il primo ha capacità ed esperienza superiore al secondo e agli altri eventuali componenti;

CORDATA DI ACCOMPAGNAMENTO, in cui vi è almeno una Guida Alpina.

PRIMO DI CORDATA o CAPOCORDATA

Colui che in salita affronta le difficoltà rischiando di cadere (sia in modo rettilineo sia in modo pendolare), pone gli ancoraggi di protezione, di progressione se del caso, di sosta. Posizionatosi in sicurezza sull'ancoraggio di sosta, provvede a recuperare il/i secondo/i mantenendogli la corda in tensione.



SECONDO DI CORDATA

Colui che progredisce seguendo il primo di cordata. La corda (manovrata dal primo) gli proviene dall'alto e ne impedisce la caduta rettilinea; può tuttavia rischiare di compiere cadute a pendolo nei tratti orizzontali o obliqui. Quando è posizionato in sicurezza sull'ancoraggio provvede a gestire i sistemi di frenatura della corda del Primo. In arrampicata sportiva su mono-tiri svolge la funzione primaria di gestione dei sistemi di frenatura sulla corda per la sicurezza e la discesa del Primo.

PROGRESSIONE IN CONSERVA

Termini equivalenti: IN o DI CONSERVA, CONSERVA.

Progressione orizzontale (in escursionismo) o alpinistica o sci-alpinistica, che prevede il collegamento di due o più persone per mezzo di una corda. Si utilizza in ghiacciaio, su roccia e su neve. Questa tecnica si basa sul principio della prevenzione della caduta; allo scopo è necessario che la corda, tra i componenti della cordata, sia mantenuta sempre tesa o semi tesa, al fine di trattenere una scivolata e/o impedire una caduta.

Molto utile a limitare lo spazio di movimento su tratti di sentiero esposto o, necessaria in caso di accompagnamento di minori su sentieri, anche facili, ma che possono presentare nelle immediate vicinanze zone esposte al rischio di caduta.

Non vi è limite di numero dei componenti di una cordata che progredisce in conserva.

Al solo titolo esemplificativo si tenga presente che, ad esempio nella progressione in ghiacciaio, una cordata di solo due persone deve adottare misure di sicurezza maggiori di una cordata di 5 persone.

Si distinguono tre tipi di progressione in conserva:

1. Progressione continua, ovvero senza soluzione di continuità, in cui i componenti si muovono contemporaneamente tutti insieme;
2. Progressione a piccoli salti, in cui il capocordata compie brevi tratti e, trovato un punto di sosta, assume una posizione di sicurezza e recupera a se gli altri componenti.

In entrambi i casi, la cordata procede mantenendo almeno un ancoraggio di rinvio tra un componente e l'altro, servendosi, per gli ancoraggi, di mezzi accessori naturali (spuntoni di roccia, alberi) o artificiali (chiodi, blocchi da incastro, corpi morti) o semplicemente garantendo, tramite gli attriti, una condizione di contrappeso in caso di scivolata di un componente o di caduta in un crepaccio.

3. Progressione professionale. Tecnica specifica della Guida Alpina, che oltre alle precedenti tipologie prevede anche una progressione in conserva corta, usata in caso di uno o due clienti, atta ad impedire il principiare di una scivolata.

PASSAGGIO DI ARRAMPICATA

Termini equivalenti: PASSO.

Movimento tra una posizione di riposo/ristabilimento e l'altra.

TIRO DI ARRAMPICATA

Termini equivalenti: LUNGHEZZA DI CORDA.

Tratto di arrampicata compreso tra due ancoraggi di sosta o tra la base della parete e il primo ancoraggio di sosta.