

# Preparare un'escursione estiva

*Tre sono le fasi fondamentali per pianificare e portare a termine con successo un'escursione nella stagione estiva*

## Scelta della gita

**STAGIONE** ▶ Tenere conto del periodo dell'anno, delle condizioni della stagione in corso, della quota a cui si trova la neve, delle ore di luce disponibili, delle esposizioni più favorevoli. **METEO** ▶ Consultare il bollettino meteorologico, tenere conto anche delle condizioni meteorologiche dei giorni precedenti che possono aver modificato lo stato del terreno (fango, ghiaccio...); in particolare prestare attenzione alla previsione di temporali, al passaggio di fronti freddi, che possono abbassare repentinamente la temperatura anche di una decina di gradi, e al vento forte che in montagna può soffiare a raffiche particolarmente intense. **GRUPPO** ▶ Fare mente locale sui compagni di gita: numero, età, capacità tecniche e formazione, equipaggiamento, esperienza alpina, condizione psicofisica del momento, disciplina nell'adozione di misure precauzionali, capacità di affrontare situazioni critiche, conoscenza reciproca.

## Preparazione della gita

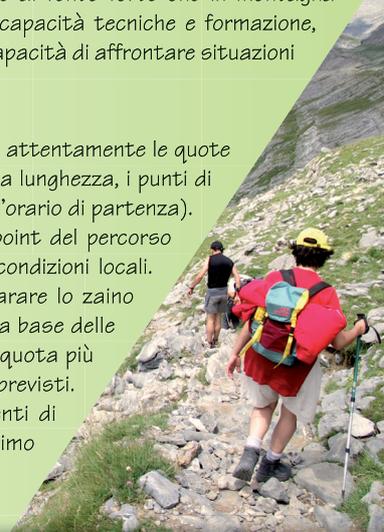
**ITINERARIO** ▶ Studiare l'itinerario sulle carte topografiche con le descrizioni disponibili, valutare attentamente le quote di partenza e arrivo, i tratti più impegnativi o esposti, le fasce rocciose, le strade o mulattiere, la lunghezza, i punti di appoggio, i percorsi alternativi. Tenere conto della frequentazione e del tempo di percorrenza (scegliendo di conseguenza l'orario di partenza).

Appuntarsi alcuni punti riconoscibili dell'itinerario e le relative quote come check point del percorso in caso di diminuzione della visibilità. Informarsi da esperti locali/rifugisti sulle condizioni locali.

In caso di gita di più giorni prenotare il rifugio. **EQUIPAGGIAMENTO** ▶ Preparare lo zaino con cura la sera precedente, scegliendo l'abbigliamento e l'alimentazione sulla base delle condizioni meteorologiche previste, del terreno su cui ci si muoverà e della quota più alta che si raggiungerà, con un margine per poter affrontare eventuali imprevisti.

Non dimenticare relazione dell'itinerario, carta topografica e strumenti di orientamento. Una pila, un telo termico, un telefono e materiale di primo soccorso non devono mai mancare.

## 1. Pianificazione della gita a tavolino



## 2. Alla partenza

### Verifica delle condizioni sul posto

sono quelle che vi aspettavate? Controllate in particolare la visibilità, lo stato del cielo, la presenza di vento in quota e cercate di valutare eventuali segni di peggioramento del tempo. **GRUPPO** ▶ I compagni di gita sono effettivamente quelli previsti? Sono tutti informati dell'itinerario? Ci sono persone più deboli per età, condizioni fisiche o preparazione alla montagna? Sono tutte dotate di abbigliamento ed equipaggiamento adeguato? Ci sono altri gruppi che si incamminano sullo stesso itinerario? **ORIENTARSI** ▶ Aprire la carta topografica, orientarla e riconoscere i punti visibili (le cime, i corsi d'acqua, i sentieri...). Tarare l'altimetro, avviare il GPS. Riconoscere il punto di partenza, verificare la segnaletica presente. Chiedere eventuali informazioni. **EQUIPAGGIAMENTO** ▶ L'equipaggiamento è adeguato? Non abbiamo dimenticato niente? Abbiamo qualcosa in più da prestare eventualmente ai compagni?



**STAGIONE** ▶ Controllare le condizioni alla partenza e osservare le montagne circostanti, la quota della neve, la presenza di ghiaccio. **METEO** ▶ Le condizioni meteorologiche

lo stato del cielo, la presenza di vento in quota e cercate di valutare eventuali segni di peggioramento del tempo. **GRUPPO** ▶ Durante il percorso verificare le condizioni fisiche dei compagni, riconoscendo particolari segni di stanchezza o disagio. Sostare più frequentemente per tenere unito il gruppo. **ORIENTARSI** ▶ Verificare frequentemente sulla carta dove vi trovate, la quota e riconoscere il passaggio da punti evidenti (incrocio di sentieri, case, fontane, ruscelli...). Tarare frequentemente l'altimetro. Fissare e memorizzare dei punti precisi, che saranno utili per il ritorno, ad esempio quando ci si inoltra a piedi in un fitto bosco. **PERCORSO** ▶ Le condizioni dell'itinerario sono come quelle che vi aspettavate? Condizioni ambientali particolari (freddo intenso, ghiaccio...) lo rendono più impegnativo e quindi è necessario più tempo del previsto per percorrerlo? Seguire l'itinerario scelto, senza deviare dal sentiero o dalla mulattiera. Se smarrite la strada è necessario ritornare sui propri passi fino ad un punto noto. Verificate costantemente i tempi di percorrenza, valutate eventuali ritardi.

## 3. Condotta della gita

### Comportarsi

**METEO** ▶ Controllare costantemente le condizioni meteorologiche e la loro variabilità. Verificare se quanto previsto sta effettivamente verificandosi rispettando le tempistiche. Valutare eventuali segni di peggioramento del tempo. **GRUPPO** ▶ Durante il percorso verificare le condizioni fisiche dei compagni, riconoscendo particolari segni di stanchezza o disagio. Sostare più frequentemente per tenere unito il gruppo. **ORIENTARSI** ▶ Verificare frequentemente sulla carta dove vi trovate, la quota e riconoscere il passaggio da punti evidenti (incrocio di sentieri, case, fontane, ruscelli...). Tarare frequentemente l'altimetro. Fissare e memorizzare dei punti precisi, che saranno utili per il ritorno, ad esempio quando ci si inoltra a piedi in un fitto bosco. **PERCORSO** ▶ Le condizioni dell'itinerario sono come quelle che vi aspettavate? Condizioni ambientali particolari (freddo intenso, ghiaccio...) lo rendono più impegnativo e quindi è necessario più tempo del previsto per percorrerlo? Seguire l'itinerario scelto, senza deviare dal sentiero o dalla mulattiera. Se smarrite la strada è necessario ritornare sui propri passi fino ad un punto noto. Verificate costantemente i tempi di percorrenza, valutate eventuali ritardi.

*Rinunciare alla gita, qualora non si fosse in buone condizioni fisiche, la fatica fosse eccessiva, il tempo peggiorasse, i compagni fossero in difficoltà, è un'opzione da considerare.*