



Monte Alben – Canale Ilaria (Bergamo)

DOMENICA 02/02/2025



Sezione di Crema

Difficoltà	Dislivello	Quota	Tempi	Percorso
II, neve a 45°	1100m D+	MAX 2000m	Salita 3h30m Discesa 2h	Da Cornalba lungo canale W
Iscrizioni	n. partecipanti - limiti	Ritrovo/Partenza		Trasporto
3489024394 Fabio	10	Parcheggio ospedale di crema 06:00		Condivisione auto
Coordinatore/i	Equipaggiamento			Costi
3489024394 Fabio	Descritto in descrizione			Guida Alpina Soci Cai 50€ non soci 70€

COME SAREMO VESTITI DURANTE GIORNATA?

Ho redatto un facile elenco sull'abbigliamento da indossare che garantisce comodità e sicurezza durante la fasi del giorno: Berretto, occhiali da sole, maglia termica, pile, scaldacollo, guanti, pantaloni lunghi, sovrapantaloni (se in possesso), scarponi da trekking impermeabili, guscio antipioggia/vento.

COSA METTIAMO NELLO ZAINO?

Servirà uno zaino da 25/30 litri per riuscire a farci stare tutto ciò che ci servirà durante il giorno:

1.5 litri di acqua / tè caldo, giacca piumino o sintetica, crema solare, pranzo, snack e barrette, eventuali medicine personali

ATTREZZATURA

L'attrezzatura individuale da avere con sé è la seguente:

- Kit Artva, Pala e Sonda, con batterie cariche al 100%
- Imbragatura da alpinismo a norma e in buono stato
- Casco da Alpinismo a norma e in buono stato
- Ramponi, in buono stato e adatti allo scarpone in possesso
- Piccozza, in buono stato
- Cordino/longe della piccozza
- Bastoncini telescopici

Nel caso si fosse sprovvisti dell'attrezzatura individuale la guida può noleggiarla al costo di 15€ per la giornata.

L'attrezzatura comune per la sicurezza della cordata è messa a disposizione dalla guida e compresa nel prezzo (corda, moschettoni, rinvii, longe, dispositivi frenanti e dispositivi autobloccanti)

Avvertenze