



In falesia con la guida - Sebino (BG)

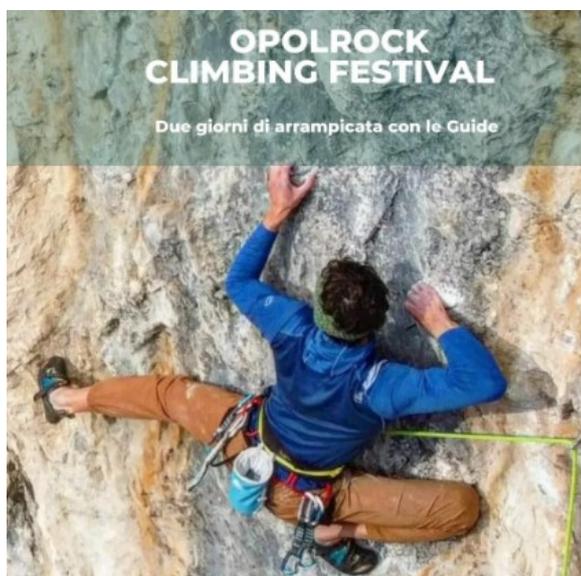
DOMENICA 05/10/2025



Sezione di Crema

Difficoltà	Dislivello	Quota	Tempi	Percorso
Dal 4C in su	100 D+	MAX 500 m	Salita 20m Discesa 10m	Avvicinamento zero
Iscrizioni	n. partecipanti - limiti	Ritrovo/Partenza		Trasporto
3464261186 Marcello 3332873911 Stefano	12	Parcheggio ospedale di crema 8:30		Condivisione auto
Coordinatore/i	Equipaggiamento			Costi
3464261186 Marcello 3332873911 Stefano	Descritto in descrizione			Costo di trasporto da condividere

In occasione dell'Oplorock Climbing Festival saremo alla falesia sebino, dove l'a. Guida Alpina Fabio Trivieri farà arrampicare gratuitamente gli iscritti.



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, T-shirt, pile, scaldacollo, guanti, pantaloni lunghi, scarpe da trekking.

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
- Giacca piumino o sintetica
- Crema solare
- Pranzo
- Snack e barrette
- Eventuali medicine personali

ATTREZZATURA

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

- Imbragatura da alpinismo a norma e in buono stato
- Casco da Alpinismo a norma e in buono stato
- Scarpe da arrampicata

Nel caso si fosse sprovvisti dell'attrezzatura sarà presente presso la falesia.

Avvertenze

Pranzo al sacco, uscita riservata ai soli soci CAI