

DIFFICOLTA' ESCURSIONISTICHE

Si utilizzano le sigle CAI per distinguere l'impegno richiesto dagli itinerari e per definire il limite tra difficoltà escursionistiche ed alpinistiche:

T = Turistico - Itinerario su stradine, mulattiere o larghi sentieri. I percorsi generalmente non sono lunghi, non presentano alcun problema di orientamento e non richiedono un allenamento specifico se non quello tipico della passeggiata.

E = Escursionisti - Itinerari su sentieri od evidenti tracce in terreno di vario genere (pascoli, detriti, pietraie...). Sono generalmente segnalati con vernice od ometti (pietre impilate a forma piramidale che permettono di individuare il percorso anche da lontano). Possono svolgersi anche in ambienti innevati ma solo lievemente inclinati. Richiedono l'attrezzatura descritta nella parte dedicata all'escursionismo ed una sufficiente capacità di orientamento, allenamento alla camminata anche per qualche ora.

EE = Escursionisti Esperti - sono itinerari generalmente segnalati ma con qualche difficoltà: il terreno può essere costituito da pendii scivolosi di erba, misti di rocce ed erba, pietraie, lievi pendii innevati o anche singoli passaggi rocciosi di facile arrampicata (uso delle mani in alcuni punti). Pur essendo percorsi che non necessitano di particolare attrezzatura, si possono presentare tratti attrezzati se pur poco impegnativi. Richiedono una discreta conoscenza dall'ambiente alpino, passo sicuro ed assenza di vertigini. La preparazione fisica deve essere adeguata ad una giornata di cammino abbastanza continuo.

EEA = Escursionisti Esperti con Attrezzatura - Vengono indicati i percorsi attrezzati (o vie ferrate), richiedono l'uso dei dispositivi di autoassicurazione

DIFFICOLTA' ALPINISTICHE

Le valutazioni si riferiscono a condizioni montane e meteo ottimali. Le capacità e la preparazione tanto fisica quanto psicologica deve essere adeguata.

Difficoltà su roccia. Esistono numerose scale di difficoltà che indicano un percorso su roccia: per semplicità viene descritta la valutazione dei passaggi secondo la scala UIAA (espressa in numeri romani), mentre di seguito la stessa viene raffrontata con la scala francese e la scala USA.

I = Primo Grado - 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 = Secondo Grado - 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 = Terzo Grado - 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 = Quarto Grado - Appoggi ed appigli cominciano ad essere esigui: è richiesta una certa tecnica nel superare passaggi con strutture rocciose particolari (camini, fessure, spigoli...).

V = Quinto Grado - 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 = Sesto Grado - Necessita di allenamento speciale e continuo per sviluppare più forza nelle braccia e nelle mani: l'arrampicata può essere molto delicata con combinazione di movimenti ben studiati, o di forza per la presenza di strapiombi.

VII = Settimo Grado - 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. Da qui le difficoltà aumentano sino a superare (ormai), il X Grado. A partire dal quinto ogni grado di difficoltà ha un'ulteriore suddivisione inferiore (-) o superiore (+).

VALUTAZIONI E CARATTERISTICHE

Caratteristiche della via.

Nelle guide vengono generalmente fornite insieme al grado di difficoltà: sono precisazioni riguardo alla lunghezza della via (dislivello), sviluppo (quando la via non presenta uno svolgimento lineare), continuità delle difficoltà, qualità della roccia o variabilità delle condizioni del terreno nel caso di "misto" (roccia e neve), stato della chiodatura, esposizione, possibilità di ritirata e quant'altro.

Valutazione d'insieme.

E' una valutazione complessiva dell'itinerario che tiene conto delle difficoltà tecniche, fisiche e psicologiche. Nella valutazione di insieme non vengono incluse in maniera specifica i fattori di rischio e di pericolo come avviene in una valutazione puramente tecnica. La valutazione è espressa con delle sigle, ed è completa dell'indicazione dei passaggi di massima difficoltà:

F	= Facile
PD	= Poco Difficile
AD	= Abbastanza Difficile
D	= Difficile
TD	= Molto Difficile
ED	= Estremamente Difficile
EX	= Eccezionalmente Difficile

DIFFICOLTA' SU NEVE E GHIACCIO

Si considerano condizioni mediamente buone (non ottime), della montagna e del suo innevamento con indicazione della pendenza massima della via espressa in gradi.

Anche per questo tipo di ascensione la difficoltà è espressa con le sigle della **valutazione d'insieme** (F, PD, AD ecc.).

In caso di misto (tratti di roccia che si alternano a percorsi innevati e/o ghiacciati), vengono generalmente indicate anche le difficoltà dei passaggi rocciosi.

SCALA BLACHÈRE PER LE DIFFICOLTÀ SCIALPINISTICHE (salita e discesa)

Nello scialpinismo la classificazione delle difficoltà dei percorsi viene determinata ipotizzando condizioni meteorologiche mediamente buone. E' molto importante ricordare che la difficoltà di un percorso può variare e di molto in base al fondo nevoso che si incontra.

Un percorso che all'apparenza può essere classificato come un percorso MS (medio sciatore) può diventare molto impegnativo se percorso con nevi dure, ghiacciate o crostose, viceversa un percorso di discesa classificato come BS può risultare scarsamente impegnativo se affrontato con nevi morbide+.

La scala di difficoltà dei percorsi di Scialpinismo è la seguente:

MS (medi sciatori)	: itinerari percorribili dallo sciatore principiante; la pendenza è moderata ed il terreno è ampio.
BS (buoni sciatori)	: lo sciatore deve saper curvare in breve spazio; la pendenza non supera i 30 gradi e la neve può essere sfavorevole
OS (ottimi sciatori)	: lo sciatore deve avere perfetta padronanza dello sci; il terreno è più ripido con tratti esposti e passaggi obbligati.

Si aggiunge poi una A in presenza di difficoltà di tipo alpinistico (**MSA, BSA, OSA**) quando si incontrano passaggi da effettuarsi senza sci, tipicamente nella parte finale ove la vetta la si raggiunge a piedi, spesso usando le mani per cercare appigli sulla roccia. E' necessario a volte usare pizzozza, ramponi e la corda.

DEFINIZIONI DEI GRADI PERICOLO NEVE VALANGHE

Scala del pericolo	Stabilità del manto nevoso	Probabilità di distacco	Indicazioni per sciatori fuori pista / raccomandazioni
1 Debole	Il manto nevoso è in generale ben consolidato e stabile.	Il distacco è generalmente possibile solo con un forte sovraccarico ² su pochissimi pendii ripidi estremi. Sono possibili solo scaricamenti e piccole valanghe spontanee.	Condizioni in generale sicure.
2 Moderato	Il manto nevoso è moderatamente consolidato su alcuni pendii ripidi ¹ , per il resto è ben consolidato.	Il distacco è possibile soprattutto con un forte sovraccarico ² sui pendii ripidi indicati. Non sono da aspettarsi grandi valanghe spontanee.	Condizioni in buona parte favorevoli. Prudente scelta dell' itinerario, soprattutto sui pendii ripidi di quota ed esposizione indicate.
3 Marcato	Il manto nevoso presenta un consolidamento da moderato a debole su molti pendii ripidi ¹ .	Il distacco è possibile con un debole sovraccarico ² soprattutto sui pendii ripidi indicati. In alcune situazioni sono possibili valanghe spontanee di media grandezza e, in singoli casi, anche grandi valanghe.	Condizioni in parte sfavorevoli. E necessaria esperienza nel giudicare la situazione sul fronte delle valanghe. Pendii ripidi di quota ed esposizione indicate sono da evitare il più possibile.
4 Forte	Il manto nevoso è debolmente consolidato sulla maggior parte dei pendii ripidi ¹ .	Il distacco è probabile già con un debole sovraccarico ² su molti pendii ripidi. In alcune situazioni sono da aspettarsi molte valanghe spontanee di media grandezza e, talvolta, anche grandi valanghe.	Condizioni sfavorevoli. E necessaria molta esperienza nel giudicare la situazione sul fronte delle valanghe. Limitarsi a zone moderatamente ripide / attenzione anche alle zone di deposito delle valanghe.
5 Molto forte	Il manto nevoso è in generale debolmente consolidato e per lo più instabile.	Sono da aspettarsi numerose grandi valanghe spontanee, anche su terreno moderatamente ripido.	Condizioni molto sfavorevoli. Rinuncia raccomandata.