



CAI
SEZIONE
LA SPEZIA

LIVELLI DIFFICOLTÀ CAI – ATTIVITÀ

Conoscere la difficoltà significa scegliere consapevolmente il proprio itinerario

La classificazione CAI delle difficoltà fornisce una prima e immediata indicazione dell'impegno richiesto da un percorso.



LA SIGLA DELLA DIFFICOLTÀ NON SOSTITUISCE MAI LA DESCRIZIONE COMPLETA DELL'ESCURSIONE, che deve considerare anche dislivello, lunghezza, condizioni del terreno, esposizione, condizioni meteorologiche e preparazione dei partecipanti.



ESCURSIONISMO



**TURISTICO
FACILE**



Percorsi su strade sterrate, mulattiere o sentieri evidenti, con:

- pendenze modeste;
- dislivelli contenuti;
- nessun particolare problema di orientamento.



Richiede: una preparazione fisica di base e calzature e abbigliamento adeguati.



**ESCURSIONISTICO
MEDIA DIFFICOLTÀ**



È la classificazione della maggior parte degli itinerari escursionistici.

I percorsi possono svolgersi su:

- sentieri e mulattiere;
- pascoli e sottobosco;
- pietraie e terreni diversi;
- tratti ripidi.

Possono essere presenti brevi passaggi su roccia, generalmente non esposti.



Richiede: esperienza escursionistica, senso dell'orientamento, buon allenamento e attrezzatura adeguata.



**ESCURSIONISTI
ESPERTI
DIFFICILE**



Percorsi su terreno impervio, sconnesso o scivoloso, con:

- pendii ripidi;
- roccette e detriti;
- possibili tratti esposti;
- traversi, cenge o passaggi rocciosi;
- eventuali brevi tratti attrezzati.



Richiede: ottima esperienza escursionistica, passo sicuro, capacità di orientamento e valutazione, preparazione fisica adeguata e assenza di vertigini.



**ESCURSIONISTI ESPERTI
CON ATTREZZATURA
PERCORSI SU VIA FERRATA**



Itinerari rocciosi attrezzati con cavi, catene, scale, staffe e altri elementi metallici.



FERRATA FACILE

Poco esposta e tecnicamente poco impegnativa.



FERRATA POCO DIFFICILE

Può presentare passaggi verticali, canali, cime e tratti esposti.



FERRATA DIFFICILE

Prevalentemente verticale, con possibile esposizione continua e brevi tratti strapiombanti.



FERRATA MOLTO DIFFICILE

Pareti ripide, passaggi tecnici e aerei, pochi appigli naturali.



FERRATA ESTREMAMENTE DIFFICILE

Prevalentemente verticale o strapiombante, con limitati appoggi e appigli naturali. Richiede elevata preparazione tecnica e forza fisica.



OBBLIGATORIO UTILIZZARE CORRETTAMENTE I DISPOSITIVI DI PROTEZIONE INDIVIDUALE: CASCO, IMBRAGATURA E KIT DA FERRATA.



ESCURSIONISMO IN AMBIENTE INNEVATO – CON RACCHETTE DA NEVE



La classificazione riguarda itinerari innevati affrontati con racchette da neve.



**EAI-F
FACILE**



Terrano pianeggiante o poco inclinato, generalmente con dislivello contenuto.

**EAI-PD
POCO DIFFICILE**



Pendenze moderate e possibile vicinanza a pendii soggetti a rischio valanghe.

Richiede buona capacità di valutazione e conoscenza del bollettino nivo-meteorologico.

**EAI-D
DIFFICILE**



Pendenze anche accentuate e ambiente potenzialmente interessato da valanghe.

Richiede esperienza, ottima preparazione e capacità di valutazione del manto nevoso.



Per gli itinerari EAI-PD e EAI-D sono indispensabili ARTVA, pala e sonda, oltre alla conoscenza delle tecniche di autosoccorso.



IMPORTANTE

La classificazione CAI è un'indicazione sintetica della difficoltà media dell'itinerario. Un breve tratto particolarmente difficile può essere indicato separatamente nella descrizione dell'escursione.

PRIMA DI PARTECIPARE A UN'ESCURSIONE, VERIFICA SEMPRE:

- DISLIVELLO
- LUNGHEZZA E DURATA
- TIPO DI TERRENO
- TRATTI ESPOSTI
- CONDIZIONI METEOROLOGICHE
- ATTREZZATURA RICHIESTA
- PREPARAZIONE FISICA



CLUB ALPINO ITALIANO
SEZIONE LA SPEZIA



**SCEGLIERE L'ITINERARIO GIUSTO È IL PRIMO PASSO
PER VIVERE LA MONTAGNA IN SICUREZZA.**

www.cailaspezia.it

