



Attrezzatura di base

per le escursioni con le racchette da neve

Materiale

- Zaino da un giorno, 20-30 litri
- Racchette da neve, bastoni con rotelle ampie
- Calzature da escursione invernali o scarponi da montagna impermeabili
- ARTVA, pala e sonda (set d'emergenza)
- Materiale per riparazioni (anche le racchette si possono rompere!)
- Carte, guide escursionistiche per racchettisti, altimetro, bussola, ev. GPS
- Batterie di ricambio per ARTVA e GPS
- Smartphone con app delle carte e della Rega installate e power bank
- Torcia frontale con accumulatori di ricambio

Materiale generico

- Giacca contre vento e intemperie (Gore-Tex!)
- Ev. piumino
- Pantaloni da escursione
- Gamasce
- Pile, giacca softshell
- Calze, biancheria termica e ricambi
- Pile o maglione
- 2 paia di guanti (leggeri e caldi)
- Cuffia calda e/o fascia frontale
- Ev. Occhiali da sci
- Protezione solare (occhiali, crema, berretto, protezione per le labbra)
- Farmacia, coperta isotermica, farmaci personali
- Cibo, bevande, coltello da tasca
- Denaro contante, tessera del CAS (se disponibile)

Quando giunge il momento -> Attrezzatura e preparazione adeguate

- La valutazione della situazione delle valanghe non va sottovalutata e richiede esperienza.
- Durante le gite in montagna, i cali improvvisi di temperatura non sono da sottovalutare e richiedono esperienza
- Farmaci e attrezzature di emergenza devono sempre essere aggiornati, rappresentano basi importanti per il soccorso.
- Conoscenze elementari in materia di soccorso, meteorologia e orientamento sono imprescindibili.

Puoi trovare l'attrezzatura per le tue escursioni con le racchette da neve in una delle 54 filiali di SportX in tutta la Svizzera oppure [online](#).