

**SEZIONE DI CHIAVARI***"Alberto Bozzo"*Via Cap. R. ORSI, 29 - 16043 CHIAVARI GE - Tel. 0185311851 info@caichiavari.it www.caichiavari.it**REGOLAMENTO ATTIVITA' SOCIALI**

Edizione: gennaio 2023

DEFINIZIONE

Per attività sociali si intendono tutte le attività proposte e deliberate dal Consiglio Direttivo (CD), (eccezionalmente autorizzate dal Presidente che ne porta a conoscenza il CD), rivolte a tutti i soci. Tali attività sono principalmente:

- Gite turistiche, escursionistiche, alpinistiche, sci-alpinistiche, speleologiche, ciclo-escursionistiche, culturali;
- Attività e gestione dei rifugi;
- Attività sui sentieri;
- Attività con le scuole;
- Attività in Sede e quanto ad essa connesse;

I soci partecipanti a dette attività sono coperti dalle assicurazioni previste dal CAI Centrale. Per ogni attività è previsto almeno un Responsabile della Logistica (RdL).

PROGRAMMAZIONE GITE

Le GITE hanno lo scopo principale di favorire la frequentazione dell'ambiente montano e naturale in genere, nel rispetto dei principi dello Statuto del Club Alpino Italiano e dello Statuto della Sezione CAI di Chiavari. Esse vengono organizzate dalla Sezione che ne cura lo svolgimento per mezzo di Istruttori e/o Accompagnatori titolati o qualificati, ovvero di RdL. Chi cura l'organizzazione e lo svolgimento di una attività, per semplicità espositiva, nel presente regolamento viene definito "RdL" e può avere uno o più collaboratori da lui scelti. I principali compiti del RdL sono:

- In fase di presentazione della gita deve produrne una breve descrizione che potrà essere pubblicata sui vari canali di divulgazione.
- Poco prima della data prevista per l'attività deve verificarne l'effettuabilità/ e, se ritenuta necessaria, effettuare una ricognizione (previa autorizzazione del presidente).
- In caso di gita alpinistica deve contattare una Guida alpina, nel caso in cui sia necessario l'accompagnamento da parte di una o più guide il CD ne dovrà approvare l'incarico.
- Deve compilare ed inviare alla Commissione Comunicazione, minimo 20 giorni prima della data calendarizzata, per le gite di un giorno, ed almeno 40 giorni prima della data calendarizzata per le gite di più giorni o dove siano previsti: pullman, rifugi, alberghi, aerei, il programma informativo da pubblicare, contenente: destinazione dell'escursione, dislivello, tempi di percorrenza, orario di partenza, orario di ritorno previsto, difficoltà, equipaggiamento, attrezzatura, quota, numero di telefono del RdL o altra sua reperibilità.
- Deve compilare il modulo con elenco degli iscritti, entro il venerdì sera precedente, o comunque due giorni prima della gita e controllare che gli iscritti siano effettivamente soci CAI Sezionali o di altra Sezione. Il documento va consegnato in Segreteria per l'inserimento dei nominativi nella documentazione sezionale. Deve inoltre verificare che i Soci abbiano compilato a inizio anno e in Non Soci al momento dell'adesione la scheda del consenso informato. Per i non Soci e per i Soci che dopo il 31 marzo non hanno ancora rinnovato l'iscrizione al CAI, con il supporto della Segretaria, deve aver cura di far compilare i moduli relativi al Consenso Informato, all'Informativa, al Trattamento dati ai sensi del Dlgs 196/2003 e di aver fatto stipulare l'assicurazione.
- Deve munirsi di cassetta di primo soccorso ed eventualmente logo CAI da porre sul pullman;
- A gita avvenuta, deve redigere e consegnare alla Segreteria, su apposito modulo: un resoconto della gita anche per un'eventuale pubblicazione sul sito sezionale o sul

Notiziario, l'elenco dei partecipanti, un rendiconto della gita con i relativi introiti e spese, tutto quanto possa essere utile ad escursioni future.

Le attività intraprese con altre Associazioni non CAI vanno precedute dall'attivazione di convenzioni in cui vengano fissati compiti e responsabilità reciproche e deve essere regolarizzata la copertura assicurativa.

PUBBLICAZIONE PROGRAMMA ED ISCRIZIONI

Le Gite Sociali, di solito ma non necessariamente, sono inserite nel calendario annuale delle attività e sono rese pubbliche nelle seguenti forme:

- Con locandina dedicata esposta in sede e nelle bacheche esterne;
- Mediante pubblicazione della locandina sul sito internet ufficiale della sezione: **www.caichiavari.it**;
- A mezzo WhatsApp, pubblicazione della locandina sulla chat C.A.I. Sezione di Chiavari;
- Con invio ai Soci, mediante posta elettronica, della locandina eventualmente corredata da note aggiuntive;

La locandina è il documento in cui è contenuto il programma dettagliato della gita, con tutte le informazioni utili per il partecipante. Su di essa ci sono istruzioni circa l'apertura e/o chiusura delle iscrizioni e sull'eventuale quota di acconto(i) da versare per la prenotazione di rifugi, alberghi o altro.

ISCRIZIONE

L'iscrizione alle gite, da effettuarsi nei termini indicati nel programma, potrà essere fatta:

- In sede presso, la segreteria, negli orari di apertura (orari aggiornati sul Sito);
- Compilando l'apposito modulo sulla chat WhatsApp dedicata alla gita;
- Presso gli organizzatori della gita programmata;
- Nel caso sia previsto un numero limitato di partecipanti verrà rispettato l'ordine cronologico di iscrizione. Raggiunto il numero di prenotazioni, le successive iscrizioni verranno considerate in Lista di Attesa;
- Le iscrizioni sono considerate perfezionate e danno diritto di partecipare alla gita solo se accompagnate dal pagamento della quota stabilita o dell'eventuale acconto fissato entro la data inserita in locandina;
- È in facoltà dell'organizzatore (RdL) non ammettere alla gita coloro che, a suo insindacabile giudizio, non dessero affidamento di poter superare le difficoltà del percorso;
- Gli accompagnatori (RdL) potranno apportare le variazioni all'itinerario che riterranno più opportune in relazione all'evolversi della situazione. (La variazione deve essere prontamente trasmessa con sistema tracciabile, ideale WhatsApp, al presidente ed eventualmente al CD);
- Gli accompagnatori (RdL) hanno il potere-dovere di non ammettere o di allontanare i partecipanti che, a causa della scarsa preparazione, dell'inidoneo abbigliamento o dell'atteggiamento tenuto, potrebbero influire negativamente sullo svolgimento dell'escursione;

PARTECIPANTI

- La partecipazione alle attività Sezionali deve avvenire nello spirito di collaborazione e di appartenenza al sodalizio. Possono partecipare nell'ordine: i Soci CAI della Sezione, i Soci CAI di altre sezioni ed i Non soci (previo pagamento della quota assicurativa). Assicurazione raccomandata quella del CAI; in alternativa, solo per RC, quella Sezionale stipulata presso Assichiavari).
- I non soci potranno partecipare (esclusivamente in attività classificate T oppure E), in base alla disponibilità dei posti, per un numero massimo di tre volte e, resteranno ultimi in lista di attesa fino alla chiusura delle iscrizioni.
- Il socio che desidera partecipare ad un'escursione è tenuto a leggere il programma e valutarlo attentamente in modo da ponderare in modo adeguato la sua eventuale partecipazione. Per iscriversi deve seguire le modalità rispettando i termini previsti. **L'iscrizione si perfeziona solo al momento del versamento della quota di partecipazione.**
- L'iscrizione comporta l'accettazione di quanto indicato sul programma.
- In caso di condizioni meteorologiche incerte, il partecipante è tenuto ad assicurarsi che l'uscita sia confermata.

- Nelle escursioni a numero chiuso hanno diritto di precedenza i soci della nostra Sezione. Qualora il numero dei partecipanti non raggiunga il numero sufficiente per coprire le spese di noleggio del pullman, l'escursione potrà essere effettuata con mezzi propri. In caso di non fattibilità con mezzi propri la gita sarà disdetta e le quote già versate saranno restituite.

QUOTA DI PARTECIPAZIONE

La quota individuale di partecipazione, a seconda dei casi ed in relazione al presunto numero di partecipanti, sarà calcolata tenendo conto dei costi effettivi da sostenere: costo del pullman ed eventuale diaria dell'autista, rimborso dell'eventuale ricognizione effettuata dall'organizzatore della gita, pernottamento ed eventuale trattamento di mezza pensione in rifugio o albergo, eventuale onorario per la guida alpina (da ripartire tra coloro che ne usufruiranno); più altre spese sostenute per l'effettuazione della gita (pedaggi e parcheggi, noleggi, impianti di risalita, acquisto pubblicazioni e mappe, ingressi, mance, ecc.).

ACCONTO

All'atto dell'iscrizione l'acconto richiesto e da versare sarà quello indicato sulle locandine di descrizione della gita. Ulteriori acconti potranno essere richiesti dall'organizzatore, secondo sopravvenute necessità.

Di norma il saldo verrà effettuato il giorno della gita salvo indicazioni diverse.

RESTITUZIONE ACCONTO

L'acconto sarà restituito nei seguenti casi:

- Annullamento della gita;
- Qualora, ad iscrizione completa, il rinunciatario sia stato sostituito da altro partecipante;
- Per sopravvenuti gravi motivi, previo assenso del Consiglio direttivo.

RINUNCE

Di seguito alcuni tipici casi di rinunce:

- Non hanno diritto ad alcun rimborso della quota versata coloro che non si presentano al luogo dell'appuntamento e coloro che arrivando tardi non riescono a partire.
- Nel caso in cui un partecipante, prima del termine ultimo stabilito per l'iscrizione e dopo il pagamento della caparra o della quota di partecipazione, comunichi l'impossibilità di partecipare, potrà ottenere il rimborso di quanto versato.
- Il partecipante che comunica la rinuncia dopo la chiusura delle iscrizioni dovrà comunque pagare le spese vive quali pullman, pernottamenti e quant'altro eventualmente previsto nel programma specifico dell'escursione, se non è stato trovato un altro partecipante che l'abbia sostituito.
- Nel caso che l'escursione venga annullata dal RdL, per non raggiungimento del numero minimo di partecipanti o per fatto imputabile alla Sezione, la quota versata dai partecipanti verrà restituita, senza nient'altro poter pretendere da parte del partecipante.
- Nel caso che la gita di più giorni venga annullata dal RdL nei giorni precedenti per condizioni meteo avverse, la quota versata sarà restituita, salvo trattenere la quota non recuperabile versata a titolo di caparra (ad esempio per la prenotazione dei rifugi e/o alberghi).

NORME COMPORTAMENTALI DEI PARTECIPANTI

I partecipanti sono tenuti a seguire le seguenti regole di comportamento:

- Osservare le disposizioni impartite dagli accompagnatori;
- Procedere con andatura adeguata seguendo il percorso prestabilito evitando di superare l'accompagnatore e mantenendo sempre il contatto con la comitiva consapevoli che l'allontanamento dal gruppo costituisce di per sé autoesclusione dall'escursione;
- Gli iscritti alle gite dovranno informarsi su eventuali variazioni di programma, che verranno rese note con i consueti canali;
- L'equipaggiamento e l'attrezzatura richiesta dal RdL e segnalata sulla locandina sono obbligatori, pena il divieto di partecipare alla gita;
- Qualora impossibilitati a partecipare, avvisare il più presto possibile il RdL che provvederà (se possibile) a trovare un sostituto;

AL RADUNO

Nel caso di trasferimenti con vetture private la Sezione declina ogni responsabilità per eventuali danni che dovessero accadere durante i viaggi di trasferimento, intendendosi l'escursione iniziata e finita rispettivamente nel momento in cui si abbandonano e si riprendono gli automezzi.

Al raduno gli organizzatori (RdL) devono:

- Presentarsi in orario (almeno dieci minuti prima della partenza);
- Scegliere, se non fatto in precedenza, uno o più collaboratori in relazione al numero di partecipanti;
- Controllare che l'abbigliamento (in particolare le calzature) e l'attrezzatura dei partecipanti siano conformi a quanto riportato dalla scheda ed escludere chi non è in regola;
- Partire in orario;

Al raduno i partecipanti devono:

- Presentarsi in orario (almeno dieci minuti prima della partenza);
- Essere fisicamente preparati ed in condizioni non difformi da quelle dichiarate nel modello del Consenso Informato firmato in precedenza;
- Indossare o avere a disposizione abbigliamento ed attrezzatura adeguati alla gita;
- Attenersi esclusivamente alle disposizioni impartite dai RdL, non abbandonando il sentiero ed il gruppo se non preventivamente autorizzati e collaborando per la migliore riuscita dell'escursione;
- Prevedendo l'utilizzo della propria autovettura, presentarsi al raduno già riforniti di carburante;
- Essere a conoscenza del presente regolamento ed accettarlo;

SVOLGIMENTO DELLA GITA

Lo scopo delle escursioni è quello di fare la gita in compagnia, nel massimo della sicurezza, nel pieno rispetto per l'ambiente, nel rispetto e nella solidarietà reciproca. Ognuno è responsabile delle proprie azioni e omissioni, la prudenza è d'obbligo.

Durante la gita gli organizzatori (RdL) devono:

- Assicurarsi che nessuno dei partecipanti resti isolato;
- Se qualcuno non è in grado di proseguire, non deve essere lasciato solo, se necessario uno dei RdL lo riaccompagnerà indietro;
- Se un partecipante si infortuna in modo da richiedere l'intervento di un medico i RdL devono gestire la richiesta di soccorso;

Durante la gita i partecipanti devono:

- Trovarsi puntuali al luogo di partenza e presentarsi subito per la verifica dell'iscrizione;
- Attenersi alle istruzioni/indicazioni del RdL;
- Rimanere in gruppo evitando di sopravanzare il RdL, anche al fine di evitare lo sfaldamento del gruppo, nonché possibili errori di direzione;
- Osservare un comportamento disciplinato nei confronti degli organizzatori e degli altri partecipanti, nel rispetto dei principi dell'etica del CAI, nonché rispettoso dell'ambiente;
- Usare la massima prudenza, specialmente su percorsi esposti e pericolosi, evitando di compiere azioni che possano mettere a rischio l'incolumità propria e altrui;
- Non effettuare alcuna deviazione dai percorsi stabiliti dal RdL;
- Non allontanarsi dal gruppo senza prima avere ottenuto il consenso espresso del RdL;
- Rispettare le decisioni del RdL e degli eventuali collaboratori;
- Essere responsabile della propria salute, segnalando preventivamente e prontamente eventuali problemi o difficoltà;

ASSICURAZIONE

Le coperture assicurative per i soci sono attivate secondo le modalità stabilite dalla Sezione di Chiavari e dalla Sede Centrale del CAI.

Le garanzie sono pubblicate sul sito istituzionale del CAI www.cai.it

I non soci, sono assicurati presso AssiChiavari (vedi condizioni di assicurazioni).

RIMBORSO SPESE PER VERIFICA PERCORSI

Per i Soci che effettuino la verifica di un percorso già inserito in programma, viene riconosciuto un rimborso spese massimo chilometrico come da tariffe ACI.

Per le esplorative relative ad attività sezionali è indispensabile una comunicazione via email o con altro mezzo digitale (WhatsApp) al Presidente in cui i RdL e i collaboratori impegnati nell'esplorativa preventivamente indicano con i propri nomi la data e il percorso della ricognizione. Senza tale comunicazione non è possibile richiedere il rimborso spese.

Sono altresì rimborsate le spese vive (es. pedaggio autostradale, impianti di risalita, autobus, etc.) opportunamente documentate.

Lo stesso contributo viene riconosciuto ai Soci che, su mandato del Presidente, accompagnano Soci di altre Sezioni CAI in escursioni nella zona di competenza sezionale

Per ottenere il rimborso bisogna compilare e consegnare al Tesoriere l'apposito modulo, valido anche per il rimborso spese per riunioni o incontri istituzionali, autorizzati preventivamente e per iscritto dal Presidente della Sezione.

ANNOTAZIONI AGGIUNTIVE

Per quanto non esplicitamente previsto nel presente regolamento si fa riferimento a statuto e regolamento della Sezione di Chiavari, della Commissione Centrale di Escursionismo (CCE) e della Sede Centrale del CAI.

Il presente regolamento annulla e sostituisce ogni precedente atto di contenuto analogo.

Ogni modifica al medesimo dovrà essere approvata dal CD della Sezione.

Approvato dal Consiglio Direttivo nella seduta del 10 gennaio 2023

ALLEGATO

CLASSIFICAZIONE DEI PERCORSI IN BASE ALLA DIFFICOLTÀ

CLASSIFICAZIONE DEI PERCORSI IN BASE ALLA DIFFICOLTÀ IN AMBITO ESCURSIONISTICO
(approvata con delibera CC n. 89 del 20 novembre 2021)

T = turistico

CARATTERISTICHE

Percorsi su carrarecce, mulattiere o evidenti sentieri che non pongono incertezze o problemi di orientamento, con modeste pendenze e dislivelli contenuti.

ABILITA' E COMPETENZE

Richiedono conoscenze escursionistiche di base e preparazione fisica alla camminata. **ATTREZZATURE**
Sono comunque richiesti adeguato abbigliamento e calzature adatte.

E = escursionistico

CARATTERISTICHE

Percorsi che rappresentano la maggior parte degli itinerari escursionistici, quindi tra i più vari per ambienti naturali. Si svolgono su mulattiere, sentieri e talvolta tracce; su terreno diverso per contesto geomorfologico e vegetazionale (es. pascoli, sottobosco, detriti, pietraie). Sono generalmente segnalati e possono presentare tratti ripidi. Si possono incontrare facili passaggi su roccia, non esposti, che necessitano l'utilizzo delle mani per l'equilibrio. Eventuali punti esposti sono in genere protetti. Possono attraversare zone pianeggianti o poco inclinate su neve residua.

ABILITA' E COMPETENZE

Richiedono senso di orientamento ed esperienza escursionistica e adeguato allenamento.

ATTREZZATURE

È richiesto idoneo equipaggiamento con particolare riguardo alle calzature.

EE= escursionisti esperti

CARATTERISTICHE

Percorsi quasi sempre segnalati che richiedono capacità di muoversi lungo sentieri e tracce su terreno impervio e/o infido (pendii ripidi e/o scivolosi di erba, roccette o detriti sassosi), spesso instabile e sconnesso. Possono presentare tratti esposti, traversi, cenge o tratti rocciosi con lievi difficoltà tecniche e/o attrezzati, mentre sono escluse le ferrate propriamente dette. Si sviluppano su pendenze medio-alte. Può essere necessario l'attraversamento di tratti su neve, mentre sono esclusi tutti i percorsi su ghiacciaio.

ABILITA' E COMPETENZE

Necessitano di ottima esperienza escursionistica, capacità di orientamento, conoscenza delle caratteristiche dell'ambiente montano, passo sicuro e assenza di vertigini, capacità valutative e decisionali nonché di preparazione fisica adeguata.

ATTREZZATURE

Richiedono equipaggiamento e attrezzatura adeguati all'itinerario programmato.

FERRATE

EEA = escursionisti esperti con attrezzature

Per ferrata si intende un itinerario i cui tratti su roccia sono appositamente attrezzati con strutture metalliche: cavi, catene, scale, pediglie e staffe, che ne facilitano e consentono la progressione. Prevedono l'uso dei dispositivi di protezione individuali certificati secondo le normative vigenti (imbragatura, kit da ferrata e casco) e una adeguata preparazione tecnica. Sono segnalate alla partenza da apposita tabella e rispettano precisi criteri costruttivi e normativi.

EEA - F (ferrata facile)

Percorso poco esposto, ben protetto e poco impegnativo tecnicamente. Il cavo e/o catena e gli altri eventuali infissi ben agevolano la progressione insieme ai numerosi appoggi e appigli naturali. Possono essere presenti brevi tratti verticali. Richiede un uso corretto e attento dei dispositivi di protezione individuale.

EEA - PD (ferrata poco difficile)

Ferrata su tracciato articolato con presenza di canali e camini, passaggi verticali e tratti esposti. Attrezzata con cavo e/o catena, può presentare vari infissi metallici (gradini, pediglie, staffe e scale metalliche). Richiede attenzione nella progressione, appoggi e appigli sono presenti con varietà di soluzione per i passaggi. Necessita un uso corretto e attento dei dispositivi di protezione individuale.

EEA - D (ferrata difficile)

Ferrata il cui tracciato è in prevalenza verticale e può superare qualche breve tratto strapiombante, in cui l'esposizione si sussegue con una certa continuità. Sono presenti cavo e/o catena oltre a una varietà di strutture fisse utili anche per la progressione. Richiede preparazione fisica e tecnica con la capacità di ottimizzare appoggi e appigli per non affaticare gli arti superiori. Necessita di un uso corretto e particolarmente attento dei dispositivi di protezione individuale.

EEA - MD (ferrata molto difficile)

Ferrata che si sviluppa su pareti ripide, articolate, con pochi appoggi e appigli naturali evidenti. Supera tratti strapiombanti con scarsi elementi artificiali. Esposizione elevata con passaggi tecnici ed aerei che richiedono adeguata forza fisica e buona preparazione tecnica. Necessita di un uso corretto e molto attento dei dispositivi di protezione individuale.

EEA - ED (ferrata estremamente difficile)

Ferrata prevalentemente verticale e strapiombante. Per la maggior parte attrezzata con il solo cavo e/o catena, gli appoggi e appigli naturali esistenti sono limitati e solo in maniera occasionale vi è presenza di staffe, pediglie o gradini. Richiede elevata capacità tecnica e molta forza fisica. Necessita di un uso corretto ed estremamente attento dei dispositivi di protezione individuale.

ESCURSIONISMO IN AMBIENTE INNEVATO CON RACCHETTE DA NEVE

EAI = escursionismo in ambiente innevato

Percorsi che si svolgono in ambiente innevato con l'utilizzo di racchette da neve, entro i limiti dell'escursionismo e quindi su pendenze medio-basse ($\leq 25^\circ$). Sono suddivisi su tre diversi livelli di difficoltà (facile, poco difficile e difficile) in ragione del dislivello, del contesto ambientale in cui si svolgono, della preparazione tecnica e dalle problematiche relative alla valutazione del pericolo di valanga che presentano. Prevedono tutte le cautele derivanti dalle specifiche e contestuali condizioni ambientali, tipiche dell'ambiente montano innevato differenti a seconda di altitudine e latitudine dell'itinerario.

EAI - F (facile)

CARATTERISTICHE

Percorso pianeggiante o con modeste pendenze, pari a un'inclinazione media inferiore ai 10° . Privo di difficoltà in normali condizioni ambientali. Non esposto a pendii ripidi, quindi, il pericolo di valanghe è molto ridotto. Si svolge su tracciati ampi, facilmente riconoscibili. Il dislivello è generalmente contenuto entro i 400 metri.

ABILITA' E COMPETENZE

Non richiede particolari tecniche di utilizzo delle racchette da neve. Necessita di conoscenze base dell'ambiente innevato e richiede un minimo di allenamento, variabile in base alle condizioni della neve e in funzione dello sviluppo dell'itinerario. Esente da pericoli di scivolamenti o cadute esposte.

ATTREZZATURE

È richiesto un abbigliamento idoneo alla stagione. La dotazione di ARTVA, pala e sonda è consigliata fatte salve le normative locali.

EAI - PD (poco difficile)

CARATTERISTICHE

Percorso con pendenze per lo più modeste, pari a un'inclinazione media tra i 10° e i 15° . Può attraversare tratti a ridosso o in prossimità di pendii con forte inclinazione e, quindi, potenzialmente soggetti al pericolo valanghe.

ABILITA' E COMPETENZE

Necessità di padronanza nell'utilizzo delle racchette da neve e, anche in normali condizioni ambientali, di buona capacità di valutazione locale del tracciato oltre alla corretta interpretazione del bollettino nivo-meteo. Non è escluso il pericolo di brevi scivolamenti. È richiesta capacità di pianificazione.

ATTREZZATURE

Indispensabile la dotazione di ARTVA, pala e sonda e la conoscenza delle tecniche di autosoccorso.

EAI - D (difficile)

CARATTERISTICHE

Percorso che presenta pendenze anche accentuate pari a inclinazioni anche fino ai 25° , su terreno variegato per morfologia ed esposizione e con versanti potenzialmente soggetti al pericolo di valanghe.

ABILITA' E COMPETENZE

Necessità esperienza e ottima capacità nell'utilizzo delle racchette da neve tali da poter affrontare tratti con pericolo di scivolamento. Richiede avanzate capacità di pianificazione e ottima conoscenza dell'ambiente in funzione del manto nevoso e del pericolo valanghe, abbinata a una corretta interpretazione del bollettino nivo-meteo oltre che preparazione fisica adeguata.

ATTREZZATURE

Indispensabile la dotazione di ARTVA, pala e sonda e la conoscenza delle tecniche di autosoccorso. Può essere necessario dotarsi di piccozza e ramponi a seconda del tracciato previsto e delle condizioni ambientali.

Chiavari 10 gennaio 2023