

## STAGE E SALITE AI 4000

Stagione 2010

Per gli appassionati delle alte quote, del ghiaccio e della neve, ecco alcune proposte per un'immersione totale in questo meraviglioso ambiente.

### **STAGE ALTA MONTAGNA M.ROSA**

Per alpinisti allenati amanti dell'alta montagna, in 3 giorni la possibilità di salire 5 cime di 4000mt.!

1°g: Ritrovo ore 8.00 a PONT risalita con gli impianti da Gressoney a Punta Indren 3200 salita a Punta Giordani 4030mt. Pernottamento Rif.Gnifetti 3647mt. o Mantova 3498mt.

2°g.: Salita a Punta Vincent 4215mt. e al Corno Nero 4322mt Cristo delle vette Pernottamento Rif.Gnifetti o Mantova

3°g.: salita a Capanna Margherita Punta Gnifetti 4554mt e Zumstein 4563mt./in alternativa salita a Punta Ludwigshohe 4341mt e Punta Parrot 4436mt. Rientro a Gressoney

**Periodo: 26-27-28 giugno 2010**

**Costo di partecipazione :** Costo a persona (min. 4 persone) = € 220,00 – (3 persone)= € 280,00 – (2 persone) € 410,00

### **GRAN PARADISO 4061mt.**

1°g.: Partenza Sabato mattina da Verona ritrovo ore 12/12.30 a PONT in Valsavaranche salita al Rif.Vittorio Emanuele II 2732mt. ore 2.30. rifugio CAI - Pernottamento.

2°gg.: Salita alla cima del Gran Paradiso, dalla cima si apre un panorama unico sui 4000 della Valle d'Aosta (M.Bianco-M.Rosa-Cervino) e della Svizzera... Discesa per lo stesso percorso fino a Pont e rientro.

Dislivello: 1330mt. dal rif. alla cima difficoltà: F+/ II e crepacci.

**Periodo: 31 luglio e 1 agosto 2010**

**Costo di partecipazione:** Costo a persona (min. 4)€ 150,00 – 3 persone € 190,00 – 2 persone € 270,00 – 1 persona € 520,00

### **CIMA M.BIANCO 4810mt.**

Consigliato partenza il 6 agosto da Verona arrivo nel pomeriggio o in serata a Courmayeur o Chamonix e pernottamento in B&B o albergo

1°gg.: ritrovo con la Guida ore 7.30 partenza impianti St.Gervais les Bains (chamonix-Francia) salita al Rif GOUTER 3817mt. diff.: F alcuni tratti attrezzati - 5 ore 1500mt. di dislivello.

2°gg.: sveglia alle 2.00 salita alla cima per la normale francese dislivello 981mt. diff.: F+ / 40° e cresta. Rientro a St.Gervais per le 17.00

**Periodo: 6-7-8 agosto 2010**

**Costo di partecipazione:** Costo a persona (2 persone) € 350,00 – 1 persona € 650,00

### **CORSO ALTA MONTAGNA EVOLUTO al M.BIANCO**

1°gg.: ritrovo ore 8.00 partenza impianti La Palud Courmayeur salita con impianti a Punta Helbronner: utilizzo ramponi e salita con una e 2 piccozze tecnica piole-traction, legature su ghiacciaio facile, legature per progressione in conserva su terreno ripido, ancoraggi e corde doppie su neve e ghiaccio.

pernottamento Rif.Torino

2°gg.: traversata su terreno crepacciato dal Rif.Torino al Rif. Cosmiques manovra di soccorso in crepaccio, prove di autoarresto con piccozza.

3°gg.: salita di una via sulla Nord del Triangle du tacul o della cresta del Cosmiques.

Rientro a Punta Helbronner con le caravelle e quindi a Courmayeur con la funivia.

**Periodo: 13-14-15 agosto 2010**

**Costo di partecipazione:** Costo a persona (2 persone) € 410,00

## **XMountain**

Guide Alpine VERONA  
Scuola di Alpinismo,  
Scialpinismo e Arrampicata



### **Materiale necessario:**

Scarponi impermeabili, ghette, sacco letto per il rifugio, imbracatura, casco, 2 moschettoni a ghiera, ramponi, piccozza.

Per chi ne fosse sprovvisto, XMountain fornisce imbracatura, casco, moschettoni, corda, ramponi, piccozza.

### **Il costo comprende:**

la Guida Alpina e l'assicurazione infortuni per i partecipanti

### **Il costo non comprende:**

il viaggio e il pernottamento in rifugio dei partecipanti e le spese di pernottamento della Guida Alpina, da dividere fra gli allievi.

**Modalità di pagamento:** caparra del 50% (bonifico o contanti) e saldo a inizio attività

**Modalità di iscrizione:** via email: [infoverona@xmountain.it](mailto:infoverona@xmountain.it) o telefonare al **348 – 1463700**.

Indicare / dire: in quanti si è e il periodo e i giorni disponibili per effettuare il corso.

Per i corsi collettivi (min. 4 persone), non appena si formerà il gruppo minimo di 4 partecipanti vi contatteremo immediatamente per programmare l'inizio dell'attività.

