

Prima via ferrata: Guida Completa in 5 passi



Foto di johnjodeery (flickr) - DIARIO.BIZ

S SINTESI DELLA GUIDA

Salire lungo pareti verticali tra cavi d'acciaio e panorami mozzafiato è un sogno alla portata di molti. Questa guida ti accompagna passo dopo passo nell'avventura della tua prima via ferrata.

C CHECKLIST EQUIPAGGIAMENTO

- ☐ Casco da alpinismo omologato (EN 12492)
- ☐ Kit da ferrata con dissipatore tessile (EN 958)
- ☐ Imbracatura regolabile e certificata
- ☐ Guanti da ferrata protettivi
- ☐ Calzature con climbing zone e suola ad alto attrito
- ☐ Zaino compatto da 20-25 litri con mantella antipioggia
- ☐ Scorta d'acqua di almeno 1,5 litri e snack energetici
- ☐ Kit di primo soccorso e telo termico
- ☐ Longe di sosta supplementare con moschettone a ghiera
- ☐ Smartphone carico con app GeoResQ o traccia GPS offline

P CONSIGLI PER IL SENTIERO

- Utilizza sempre e solo un kit da ferrata omologato a norma EN 958 senza mai staccare entrambi i moschettoni contemporaneamente.
- Scegli un percorso iniziale breve e di grado facile (F o PD) con condizioni meteo assolutamente stabili.
- Mantieni il baricentro vicino alla parete e spingi principalmente con le gambe per non affaticare prematuramente le braccia.

A ASTUZIA SMART & CURIOSITA

Le prime vie ferrate delle Alpi orientali nacquero durante la Prima Guerra Mondiale per consentire alle truppe di spostarsi rapidamente in quota tra le pareti dolomitiche senza essere viste dal fondo valle.