

Patrizia Peinetti

Guida Ufficiale del Parco del Gran Paradiso

Guida Naturalistica AIGAE

Cell. 3404106172

Email naturalenti@libero.it

Il Paradiso nella Neve

15 e 16 marzo 2014

Weekend sulla neve nel Parco nazionale Gran
Paradiso (To)

Prenotazioni entro il 5 marzo

Un weekend per scoprire cosa accade alla Natura del Gran Paradiso in inverno..quando tutto sembra immobile sotto la bianca coltre e pare che la vita sia sospesa. Un sguardo non superficiale al candore del paesaggio per



capire cose nasconde: animali che dormono e altri che affrontano le ingiurie della stagione più dura, piante che si preparano al nuovo ciclo, rocce e ghiacci in perenne rinnovamento e movimento.

Sarà una buona occasione anche per imparare qualche nozione di sicurezza: come ci si muove in un ambiente spesso sottovalutato nei suoi rischi qual è l'alta montagna invernale.

Un weekend in Paradiso: una occasione splendida per concedersi qualche ora fuori dalla quotidianità!

Attenzione! Il week end verrà realizzato con qualsiasi condizione meteo: infatti vista la quota quello che potrebbe capitare è che

nevichi..ma questo potrebbe ancora aumentare la suggestione dell'esperienza!

L'attività prevede l'uso di racchette da neve (ciaspole) che sono lo strumento adatto a muoversi in questo particolare ambiente: chi non ha mai provato questo genere di attività sappia che questa è l'occasione giusta per farlo. Per è sprovvisto delle ciaspole è possibile affittarle in loco.

Prenotazioni entro il 5 marzo

Programma

Sabato 15 marzo: arrivo dei partecipanti in hotel **entro le ore 13.** Dopo aver scaricato i bagagli rapidamente si partirà per una breve passeggiata che servirà per prendere confidenza con l'attrezzatura (ciaspole) per chi fosse alle prime armi.

Rientro in hotel al tardo pomeriggio.

Cena.

Dopocena (o prima della stessa) una proiezione multimediale dedicata alla natura in inverno affiancata da una breve lezione sulle norme di sicurezza su neve.

Domenica 16 marzo: partenza di buon mattino per una escursione che durerà tutto il giorno su uno degli itinerari del Parco. Il percorso verrà deciso in base alla situazione neve e del tempo.

L'itinerario permetterà sia di approfondire la tecnica di progressione con le racchette da neve (segnalandone anche i limiti di corretto uso..) sia di fare ulteriori osservazioni sulla Natura di questa spettacolare area protetta.



Il pranzo è al sacco: potete provvedere acquistando qualcosa il sabato in qualche negozietto della zona oppure chiedere in hotel che vi preparino un panino . Rientro alle auto entro le ore 16 e congedo dei

partecipanti.

Attrezzatura e sistemazione:

Per la notte in hotel come ovvio **le lenzuola, coperte e asciugamani sono forniti**

Necessario per il soggiorno beauty case, ciabatte, un cambio di abiti per la sera. Ricordatevi che siamo sulle Alpi e soggiorniamo alla quota di oltre 1500m..quindi è d'obbligo avere indumenti caldi.

Per le escursioni si raccomanda un abbigliamento **caldo e comodo**, che veda possibilmente più strati di abiti leggeri piuttosto che uno solo pesante, in modo che si possa mettere e togliere i capi a seconda del clima. Non sottovalutate il fatto che se c'è bel tempo e assenza di vento l'attività con le racchette da neve è piuttosto "aerobica" e si può sudare anche sulla neve! Quindi nello zaino abbiate sempre una maglietta per cambiare quella a contatto con la pelle.

La giacca a vento è indispensabile, insieme a guanti, berretto, occhiali da sole e crema solare ad alta protezione.

Utili, se le avete, le ghette che evitano l'entrata della neve al collo del piede e di conseguenza nello scarponcino.

Zaino da giornata e buoni scarponcini da escursionismo o pedule (gli stessi che usate per le escursioni per intenderci..). Una borraccia capiente e se volete un thermos per portare con se qualche bevanda calda.

A proposito delle racchette da neve..

Sono il mezzo più "naturale" per muoversi sulla neve. Vanno usate sempre con un paio di bastoncini telescopici, del tipo che si usa anche per camminare d'estate: i bastoncini però devono montare in punta le "rotelle" che servono ad evitare di sprofondare.



Le ciaspole esistono di molte forme e dimensioni e sono molto di moda da qualche anno: nei negozi si trovano modelli base a prezzi interessanti. Se però siete alle prime esperienze e non sapete ancora se l'attività possa fare per voi non comperatele..come detto **a costi abbastanza contenuti (10 euro circa)** si possono affittare il loco. **In questo caso però è meglio che me lo facciate sapere perché è bene prenotarle.** Le racchette da neve si indossano con normali scarponcini, che preferibilmente siano un minimo impermeabili e un poco rigidi.

Per correttezza occorre segnalare che una escursione con le racchette sarà fisicamente un poco più impegnativa di una di pari difficoltà su normale sentiero. Questo perché la neve obbliga a movimenti ampi e spesso diagonali con piedi e gambe..poi c'è il peso delle racchette stesse e la variabile consistenza della neve che impegna anche l'equilibrio.

Insomma non bisogna lasciarsi trascinare dall'entusiasmo ed esagerare nelle prime uscite. Ma non sarà questo il caso.



La struttura:

soggiungeremo presso un hotel della zona di Ceresole, dove si trovano diversi due/tre stelle di discreto confort. In hotel è previsto il trattamento di mezza pensione.

**Costi: Costo Guida euro 50 a persona
Costo mezza pensione in hotel 50 euro a persona**

in stanza doppia (bevande escluse)

C'è da aggiungere a questa cifra l'affitto delle racchette da neve per chi ne fosse sprovvisto che è di **10 euro**.

Come si raggiunge Ceresole Reale:

Da Genova: 241 km- 3 ore di percorrenza tramite l'Autostrada Genova- Alessandria, poi verso la Torino-Aosta fino ad Ivrea. Qui si esce dall'autostrada e ci si immette nella SS 565 verso

Castellamonte –Pont Canavese. A Pont si seguono le indicazioni per la Valle Orco e Locana-Noasca- Ceresole Reale.

Da Milano: 180 km- 2 ore e 30. Si segue l'autostrada Milano-Torino quindi a Vercelli ci si immette nella "bretella" per Santhià Aosta, si segue sulla Torino- Aosta in direzione Aosta, si esce dall'autostrada ad Ivrea. Ci si immette nella SS 565 verso Castellamonte –Pont Canavese. A Pont si seguono le indicazioni per la Valle Orco e Locana-Noasca- Ceresole Reale.

Da Torino: 90 km – 1 ora e 45 si può sia seguire la Torino- Aosta fino a Ivrea e di lì seguire le indicazioni sulla SS 565 per Castellamonte- Pont Canavese e poi per la Valle Orco- Locana- Noasca- Ceresole Reale. Ma si può anche dalla Tangenziale Nord



entrare nella Superstrada di Caselle, uscire all'uscita 3 verso Leini- Rivarolo Canavese ex SS 460 (c'è anche l'indicazione per Parco nazionale Gran Paradiso), passare Cuorgnè, Pont e poi seguire per la valle Orco come da indicazione precedente.

**Info e prenotazioni: Cell. 3404106172
email naturalenti@libero.it**