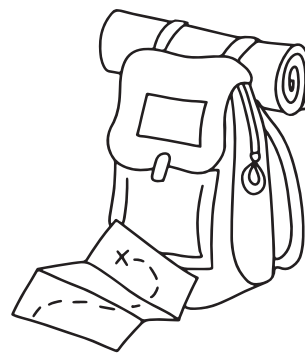


Cosa mettere nello zaino



ATTREZZATURA TECNICA

- Zaino (almeno 30 LT)
- 2 piccozze tecniche (con impugnatura e manico curvo)
- Scarponi ramponabili (con inserto anche sulla punta)
- Ramponi da ghiaccio (punta/e frontali verticali)
- Imbragatura
- Caschetto
- Viti da ghiaccio (non indispensabili - le porterà la guida)
- Assicuratore tipo Reverso o simili (non indispensabile - le porterà la guida)

VESTIARIO

- Intimo termico (calzamaglia, maglia e calzini da neve)
- Pail o soft-shell antivento
- Giacca impermeabile in Gore-tex o simili
- Piumino
- Pantaloni semi-impermeabili in soft-shell
- Pantalone in Gore-tex o simili (non indispensabile)
- Fascia o cappello
- Scaldacollo
- 2 paia di guanti da neve (sottile e sensibile | pesante)

ALTRO

- Borraccia e/o thermos
- pranzo al sacco (barrette-panino-snack)
- _____
- _____

