



CLUB ALPINO ITALIANO
Sezione di Forni di Sopra



I COMPORAMENTI

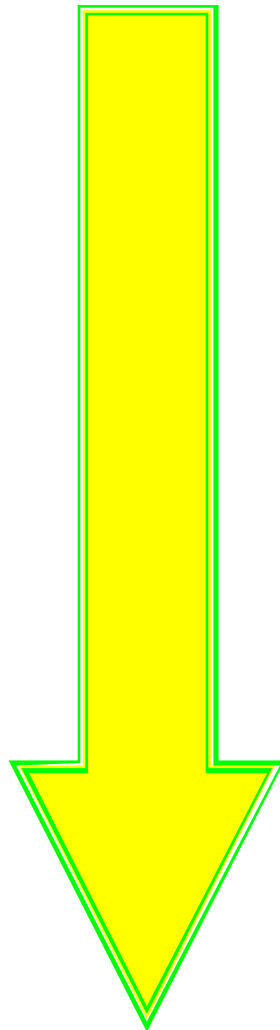
L'avventura, può iniziare prima di mettersi in marcia, nei giorni precedenti, parlandone con i compagni di escursione, decidendo dove andare, facendo i preparativi per la partenza. Se fino ad ora abbiamo lasciato che altri pensassero a tutto, poco per volta, scopriremo il piacere di organizzare la nostra gita.

Ma non partiamo alla cieca:

**IMPROVVISAZIONE, FACILONERIA,
SUPERFICIALITÀ NON VANNO BENE IN
MONTAGNA**

- ù Scegliamo un percorso adatto alle nostre capacità e alle nostre forze;
- ù Cerchiamo di saperne il più possibile, leggendo una guida o prendendo informazioni da chi già conosce il nostro itinerario;
- ù Se prevediamo di fermarci in Rifugio, assicuriamoci che sia aperto oppure, preoccupiamoci di sapere dove possiamo ritirare le chiavi;
- ù Studiamo il percorso, su una carta topografica;

- ù Ascoltiamo le previsioni del tempo: rimandiamo la escursione se è previsto un peggioramento;
- ù La sera, prepariamo lo zaino con tutto il necessario per mangiare e vestirci (abituiamoci a preparalo da soli, poi chiediamo magari di controllare ad un genitore)
- ù Partiamo di buonora la mattina: avremo maggiori probabilità di godere di buone condizioni atmosferiche, saliremo nelle ore più fresche ed avremo più tempo per tornare nel caso di contrattempi.



NON DIMENTICHIAMO

1. Conosciamo la montagna, per poter evitare e per saper affrontare i suoi pericoli (maltempo, nebbia, cadute di pietre, ecc);
2. Prepariamoci fisicamente e psicologicamente, per sostenere gli sforzi che essa richiede per saper affrontare qualsiasi situazione, mantenendo calma e lucidità;
3. Conosciamo la nostra forza e resistenza: non andiamo oltre i limiti delle nostre possibilità;
4. Non abbiamo fretta: poco per volta, se ne sentiremo l'esigenza, potremo affrontare in sicurezza imprese più impegnative;
5. Impariamo da chi ha più esperienza di noi: una escursione fatta con una persona più esperta può valere più di mille parole o raccomandazioni;
6. Prestiamo attenzione, soprattutto quando giochiamo o siamo stanchi;
7. Non lasciamo mai soli i compagni: se sono stanchi, rallentiamo se li vediamo in difficoltà, aiutali;
8. Non corriamo: non ci sono avversari da battere né traguardi da tagliare, e poi la fretta ci fa perdere tante emozioni;
9. Sappiamo rinunciare, se il tempo peggiora o l'escursione si rivela superiore alle nostre forze: ritenteremo un' altra volta..... Le montagne non scappano

