



Sport sulla neve fuoripista

Sciescursionismo, freeride o ciaspolata: gli sport fuoripista regalano momenti indimenticabili. Il rischio di precipitare e il pericolo di valanghe tuttavia sono sempre in agguato. Un comportamento corretto e l'attrezzatura adeguata possono prevenire gli infortuni.

Ogni anno circa 20 persone muoiono in media sotto una valanga nelle montagne svizzere facendo fuoripista. Un pericolo difficile da valutare. Per prevenirlo servono conoscenze di nevolgia e una pianificazione accurata dell'escursione.

Alle persone con scarsa esperienza si raccomanda di seguire gli itinerari per racchette segnalati e messi in sicurezza, le piste gialle oppure di scegliere su [skitouren.guru.ch](https://www.skitouren.guru.ch) un'escursione a basso rischio. Molte scuole di alpinismo e di sport sulla neve nonché associazioni attive propongono inoltre escursioni guidate.

Per lo sciescursionismo non guidato e il freeride individuale nonché le ciaspolate fuori dalle piste e dai percorsi demarcati serve una formazione specifica. Qui aiutano i corsi (ad es. del [Club Alpino Svizzero \(CAS\)](https://www.clubalpinosvizzero.ch) o dell'[Associazione svizzera delle guide di montagna \(ASGM\)](https://www.assoziazionevizzera.org)) e [whiterisk.ch](https://www.whiterisk.ch).

Da portare sempre con te per i casi di emergenza: cellulare, apparecchio di ricerca in valanga (ARTVA), sonda, pala ed eventualmente un airbag da valanga.

I consigli più importanti

- Opta per le **offerte messe in sicurezza** (piste gialle e itinerari per racchette segnalati) o **escursioni a basso rischio** ([skitouren.guru.ch](https://www.skitouren.guru.ch))
- Segui un corso di **nevolgia**
- Se hai poca esperienza, affidati a una **guida esperta**
- Informati sul **pericolo di valanghe, le condizioni della neve e la meteo**
- Porta con te **cellulare ed equipaggiamento di emergenza**: apparecchio per la ricerca in valanga (ARTVA), sonda e pala, ev. un airbag da valanga

Trovi maggiori informazioni sul tema «Sport sulla neve fuoripista» su [upi.ch/fuoripista](https://www.upi.ch/fuoripista).

