



BERNINATREKKING

UN'ESPERIENZA INDIMENTICABILE –

Una notte sul monte calvo

Lasciati andare ad un'avventura – tramonto, notte stellata ed alba – e passa una notte all'aperto – in montagna, in un'ambiente incredibile!

SA 26./DO 27. Giugno: Quota media*

SA 24./DO 25. Luglio: Quota media*

SA 14./DO 15. Agosto: Alta quota/vetta*

* Punto ed ora di ritrovo come pure la meta della gita saranno decise all'ultimo e comunicate solo ai partecipanti e sù richiesta – chiedi ulteriori informazioni.

PROGRAMMA

Nel primo pomeriggio ci troviamo sul punto di partenza per la nostra gita. Saliamo al luogo ove installeremo il nostro "campo base" per la notte. Prepareremo una cena semplice ma gustosa (fonduta di formaggio) e impazienti attendiamo l'imbrunire. Giù nella valle già buia si accendono le luci – ma stanotte il tuo sguardo sarà solo per il cielo stellato appena sopra di te.

Una luce appena percettibile all'orizzonte annuncia l'arrivo del nuovo giorno. Dapprima chiarore verdino, poi sui toni violacei fino all'arancione intenso, il sole colora la luce. Tutto lo spettacolo sarà ripreso fotograficamente, perchè è anche per ciò che abbiamo voluto passare questa notte quassù! Prima di smontare le nostre tende ci riscaldiamo con un cappuccino o un infuso ed una brioche, poi ci si incammina verso valle, ricchi di un'esperienza indescrivibile in più.

TEMPI DI SALITA:

Quota media ↑ 500 – 900 m | ore di cammino ca. 3:00 h; allenamento fisico medio richiesto

Alta quota/vetta ↑ 900 e più metri | ore di cammino ca. 4:00 – 5:00 h; allenamento fisico buono richiesto

EQUIPAGGIAMENTO

Tenda bivacco/trekking 1–2 pers., Sacco a pelo caldo 3-stagioni, materassino isolante, buone scarpe da trekking, racchette telescopiche, abbigliamento caldo ed asciutto per la notte, giacca piumino d'oca, guanti, berretto, lampada frontale o altra pila. Una piccola federa che puoi riempire con qualche vestito usati durante la salita da usare da cuscino. Bottiglia in PET vuota da riempire con acqua dal ruscello in quota – attenzione: chi non tollera l'acqua cruda raccolta in natura, deve portarsi da valle abbastanza acqua in bottiglia.

BERNINATREKKING

Ruedi Wiesner
Guida media Montagna ASGM/ASAM/UIMLA/WWGR
con attestato professionale federale e
licenza T4

Giassa da las Barrieras 1
7505 Celerina/Schlarigna

T +41 81 833 06 66
Whatsapp/SMS +41 79 851 14 36
www.berninatrekking.com
info@berninatrekking.com





BERNINATREKKING

Una notte sul monte calvo.

NOLEGGIO EQUIPAGGIAMENTO

Se non sei in possesso dell'equipaggiamento necessario o di parte di esso, puoi noleggiare: tenda da bivacco, tappetino isolante, sacco a pelo con sacco lenzuolo – singolarmente o tutto il set completo. Inoltre sono disponibili anche scarpe da trekking, racchette telescopiche, zaino, lampada frontale etc.

CENA/PRIMA COLAZIONE

Una cenetta semplice (Fonduta di formaggio), un bicchiere di vino o vin brûlé la sera e un cappuccino caldo o infuso con brioche a prima colazione sono compresi nel prezzo. Chi segue diete particolari è pregato di comunicare per tempo le proprie preferenze. Ogni partecipante aiuta a portare un pò di cibo o oggetti comuni nel proprio zaino.

LISTA ATTREZZATURA

- Equipaggiamento di base: tenda da bivacco leggera, non più di ca. 2 kg, sacco a pelo, tappetino isolante, zaino da ca. 35 l, scarpe da trekking, racchette telescopiche.
- Abbigliamento indossato – probabilmente sarà inumidito dal sudore durante la salita e quindi andrà cambiato – calzone da trekking ad asciugatura rapida (evtl. accorciabile), calzettoni, biancheria intima, t-shirt, maglia in pile, giacca antivento/anti-pioggia.
- Abbigliamento da ricambio per la notte: biancheria intima, calzette calde, maglietta a manica lunga, calzamaglia, pullover in pile, giacca isolante (piumino), berretto, guanti. Utilità: crema e protezione solare, occhiali da sole, piccolo asciugamano in microfibra, carta igienica, spazzolino da denti, pettine, coltellino svizzero, sacchetti di plastica, bottiglia PET vuota.
- Importante!: medicine personali, cerrotti anti vesciche, carta identità, moneta contante, Smartphone, macchina fotografica.

CONSIGLIO

Light porta lontano! Tutto quanto non strettamente necessario s'ha da lasciare a casa.

ASSICURAZIONE

Ogni partecipante si assume tutti i rischi della montagna e dispone di adeguata copertura assicurativa personale.

SVOLGIMENTO

Le gite avranno luogo solo con condizioni meteo favorevoli.



Notte stellata in Engadina

BERNINATREKKING

Ruedi Wiesner

Guida media Montagna ASGM/ASAM/UIMLA/WWGR
con attestato professionale federale e
licenza T4

Giassa da las Barrieras 1
7505 Celerina/Schlarigna

T +41 81 833 06 66
Whatsapp/SMS +41 79 851 14 36
www.berninatrekking.com
info@berninatrekking.com



COSTI

Media quota

Se sei in possesso dell'equipaggiamento proprio.

Prezzo base

con 4 partecipanti a persona	CHF 125.–
con 3 partecipanti a persona	CHF 170.–

Prezzi suppl, noleggio:

Tenda	CHF 70.–
Sacco a pelo + tappetino isolante	CHF 85.–
Tenda + sacco a pelo + tappetino isolante	CHF 100.–

COSTI

Alta quota/vetta e T4

Se sei in possesso dell'equipaggiamento proprio.

Prezzo base

con 4 partecipanti a persona	CHF 150.–
con 3 partecipanti a persona	CHF 200.–

Prezzi suppl, noleggio:

Tenda	CHF 70.–
Sacco a pelo + tappetino isolante	CHF 85.–
Tenda + sacco a pelo + tappetino isolante	CHF 100.–

PRESTAZIONI:

Gita guidata e organizzazione.
Procura degli equipaggiamenti a noleggio
Cenetta semplice (Fonduta di formaggio)
1 bicchiere di vin brûlé o simile
Prima colazione: cappuccino e brioches

NON compreso nel prezzo

Bevande

Andata e ritorno dal domicilio al punto d'incontro / meta della gita.

PRENOTAZIONE

Prima possibile – minimo 5 giorni in anticipo.
Prenotazione valida solo dopo conferma.