

# SOCCORSO ALPINO E SPELEOLOGICO PIEMONTESE

ONLUS

CLUB ALPINO ITALIANO

CORPO NAZIONALE SOCCORSO ALPINO E SPELEOLOGICO  
MEDAGLIA D'ORO AL VALOR CIVILE



XIII DELEGAZIONE VALSUSA E VALSANGONE

Coazze, 27 giugno 2020

Via Sabaudia, 164 - 10095 Grugliasco

Tel./Fax 011/4044550

STAZIONE: VAL SANGONE

Vista la notevole affluenza di escursionisti in valle, con questo decalogo, la stazione di Soccorso Alpino della Valsangone indica alcuni punti fondamentali per ridurre al minimo le probabilità di incidenti in montagna.

Le principali mete degli escursionisti, ossia **il rifugio della Balma e il rifugio fontana Mura** presentano rispettivamente un **dislivello di 800m e 650m che significano 2h30m circa di percorso per camminatori allenati.**

- 1) Preparare la gita, anche se breve, raccogliendo informazioni sulle caratteristiche dell'escursione con l'aiuto di una carta (quota, dislivello, spostamento, difficoltà) e rapportarle alle proprie capacità ed esperienza.
- 2) Informarsi sulle condizioni meteo previste.
- 3) Utilizzare attrezzatura adeguata. Calzature: scarponi o scarponcini da trekking. Abbigliamento: felpa, giacca antivento, berretto/cappellino, pantaloni lunghi consigliati.
- 4) Non muoversi da soli.
- 5) Lasciare detto dove si va.
- 6) Non fare cieco affidamento sul cellulare per eventuali chiamate di emergenza.
- 7) Portare una torcia (meglio pila frontale) per eventuale ritardo.
- 8) In caso di incidente contattare il 112.
- 9) In caso di perdita di orientamento chiamare il 112 prima di rischiare di perdere campo telefonico o peggiorare la situazione infortunandosi.
- 10) Non abbandonare il sentiero.

Altre info [www.sicurinmontagna.it](http://www.sicurinmontagna.it)

Il Capo Stazione