

## SETTORI E VIE DI ARRAMPICATA

Sono presenti quattro settori di arrampicata per un totale di diciassette monotiri, elencati per settore e da sinistra verso destra, per chi guarda verso monte, come segue:

### MASSO

E' il primo settore che si incontra salendo lungo il sentiero. Su di esso sono stati attrezzati tre itinerari di quattordici metri circa di sviluppo

numero	Nome della via	Difficoltà
1	COLPO DI FRUSTA	6a+
2	RAMARRO	6a
3	BIGLIETTI, PREGO	6a

### PARETE DELLE MOSCHE

E' il settore più grande e si incontra salendo lungo il sentiero, oltre il Masso, per un minuto circa. Presenta nove monotiri di sviluppo variabile dai tredici ai diciotto metri

numero	Nome della via	Difficoltà
1	NEVROTICA	6a+
2	LAST TOUCH	6a
3	VIPERELLA	6a
4	ARBRE MAGIQUE	6a
5	GRANDI PROGETTI	5c
6	LEONA MARPIONA	6a+
7	CICCIA SALSICCIA	6b
8	BARALLO	6b+
9	LA FENICE	6b

### PARETINA DEI BIMBI

E' una paretina triangolare dell'altezza massima di sette metri, immediatamente a destra della Parete delle Mosche e leggermente rientrante. Due(\*) dei tre itinerari presentano una chiodatura particolarmente abbondante e ravvicinata che, unita ad una relativa facilità di percorso e alla loro brevità, li rende particolarmente adatti ai bambini, ai principianti e per l'insegnamento e la dimostrazione di manovre di corda, di autosoccorso, di tecnica alpinistica anche a gruppi numerosi

Numero	Nome della via	Difficoltà
1	LINGUA NERA	6a+
2	*BAMBI	4b
3	*MARMOTTA	4c

### PLACCA

Proseguendo sul sentiero a destra dei settori appena descritti in poche decine di metri si giunge alla base di una placconata. Questo settore presenta le vie più lunghe, che arrivano a ventitré metri

Numero	Nome della via	Difficoltà
1	MISTERI DELLA CHIMICA	4c
2	TOUPIE	5a

## **ROC 'D BARMA FREIDA**

La palestra di arrampicata di Barma Freida é sita a 1.500 metri s.l.m. ed é esposta a Sud - Sud Ovest. I prati ed i boschi circostanti sono di propriet  privata e, tenuto conto dell'importanza delle risorse prative e boschive per la gi  difficile economia di montagna, si ricorda a tutti i frequentatori che **E' ASSOLUTAMENTE VIETATO DEPOSITARE QUALSIASI TIPO DI RIFIUTO, SPEZZARE RAMI, INCIDERE LA CORTECCIA DEGLI ALBERI, RACCOGLIERE FIORI E, IN GENERALE, PRODURRE QUALUNQUE AZIONE CHE MODIFICHINO O DANNEGGI LE CONDIZIONI DEL BOSCO, DEI PRATI, DELLA ROCCIA, DELLE BAITE IN PIETRA E DI TUTTO L'AMBIENTE CIRCOSTANTE.** Dovrebbe essere superfluo ricordare le immani fatiche che fecero gli abitanti di questi luoghi per costruire le case, terrazzare i prati, tenere in ordine i boschi. Abbiate rispetto di questo patrimonio che rischia di andare perduto!

Il versante su cui sorge la palestra é molto soleggiato e anche durante gli inverni miti e poveri di precipitazioni é possibile arrampicare godendo del calore del sole, almeno nelle ore centrali della giornata. A partire dai mesi autunnali e sino a primavera inoltrata potrete trovare una sbarra che chiude l'accesso alla strada circa 400 metri prima delle baite di Barma Freida; potete parcheggiare l'auto ai lati della strada e percorrere a piedi quest'ultima breve distanza. Non esistono, purtroppo, sorgenti d'acqua nelle vicinanze quindi... attrezzatevi!

Il calore primaverile e ancor di pi  quello estivo fanno si' che su questi soleggiati versanti si possano incontrare delle vipere. Questi rettili sono comunque animali piuttosto schivi e tendono ad allontanarsi non appena il terreno trasmette loro, tramite le vibrazioni prodotte dai passi, che "qualcosa di grosso" si sta avvicinando. In ogni caso é meglio non fidarsi e controllare bene dove si cammina e dove si mettono le mani.

Il materiale utilizzato per l'attrezzamento degli itinerari di arrampicata consiste in spit-fix di acciaio inox del diametro di 10 mm lunghi 90 mm e, in minima parte, in tasselli del diametro di 12 mm lunghi 120 mm, fissati alla roccia mediante resina epossidica; Non esitate comunque a controllare l'affidabilit  delle protezioni ogni volta che le utilizzate, é una buona regola per arrivare alla pensione (se ce la daranno ancora!).

Se qualcuno desidera piazzare le corde alle catene passando sul percorso attrezzato che l'apritore, per necessit  di lavoro, aveva collocato, sappia che la tenuta delle protezioni che reggono il cavo di acciaio **NON E' GARANTITA** in quanto esse non rispondono ai requisiti minimi di sicurezza imposti dalla normativa CE che disciplina lo specifico settore di attivit .

**Buon divertimento a tutti!!**

