

# Esprì Sarvadzo


## Esprisarvadzo montagna e avventura a 360°

### Montagna e avventura

Locanda Lac Place Moulin e Rifugio Prarayer – Bionaz

VALLE D'AOSTA - VALPELLINE

#### Tabella esplicativa

<b>Montagna e Avventura</b>	
<b>Durata</b>	2 giornate 2 notti.
<b>Difficoltà</b>	Per chi vuole vivere un'esperienza a 2000 mt di relax e avventura
<b>Periodo</b>	Da Giugno a Settembre
<b>Partecipanti</b>	max 6 persone per gruppo
<b>Prezzo a partire da</b>	240 Euro a persona per gruppi di 6 persone per 2 giornate.

#### Breve descrizione

Due giorni di attività e due pernottamenti a 2000 mt, arrampicata, escursioni, mtb, benessere (sauna e idromassaggio). Locanda LacPlaceMoulin, rif Prarayer.

#### Prezzi dell'attività

Due giornate

- 240 euro a persona per gruppo di 6 persone.
- 260 euro a persona per gruppo di 5 persone.
- 290 euro a persona per gruppo di 4 persone.
- 335 euro a persona per gruppo di 3 persone.
- 430 euro a persona per gruppo di 2 persone.
- 710 euro a persona per 1 persona.

(il prezzo è considerato a persona per un gruppo di 6 persone, che svolgono stesso programma)

IL PROGRAMMA VERRÀ CONCORDATO PREVENTIVAMENTE CON EVENTUALI VARIAZIONI DI PREZZO:

**Comprende:** Assistenza della Guida Alpina e sue spese, assicurazione RC, Mezza Pensione in Locanda, Pic nic primo giorno, Mezza pensione in rifugio, Pic nic secondo giorno, Noleggio mtb, Sauna, Materiale d'uso comune (corde, moschettoni).

**Non Comprende:** Tutto ciò non specificato nella voce "Comprende".

# Esprì Sarvadzo

## **Argomenti trattati**

Scelta e utilizzo corretto dei materiali, progressione in cordata su ghiacciaio, autosoccorso in ghiacciaio, tecniche di cramponage, progressione in corda corta su roccia e su ghiaccio, gli ancoraggi, uso cartina e bussola, nozioni basi di meteorologia in montagna, rispetto della natura.

## **Programma generale**

Per condizioni meteo l'organizzazione si riserva la possibilità di effettuare dei cambiamenti al Programma di massima:

### **2 giornate**

#### **1 giorno:**

18:00 Arrivo alla Locanda LacPlace Moulin e aperitivo di benvenuto.

Presentazione della Guida e del programma

20:00 cena

21:30 piccola passeggiata notturna

#### **2 Giorno:**

08:00 Partenza per escursione (1 ora circa) fino alla falesia con attività pratica di arrampicata

Pranzo al sacco (fornito dalla locanda)

16:30 Trasferimento con MTB al rifugio Prarayer

17:30 sauna e idromassaggio

#### **3 Giorno:**

08:00 Escursione lungo la Balconata di Prarayer.

Pranzo al sacco (fornito dal rifugio Prarayer)

17:00 Trasferimento fino alla Locanda Con MTB.

18:00 Saluti e baci

## **Materiale necessario**

Vestiario adeguato da montagna (zaino 30/45 litri, occhiali da sole, maglietta, maglione, giacca a vento impermeabile da montagna, pantalone da montagna, calze da montagna scarpe di avvicinamento/scarponcini, cappello da sole con visiera e berretto, guanti, asciugamano e sacco lenzuolo, biancheria di ricambio, crema solare, borraccia da litro, kit pronto soccorso)

.MATERIALE TECNICO: Attrezzatura da arrampicata: Imbragatura, casco, scarpette arrampicata o scarponcini/scarpe di avvicinamento). (Su richiesta preventiva alla prenotazione imbragatura e casco verranno fornite dall'organizzazione).

**Periodo dell'offerta** da Giugno ad Settembre.

**Mangiare:** Rifugio e Locanda e pranzo al sacco durante le uscite.

**Dormire:** Locanda LacPlace Moulin e Rifugio Prarayer.

**Modalità di pagamento** versando un acconto del 50% della Quota all'iscrizione (Bonifico o contante), Saldo a inizio attività.

**Modalità di iscrizioni** [www.esprisarvadzo.com](http://www.esprisarvadzo.com) , [esprisarvadzo@gmail.com](mailto:esprisarvadzo@gmail.com).

**Cristian +39 331 958 3294**

**Cristina +39 328 266 6642**

**UNCONVENTIONAL**



PROFESSIONAL ACTIVITIES  
OF ADVENTURE IN THE MOUNTAINS  
AGOSTA VALLEY > ITALY