

Commissione svizzera per la prevenzione
degli infortuni su discese da sport sulla neve SKUS
www.skus.ch

SKUS



Direttive

***per sciatori
e snowboarder***

Edizione 2006

Informazioni importanti



Si scia e si va in snow a proprio rischio.

Usare le discese demarcate.

Queste vengono protette da pericoli alpini (pericolo di caduta e valanghe).

Il terreno al di fuori delle discese demarcate non è assicurato.

Rispettare la natura. Proteggere flora e fauna.

Proteggere la testa di adulti e bambini con un casco.

Queste direttive valgono per tutti gli utenti delle discese da sport sulla neve.



Regole di condotta della FIS



Regola fondamentale

1. Non mettere in pericolo o danneggiare nessuno.

Regole di circolazione

2. Discendere a vista. Adeguare la velocità e il comportamento alle proprie capacità nonché alle condizioni della pista e meteo.
3. Rispettare il percorso degli sciatori e degli snowboarder che precedono.
4. Durante il sorpasso mantenere una distanza sufficiente.
5. Prima di partire e curvare verso monte guardare a monte.

Sosta/salita

6. Sostare solo a bordo pista o in luoghi ben visibili.
7. Salire o scendere solo ai bordi della pista.

Segnali

8. Rispettare le demarcazioni e la segnaletica.

In caso d'incidente

9. Prestare soccorso, avvertire il servizio di salvataggio.
10. Chiunque sia coinvolto in un incidente o ne sia testimone è tenuto a dare le proprie generalità.

Nella prassi giuridica queste regole sono vincolanti.

Snowboarder



1. La gamba anteriore deve essere collegata saldamente alla tavola con una cinghia di ritenuta.
2. Durante la risalita con skilift o seggiovie togliere la gamba posteriore dall'attacco.
3. Prima di ogni cambio di direzione, in particolare prima di un heel turn/una virata backside, volgere lo sguardo indietro per verificare lo spazio.
4. Dopo aver tolto lo snowboard, posarlo sempre sulla neve con gli attacchi verso il basso.
5. Sui ghiacciai, non staccare la tavola per il pericolo di crepacci.

Park e pipe

1. Prima di usare fun park e half pipe farsi un'idea degli impianti.
2. Prima di esibirsi in acrobazie, accertarsi che la zona di atterraggio sia libera.



Battipista



I battipista (mezzi cingolati) possono entrare in servizio in qualsiasi momento, anche in caso di nevicate o pessima visibilità.

Il battipista ha la precedenza.

Comportamento verso i battipista

1. Rispettare le distanze di
 - 15 m davanti e dietro
 - 3 m lateralmente
2. Non agganciarsi
3. Segnalare al conducente del battipista se non si è in grado di evitarlo.



Discese da sport sulla neve demarcate

Piste

- preparate
- controllate
- suddivise secondo il grado di difficoltà.

Pista facile: blu



Pista di media difficoltà: rosso



Pista difficile: nero



Zone a bassa velocità

Langsam
Ralentir

Rallentare
Slowly

Itinerari giallo



- non preparati
- non controllati
- per esperti



Pericolo di valanghe

GESPERRT



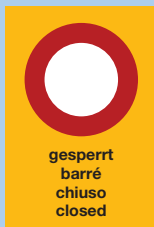
In caso di pericolo di valanghe si provvede alla chiusura delle piste e degli itinerari:

sulle tavole di orientamento

- con tavole rosse
- con luci di segnalazione rosse

nell'area

- con tavole di sbarramento e
- con corde delimitative e bandierine



Punti pericolosi

I pericoli locali vengono segnalati e chiusi

- con bandierine



- con paletti



Zone non controllate – pista off



Le piste e gli itinerari di tali zone non sono né controllati né assicurati da pericoli alpini.

Questo cartello mette in guardia qualora vi fossero dubbi se una discesa è demarcata e assicurata o meno oppure se fa parte della zona non controllata.

Achtung	Attention
Attenzione	
Hier keine markierte und kontrollierte Abfahrt	
Ici pas de descente balisée et contrôlée	
Qui nessuna discesa demarcata ne controllata	
Here no marked and controlled run	

Gradi per indicare il pericolo di valanghe

- ① debole
- ② moderato
- ③ marcato
- ④ forte
- ⑤ molto forte



A partire dal grado di pericolo ③ «marcato» viene esposto questo cartello e messo in funzione il segnale luminoso lampeggiante. Restare sulle discese demarcate e aperte.





Informazioni

- Bollettino delle valanghe (telefono 187, teletext TSI pagina 782, fax 0900 59 20 23, www.slf.ch)
- Bollettino meteo
- Avvertimenti dei servizi di pista e soccorso
- Freeride Checkpoints

Comportamento nelle zone non demarcate

1. Osservare e valutare le caratteristiche del manto nevoso, gli accumuli di neve, le recenti valanghe di lastroni e le zone di rottura.
2. Portare su di sé l'apparecchio per la ricerca in valanga (ARVA) e regolarlo sulla posizione «emissione»; equipaggiarsi di una pala da valanga.
3. Praticare il freeriding solo se la visibilità è buona.
4. Non attraversare in gruppo le zone sospette; prevedere delle vie di fuga.
5. Non avventurarsi mai da solo; tenere sempre d'occhio i compagni e essere pronti a intervenire.

Nel dubbio mai!

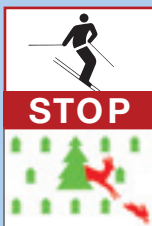
La valutazione del pericolo di valanghe esige molta attenzione ed esperienza. I sentimenti sono insufficienti. Il bel tempo e uno scarso strato di neve non escludono il pericolo di valanghe. Anche per il fuoripista e il freeriding vale: **nel dubbio mai!**

Zone di protezione di flora e fauna



Osservare le indicazioni delle tavole d'orientamento.

Le zone di protezione di flora e fauna vengono indicate nel modo seguente:



**Chi non rispetta le zone di protezione di flora e fauna
rischia il ritiro del titolo di trasporto.**

Soccorso in caso di incidenti



Primo soccorso

Valutazione dello stato generale della persona infortunata

Far assumere la posizione corretta

Prestare i primi soccorsi

Proteggere dal freddo

Allarmare il servizio di soccorso

Luogo e ora dell'incidente

Numero dei feriti

Tipo di ferita

Assicurare il luogo dell'incidente

Incrociare gli sci nella neve

Avvertire chi sopraggiunge

Rilevare i dati inerenti l'incidente

Generalità di persone coinvolte e testimoni

Luogo, ora e dinamica dell'incidente

Condizioni della zona, della neve e della visibilità

Demarcazione e segnalazione



Agosto 2006

Approvate e raccomandate:

Ufficio svizzero per la prevenzione degli infortuni upi

SWISS SNOWSPORTS

Swiss-Ski

Funivie svizzere FUS

Unione dei trasporti pubblici UTP

Ufficio federale dello sport Macolin UFSPD

Ufficio federale dei trasporti UFT

Istituto federale per lo studio della neve e delle valanghe SLF

Concordato intercantonale per funivie e sciovie CIFS

Associazione svizzera per l'insegnamento di snowboard SSBS

Istituto nazionale svizzero di assicurazione contro gli infortuni Suva

Da richiedere presso:

Commissione svizzera per la prevenzione degli infortuni su discese da sport sulla neve SKUS

c/o upi, Laupenstrasse 11, CH-3008 Berna

Tel. 031 390 22 22

www.skus.ch

Foto:

upi, SWISS SNOWSPORTS

La pubblicazione delle direttive è stata resa possibile grazie a

