



Arcuata di dita su "Monofase"

TORRIONE M:

Manu chao: 5c
 Gnocchetti verdi con burro e salvia: 6a+
 Monofase: 6b
 Trifase: 6c
 Gnocchetti sardi con pecorino: 6a/b

TORRIONE N:

Chiodi lunghi e ben distesi: 6a
 Figlio di Putin: 6a, 5
 La magra invidia: 6b
 Bei tempi: 6c
 Tito: 6c+/7a
 Dulferina: 6a+

TORRIONE O:

Spigolo dei ginepri: 5c

TORRIONE R:

Gentil fessura: 5a
 Linea d'ombra: 5b
 La pentola di Laura: ?

TORRIONE S:

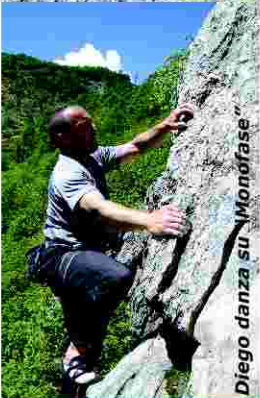
La proboscide: 5b
 Storie d'acqua: 5c
 Movida: 6a+
 Mare di nubi: 6b

TORRIONE T:

Eppure Osama: 6a
 Fanta-ghirò: 6a+
 Souvenir di Chiappera: 6a
 Di dita: 6b+
 Peripherie ovest: 6c

TORRIONE U:

L'alluce: 4+
 Caffè ristretto: 4



Diego danza su "Monofase"



Teo sulla "Magra Invidia"



Diego su "Monofase"

COME RAGGIUNGERE LA PALESTRA
 DI ROCCIA DEI DISTRETTI



STAMPA DIAL - GRAFICA

INFO:

Le Guide Alpine RISEmountain organizzano corsi d'arrampicata per adulti e bambini, accompagnamento in arrampicata nella falesia di Miroglio e non solo della durata giornaliera o 1/2 giornata. Per informazioni consultare il sito: www.risemountain.it e.mail: risemountain@libero.it
 Diego: 335-5475804 - Matteo: 338-1123787

Il C.A.I. sezione di Mondovì organizza corsi d'alpinismo, per info contattare il:

Per maggiori informazioni consigliamo la guida "Castagne, spit e magnesite" di Igor Napoli (facilmente reperibile nei negozi di Frabosa Sottana e Miroglio), che tratta anche un'altra decina di siti d'arrampicata del Monregalese.



**PALESTRA DI ROCCIA
 DEI DISTRETTI
 "Beppino Avagnina"**

"70 anni di storia...
 90 vie dal 3 al 7a..."





COMUNE DI
FRABOSA SOTTANA



CASSA DI
RISPARMIO
DI CUNEO

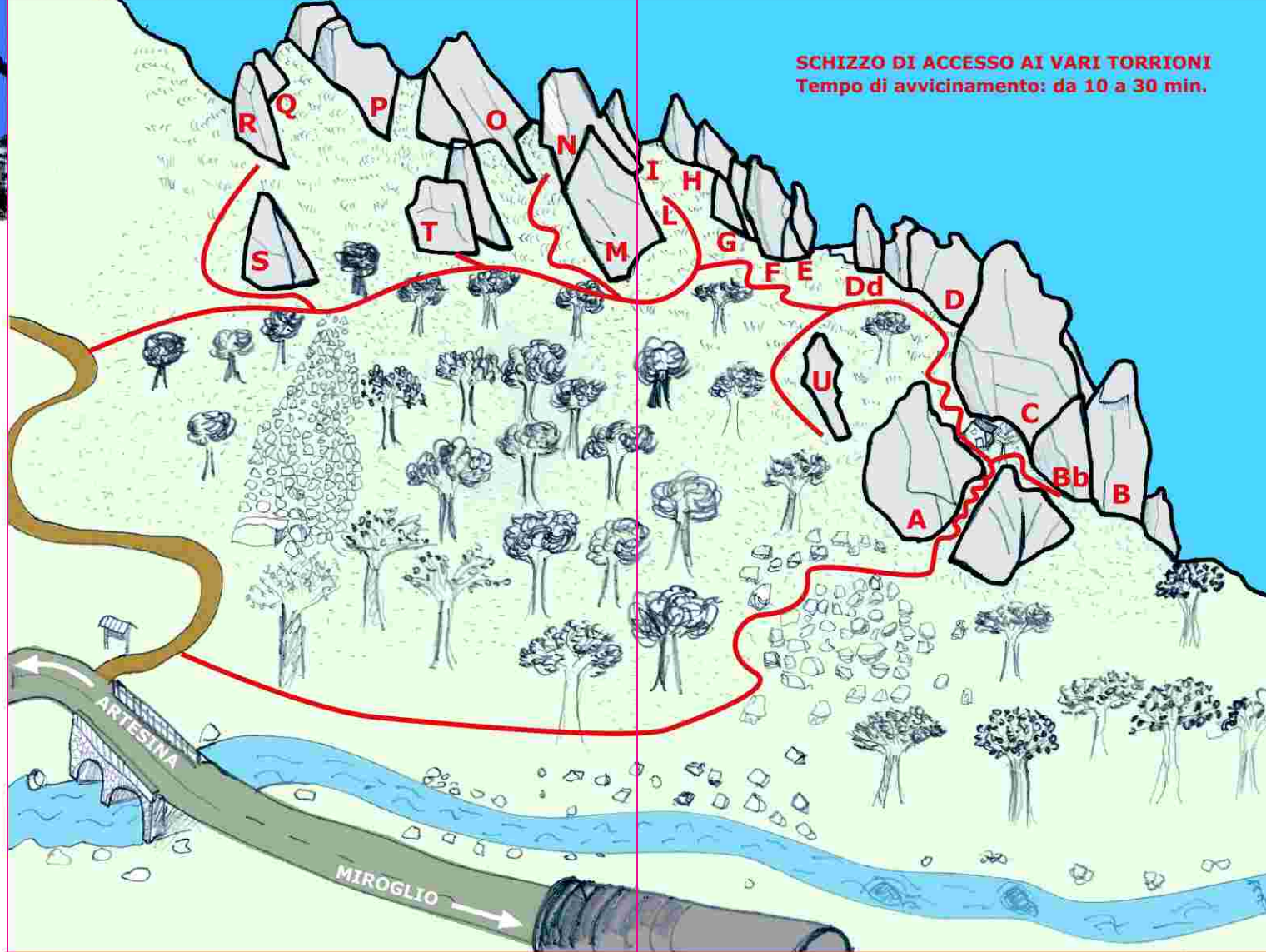


CLUB ALPINO ITALIANO
SEZIONE DI MONDOVI'



Tutte le vie d'arrampicata:

- TORRIONE A:**
Oberon: 5b
- TORRIONE B:**
Tanto, tanto...: 6b+
Diagonale: 5b
Irene chi ce l'ha se la tiene: 6c
Eva express: 6b
Boia Contadin: 3+, 4+
Zenit Direct: 5c, 4+
Zenit: 5a, 5b
- TORRIONE Bb:**
Itaca nella nebbia: 6c
Dise: "Muuh!": 5a
Belzebù: 6a
Spigolando: 4+
Muro verde: 4+
- TORRIONE C:**
Gunf: 4+
Snorg: 5a
Olga pizzaiola: 6a
C'era una volta: 4, 3, 3+
Genere, duri:
Vamdir: 5+/6a
Spazio zero: 6b
Bin Laden: 7a
Arcadia: 6c
Samarcanda: 6a+
Forte braccio: 6c, 6a
Diedrolandia: 5a
Pinocchio: 4
Sogni d'oro: 5a
Miros du Fou: 4+
- TORRIONE D:**
Placca d'oc: 6a
Bric e Broc: 4
Batida: 4
El sabor: 5b
- TORRIONE Dd:**
Pilastrino: 4+
Ape Iris: 5a
- TORRIONE E:**
Apaches: 6b/c
Pepè la dusolà: 5a
Eldorado: 6a
- TORRIONE F:**
Cocaburas: 5a
Variante magri: 5a
Placca Grassi: 6c
Segni acciatiati: 5c
Lucertola curiosa: 4+
Topo scalzo: 5a
Paolino: 4+
- TORRIONE G:**
Gatto Silvano: 6b
Spigolo: 5b
Arraffat: 6b
Ninsa: 6b+
Infasil: 4+
Fissan: 6a
Miss incastro: 6b
Matrioska: 6c
- TORRIONE H:**
Pietro: 4+
Isaia: 4+
Dolce vita: 4+
- TORRIONE I:**
Spigolo Beciu: 4
Prima neve: 4+
- TORRIONE L:**
Bausomat: 7a
Tre sedie: 5c, 5a



SCHIZZO DI ACCESSO AI VARI TORRIONI
Tempo di avvicinamento: da 10 a 30 min.

AVVERTENZE:
L'arrampicata presenta rischi oggettivi e soggettivi che si possono limitare con l'uso del casco, una attrezzatura adeguata e una corretta formazione presso Guide Alpine o Scuole C.A.I. Ricordate che la vostra sicurezza personale dipende dalla vostra responsabilità.

In caso di incidente chiamare l'emergenza sanitaria al: **118**

TECNICA CORRETTA PER PREPARARE LA DISCESA IN MOULINETTE

