

## IL DECALOGO DEGLI SCIATORI

Gli sciatori di performance, amatori e gli utilizzatori di snowboard devono rispettare le seguenti regole di condotta stabilite dalla Federazione Internazionale di Sci:

1. sciare in modo così da non mettere in pericolo la vita di un altro sciatore o di produrgli danni;
2. addattare la velocità di sciare rispetto alla preparazione tecnica, alla condizione fisica, allo stato della neve, al grado di difficoltà della Pista, alle condizioni atmosferiche e alla densità del traffico sulla Pista;
3. scegliere con cura la traiettoria sulla quale decidono di discendere, per poter proteggere gli sciatori che si trovano a valle della Pista;
4. sorpassare il sciatore che si trova a valle della Pista sia sulla parte diritta, sia sulla parte sinistra, a condizione che il sorpasso sia abbastanza largo per evitare un'eventuale evoluzione inaspettata di quello che sta per essere sorpassato;
5. assicurarsi, a mezzo di un'esaminazione attenta del traffico a monte e a valle della pista, che tanto loro, quanto gli altri sciatori sono fuori pericolo con l'occasione della traversata di una pista o del riprendimento del percorso dopo una fermata temporaneo sulla Pista;
6. evitare di stazionare sulla Pista specialmente sulle parti strette di essa o su quella dove la visibilità è ridotta. Nel caso di una caduta, devono rilasciare la pista il più rapido possibile;
7. utilizzare soltanto la margine della Pista nel caso nel quale sono obbligati a salire o a discendere a piedi;
8. rispettare gli indicatori di segnalazione e i picchetti di marcatura installati sulle piste e sui tratti di sci;
9. annunciare il posto di primo aiuto nel caso dell'investire di un sciatore, di dar aiuto al trasporto di esso;
10. di presentare la sua identità davanti agli organi competenti nel caso nel quale è stato testimone di un incidente oppure ha prodotto lui stesso l'incidente.



Sciovia



Pattinatoio



Telefono pubblico



Telesedia



Pista di sci



Autoparcheggio



Telegondola



Punto d'informazioni



Ristorante, buffetto



Telecabina



Salvamont, punto di primo aiuto



Bar, caffè, chiosco alimentare



Pista difficile (D)



Ferrovia



Cima montanea



Pista media (M)



Perimetro costruito



Quota



Pista facile (F)



Corso d'acqua, ponte



Bosco, orlo di bosco



Pista molto facile (MF)



Lago



Cammino di accesso

## Sinaia

**Collocazione:** Massiccio Bucegi  
**Altitudine:** 1000 - 2000 m (zona sciabile)  
**Temperatura medie (nell'inverno):** -4°C  
**Strato di neve:** 50 cm  
**Durata della neve:** dicembre - marzo

**Accesso:**  
■ Ferrovia: București - Sinaia (110 km)  
■ Auto: DN1 (E60) la km 118

### Piste di sci:

	Pista	Grado di difficoltà	Lunghezza (m)	Differenza di livello (m)
1.	Valea lui Carp	D	2140	597
2.	Drumul de Vara	M	3158	597
3.	Papagal	M	1150	340
4.	Drum cotă Sinaia*	M	3464	590
5.	Cota 1400	M	314	108
6.	Fața Dorului	M	880	235
7.	Scândurari	M	445	148
8.	Furnica Est	M	430	138
9.	Curmatura	M	450	137
10.	Sub Vârful cu Dor	M	390	135
11.	Furnica Mică	F	1450	280
12.	Tirul cu Porumbei	M	2x380	70
13.	Poiana Schiorilor	F	2x317	75
	Pista di Guidoslitta (competizione) 13 viraggi		1500	300

\* Illuminata

### Trasporto su cavo:

Tipo	Lunghezza (m)	Altitudine inf./sup. (m)	Durata (min.)
Telecabina Sinaia-Cota 1400	2328	810/1400	7
Telecabina Cota 1400-Cota 2000	1950	1400-2000	6
Telesedia Cota 1400-Cota 1950	2100	1400-1950	15
Telesedia Valea Dorului-Furnica	980	1350-1900	12

Programma: 9<sup>00</sup>-17<sup>00</sup> Telefono: 0244-311674 (Sinaia); 311872 (Cota 1400)

**SALVAMONT** 0244-313131

**Associazione degli monitori** 0244-314510

**Scuole di Sci** **Telefono**  
TRĂISTARU 0722-315231

Alloggio	Nome	Telefono	Capacità (luoghi)
<b>Cappane:</b>	Cuibul Dorului**	0244-311411	62
	Schiorilor*	0244-313655	20
	Valea cu Brazi*	0244-313605	42
	Miorița*	0244-312229	64
	Piatra Arsă*	0244-311911	50
<b>Hotel:</b>	Palace***	0244-312051-4	265
	Montana**	0244-312751	349
	Sinaia**	0244-311551	472
	Piatra Arsă**	0244-311911	80
	Alpin (Cota 1400)**	0244-312351	114
	Furnica**	0244-311851	66
	Stăvilă*	0244-313719	45
	Intim*	0244-311754-5	51

