

La scala delle difficoltà per Arrampicata

UIAA	USA	UK	Francia	Germania	Australia	Descrizione
I	5.2	difficoltà moderata	1	I		Dal primo grado si può già parlare di arrampicata, le mani si usano solo per mantenere l'equilibrio dove serve.
II	5.3	difficile	2	II	11	Dal secondo si parla di arrampicata vera e propria. La progressione richiede già una corretta sequenza nei movimenti. Gli appoggi e gli appigli sono molto abbondanti.
III	5.4	molto difficile	3	III	12	Aumenta la pendenza della parete, eccezionalmente addirittura verticale. Appigli ed appoggi iniziano a diminuire. I passaggi si possono generalmente affrontare in diversi modi.
IV	5.5	4a	4	IV	12 - 13	Appigli ed appoggi continuano a diminuire. Inizia ad essere necessaria una buona preparazione sia fisica che tecnica applicata alle diverse conformazione rocciose.
V-	5.5	4a	5a	V	13	
V	5.6	4a - 4b	5b	V - VI	13 - 14	Appigli ed appoggi ancora più rari. Arrampicata difficile e faticosa che richiede impegno. È necessario esaminare la parete prima di affrontare la progressione.
V+	5.7	4b - 4c	5b - 5c	VI	14	
VI-	5.8	4c	5c	VIIa	15	
VI	5.9	5a	6a	VIIb	15 - 16	Appigli ed appoggi obbligano ad una arrampicata composta da movimenti precisi e ben studiati. Richiede una buona preparazione fisica completata da un minimo di tecnica ed esperienza.
VI+	5.10a	5a	6a+	VIIc	16	
VII-	5.10b	5a	6b	VIIIa	17	
VII	5.10c	5b - 5c	6b+	VIIIb	18	Appigli ed appoggi estremamente esigui e/o distanti. È necessario un allenamento mirato allo sviluppo della forza e una non indifferente padronanza delle tecniche di equilibrio.
VII+	5.10d	5c	6c	VIIIc	19	
VIII-	5.11a - 5.11b	6a	6c+	IXa	20 - 21	
VIII	5.11c - 5.11d	6a - 6b	7a	IXb	22 - 23	Questo grado necessita di un'ottima preparazione fisica ed un allenamento costante. Comodi appigli ed appoggi vengono sempre meno.
VIII+	5.12a	6b	7a+	IXc	24	
IX-	5.12b - 5.12c	6c	7b - 7b+	Xa	25 - 26	
IX	5.12d	6c - 7a	7b+ - 7c	Xb	26 - 27	
IX+	5.13a	7a	7c+	Xc	28	
X-	5.13b - 5.13c	7b	8a - 8a+	XIa	29 - 30	A partire da questo grado ci si misura senza dubbio con vie estremamente "pesanti", composte da appigli esigui e non per tutti. È necessaria grande forza e resistenza di braccia oltre che ottima tecnica nei movimenti.
X	5.13b - 5.13c	7b	8b	XIb	30 - 31	
X+	5.13d - 5.14a		8b - 8b+		31 - 32	
XI-	5.14b - 5.14c		8c - 8c+		33 - 34	
XI	5.14c - 5.14d		8c+ - 9a			Grado riservato a poche persone, appigli e appoggi obbligati di una difficoltà estrema. Chi le chiude è sicuramente tra i migliori al mondo!