

**W le donne!**

**Al Cai senior in questi ultimi tempi si è verificato un aumento del numero delle donne partecipanti alle gite del giovedì'.**

**Il passaparola femminile ha funzionato e ci ritroviamo sempre piu' numerose ed entusiaste.**

**Camminare insieme è bello,si chiacchiera e si pensa,si ride e la fatica è piu' lieve.**

**L'arrivo alla meta è motivo di condivisione,di un abbraccio,di una stretta di mano,qualche volta di una lacrima quando la vetta raggiunta è di una certa difficoltà' e di una conseguente maggior fatica.**

**"La montagna diventa una terapia per la mente e tu lo sperimenti ogni volta che torni a casa piu' sereno trovando che hai fatto pulizia nella testa e torni come nuovo"(Marzia Serralutzo,Rivista della montagna).**

**E allora alleniamoci anche in inverno e prepariamoci per il 2014!**

**M.P.**