



NOTIZIARIO

CLUB ALPINO ITALIANO - SEZIONE DI VARESE -

Via Speri della Chiesa Jemoli, 12 - Tel. e Fax 0332 289267 E-mail: caivarese@caivarese.it - www.caivarese.it - c.fis- 80008820120

Tariffa Associazioni Senza Fini di Lucro: "Poste Italiane s.p.a. - Spedizione in Abbonamento Postale - D.L. 353/2003 (conv. in L. 27/02/2004 n. 46 art. 1, comma 2, DCB (VARESE)) - Stampa: JOSCA industria grafica editoriale, Varese

realizzato con il contributo del



Assessorato alla Cultura

attività culturale

mercoledì 8 luglio

MONTAGNE E FORTI EMOZIONI

Proiezione di immagini di : **Donato Nolè**



**Chiusura estiva
dal 8 al 24 Agosto**

Prima riapertura
25 Agosto

La guida Alpina **Donato Nolè** presenterà una serie di immagini riprese nel corso di spedizioni e salite in diverse parti del mondo: dallo Yosemite alla Patagonia, dalla Bolivia al Nepal senza dimenticare, naturalmente, le Alpi. Nel corso della serata cercherà di condividere con il pubblico il suo mondo e la sua visione di vivere la montagna e il perché l'ha scelta come maestra di vita. Le montagne hanno illuminato la giovinezza di Donato Nolè, gli hanno regalato emozioni profonde, paure, sconfitte, felicità ed avventura. "Posso dire grazie a loro perché per me sono state e sono una grande e insostituibile scuola di vita" sostiene Nolè.



Donato Nolè vive a Verbania. Fa parte del gruppo guide Alpi-Val d'Ossola. È diventato guida Alpina nell'anno 1990, inoltre è padre di 2 figli. Condivide la sua passione e le sue emozioni con clienti di tutt'età con particolare attenzione sul settore giovanile. Opera su tutti i terreni delle Alpi in Italia, Svizzera e Francia.

**Aula Magna
Università dell'Insubria
Via Dunant, - Varese
ore 21.15**
In collaborazione con



COMUNE DI VARESE
Assessorato alla Cultura

martedì 28 luglio

In sede ore 21

**Everest,
una sfida lunga 50 anni**

Il film del IV° Martedì

Alcuni storici l'hanno paragonata alla conquista dello spazio, eppure per giungere sulla vetta dell'Everest l'uomo ha impiegato molto più tempo di quanto sia servito per mettere piede sulla Luna. Una grande avventura che ebbe inizio ai primi del novecento. L'Everest è stato il teatro di imprese straordinarie e di strazianti tragedie umane, ma il suo fascino è rimasto intatto nel tempo. Nel cinquantesimo anniversario della spedizione del neozelandese Sir Edmund Hillary e dello Sherpa Tenzing Norgay che per primi conquistarono la vetta, National Geographic ci racconta la storia di un grande sogno, una sfida leale tra l'uomo e la natura che continua a rinnovarsi.



escursionismo



Le gite di
Luglio agosto

Sabato e Domenica 19-20 luglio

13^ escursione: PIRAMIDE VINCENT

Ritrovo e partenza sabato 19 luglio 2009 Piazzale Foresio ore 7,00.

Escursione riservata ai soli soci

Viaggio con autobus. Quota viaggio: € 34,00 + funivia A/R Alagna-Passo dei Salati € 25,00 + quota rifugio € 50,00. Attrezzatura indispensabile: imbrago, piccozza, ramponi, cordini, moschettoni, occhiali da alta montagna.

Iscrizioni ed informazioni in sede, nelle serate di martedì e venerdì, presso: **Gianni Tavernelli e Fabio Rigamonti** Domenica 2 agosto 2009

14^ escursione: LAGGINBIVAK

Ritrovo e partenza domenica 2 agosto 2009 Piazzale Foresio ore 6,00. Viaggio con autobus. Quota viaggio: soci € 13,00; non soci € 16,00.

Iscrizioni ed informazioni in sede, nelle serate di martedì e venerdì.

Giovedì 27 agosto - domenica 30 agosto

15^ escursione TREKKING "ATTORNO AL GRAN COMBIN"

Escursione riservata ai soli soci, posti limitati 20. Viaggio con auto private. Costi stimati n. 3 pernottamenti con trattamento mezza pensione fr. sv. 180 + bus+ viaggio con auto private € 50. Indispensabili: documento di identità in corso di validità, tessera CAI. Versamento € 50 al momento dell'iscrizione. Informazioni ed iscrizioni in sede serate di martedì e venerdì, presso: **Piera Martignoni**

ITINERARI

PIRAMIDE VINCENT m. 4215

1^ giorno: da Alagna (m. 1191) al passo dei Salati (m. 2980) con impianti di risalita, poi al rifugio Mantova (m. 3498). 2^ giorno: dal rifugio Mantova (m. 3498) alla Piramide Vincent (m. 4215). Dislivelli: 1^ giorno in salita m. 562. 2^ giorno in salita m. 715; in discesa m. 1277. Tempi di percorrenza: 1^ giorno in salita ore 2,30 (con utilizzo impianti di risalita). 2^ giorno in salita ore 2,30-3,00, in discesa ore 4,30. Difficoltà: alpinistica F.

La Piramide Vincent costituisce l'ultima vetta della lunga dorsale che, partendo dalla Nordend (m. 4609), si snoda in direzione Sud-Nord con una

formidabile sequenza di quattromila: Dufour, Zumstein, Gnifetti, Parrot, Ludwigshöhe, Corno Nero sono le altre cime che costituiscono questa straordinaria muraglia rocciosa. Con i suoi 4215 mt. e la sua posizione a cavallo tra Valsesia e Valle di Gressoney, la Vincent costituisce sicuramente meta di grande interesse per l'escursionista; la sua salita è estremamente semplice, consistendo esclusivamente in una lunga camminata dal Rifugio Mantova o dalla Capanna Gnifetti: insieme al Breithorn Occidentale può essere considerata tra i "Quattromila" più facili.

1^ giorno: da Alagna, partono gli impianti di risalita per il Passo dei Salati, dove inizia il ripido e pietroso sentiero a

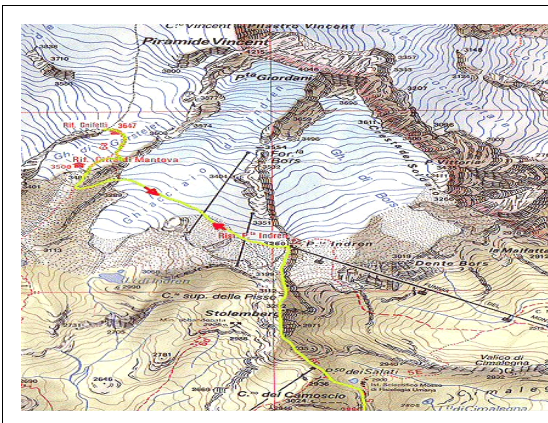
sx che prosegue poi più in piano con un breve tratto attrezzato (corde fisse). Con un po' di saliscendi si arriva alla base dello Stollenberg che si supera, sul lato sinistro (pietre scivolose), grazie ad un tratto di sentiero attrezzato (corde fisse). A questo

punto è ormai visibile la vecchia stazione di arrivo di Punta Indren. La si raggiunge percorrendo una cresta di grosse lastre di pietra (strada dei Flinstone) e un breve pendio di misto. Raggiunta Punta Indren il cammino prosegue verso il Ghiacciaio di Indren obliquando a sinistra percorrendo un tratto pietroso (variabile a seconda della stagione). Si prosegue sulla battuta traccia che, praticamente in piano, attraversa il Ghiacciaio. Spesso, ad un certo punto, la traccia si divide in due: quella bassa e quella alta. Con quella bassa si prosegue in piano fino al termine del Ghiacciaio, si oltrepassa una barra rocciosa con corde fisse (circa 30 metri), poi si riprende a salire e in breve si arriva al Rifugio Città di Mantova. La traccia alta (da valutare a seconda dello stato di innevamento), sale leggermente. Terminata la neve si procede con un sentiero di misto (terra, pietre e neve) che dopo alcuni tornanti giunge alla base di un breve passaggio attrezzato. Corde fisse ed altro facilitano la salita di questo ripido tratto. Raggiunta la sommità di questo passaggio si vede a sinistra, più in basso, il Rifugio Città di Mantova. Raggiunta la traccia su neve che sale alla Capanna

Gnifetti, si scende e in pochi minuti si perviene al rifugio.

2^ giorno: Dal rifugio Mantova si risale il ghiacciaio sino a portarsi sotto al rifugio Gnifetti. Lo si aggira sulla destra per pendii non ripidi e si raggiunge un'ampia zona pianeggiante, con qualche crepaccio (attenzione nelle ore più calde). Si prosegue attraversando l'intero plateau in direzione del margine sudoccidentale della Piramide Vincent. Si risale il ghiacciaio del Lys inizialmente in diagonale verso sinistra, lungo una rampa un po' ripida, quindi si prosegue su pendenze più moderate, senza mai allontanarsi troppo dalle ripide pendici della Vincent; in alcuni tratti ci si dovrà adattare

a passaggi obbligati tra ampi ed insidiosi crepacci. Superata una serie di dislivelli irregolari (30°/35°) si raggiunge la conca nevosa sottostante il Balmenhorn. Si abbandona sulla sinistra la traccia



principale diretta verso il Colle del Lys e si piega verso destra, lungo un avvallamento in moderata pendenza, in direzione del colle Vincent (4088 m). Poco prima di raggiungerlo ci si rivolge di nuovo a destra e si risale l'ampio versante nord-ovest della Vincent costituito da un pendio di neve uniforme, non difficile e normalmente ben tracciato. Solo nel tratto finale la pendenza aumenta di poco (secondo le condizioni di innevamento, può essere a volte vantaggioso aggirare l'ultima rampa sulla sinistra), ma una volta superati gli ultimi metri di pendio si è ormai in vetta (ore 2,30-3). La discesa avverrà per lo stesso itinerario di salita.

LAGGINBIVAK m. 2428 da Gabi - passo del Sempione CH

Dislivello: in salita e in discesa m. 1141. Tempo di percorrenza: in salita ore 3,30-4 in discesa ore 2,30. Difficoltà: EE.

Il bivacco Laggin è posto sull'altipiano di Hosaas nell'alta Laggintal, una valle sulla sinistra poco prima di giungere al Passo del Sempione. Da questo belvedere, davanti alla parete

nord del **Fletschhorn**, nel vallone di Rossbode, si percepisce la grandiosità della **Weissmies** (m 4023), del **Fletschhorn** (m 3993) e del **Lagginhorn** (m 4010), splendido "trittico del Sempione", che non ha mai sofferto di sovraffollamento e di grande popolarità.

La piccola, ma confortevole, costruzione metallica, in grado di ospitare 8 persone, è sempre aperta e dispone di tutto l'essenziale. È stata inaugurata il 22 agosto 1983 e sostituisce una precedente costruzione travolta dalle valanghe. Il nuovo rifugio è piazzato in una posizione decisamente più sicura rispetto al precedente.

Dal tornante a quota m. 1287 sopra Gabi prendere in direzione SSW la mulattiera che entra nella Laggin-tal. A quota m. 1408 si incontra la stradina che proviene da Simplondorf e si prosegue verso Laggin dove si attraversa il torrente. Ci si innalza sull'altro versante in mezzo al bosco, per giungere nei pressi dell'alpe di Obri Weng. Si prosegue sui prati tralasciando la pista che sale; nei pressi di una baita ci si alza di qualche metro per compiere un traverso sul pascolo, sino ad incontrare un canale.

La strada si inerpica quindi nel bosco compiendo degli ampi tornanti; alcune radure si alternano a fitti alberi, ci si sposta ancora a sinistra, si oltrepassa il cancello che impedisce l'uscita del bestiame, per addentrarsi poi in una zona ovale. Il sentiero si snoda gradualmente per portarsi ancora a sinistra e guadagnare il panoramico e spoglio dosso di Antonius (m 2061) dove si trova una piccola cappella.

Il sentiero esce quindi in falsopiano ad attraversare il fianco del monte; si scende di qualche metro poi la pista inizia una serie di saliscendi aggirando i diversi canali, lungo un percorso che diventa via via più aereo. Nella parte finale si compiono alcuni tornanti per scavalcare un tratto più ripido e, nei pressi di una croce di metallo, si esce in un anfiteatro dove si individua anche il bivacco. Tralasciando la pista che porta all'alpe, si compie sul prato un giro a semicerchio che conduce ad una modesta slavina addossata a dei risalti rocciosi. Dopo il tratto. Nell'ultima parte del percorso il sentiero si alza a destra dello sperone roccioso dove è posto il bivacco, che si raggiunge per un traverso di qualche metro verso sinistra, guadagnando così l'ampia balconata e dove è possibile gustarsi il magnifico panorama.

Trekking

Giro del Gran Combin

27/08/2009 1^ TAPPA Bourg St. Pierre m. 1632 - Cabane du Col de Mille m. 2473

Da Varese a Gignod (Aosta) in auto, da lì trasferimento con pullman di linea (ore 8,05) per Bourg-Saint-Pierre (arrivo ore 9,20) e inizio salita alla Cabane du Col de Mille (m.2473.)

Per pascoli e alpeggi, con un panorama che spazia dal Gran Combin alla catena del Monte Bianco, si perviene alla Cabane du Col de Mille situata su una dorsale erbosa tra il Mont Rognieux e il Mont Brulé. salita m. 841 ore 4,30

28/08/2009 2^ TAPPA Cabane du Col de Mille m. 2473 - Cabane Panossière m. 2645

Il percorso molto vario si snoda tra magri pascoli alpini, boschi di conifere, praterie alpine e paesaggi rocciosi ai margini del grande ghiacciaio di Corbassière. La Cabane F.-X. Bagnaud-Panossière è situata sulla morena laterale del ghiacciaio ed è un balcone eccezionale sul Gran Combin salita m. 542 discesa m. 370 ore 5,30

29/08/2009 3^ TAPPA Cabane Panossière m. 2645 - Cabane de Chanrion m. 2462

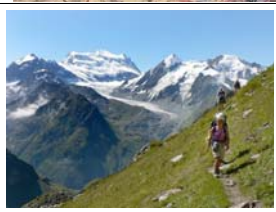
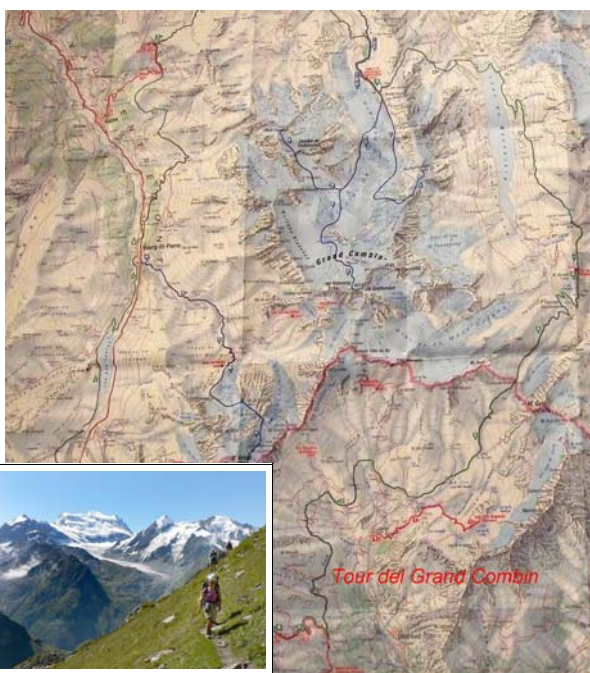
Dopo lo spettacolo dell'alba, che tinge di rosa i ghiacciai e le rocce del Grand e del Petit Combin, si riprende il cammino per raggiungere il punto più elevato del giro al Col des Otanes (m. 2846) ed entrare in seguito nella valle che ospita il lac de Mauvoisin che raccoglie le acque dei ghiacciai di Giéto, Otemma e Brenay. Dalla Cabane de Chanrion magnifica vista sul Mont Gelé e sulla parete est del Gran Combin. salita m.900 discesa m. 1180 ore 6,30

30/08/2009 4^ TAPPA Cabane de Chanrion m. 2462 - Glacier (Valpelline) m. 1549.

Si risale al Col Fenetre Durand m. 2797 che in passato ha rappresentato un importante luogo di transito dalla valle d'Aosta verso il Vallese e si rientra in territorio italiano. Si attraversata la vasta conca di By poi si scende verso Glacier dove con i mezzi pubblici o in auto si farà ritorno a Gignod. salita m.453 discesa m. 1250 ore 5,30

Sfogliando il numero 33 di Meridiani Montagne dedicato al Gran Combin sono rimasta affascinata da questo giro completo del gruppo che, pur al cospetto di ghiacciai, rimane alla portata degli escursionisti. Il gruppo del Gran Combin, completamente isolato dagli altri 4000 delle Alpi, è costituito da quattro cime che superano 4000 metri, più alcune cime minori di grande fascino: il Petit Combin, il Combin de Corbassière e Boveire e il Mont Velan.

Il percorso, quasi tutto in territorio svizzero, si snoda attraverso immensi pascoli, foreste di conifere, creste rocciose, conche moreniche che imbrigliano scintillanti ghiacciai. Qui di seguito i dati salienti del giro, ridotto a 4 tappe anziché le 6 originarie, con l'utilizzo dei mezzi pubblici.





gruppo senior



**Le gite di
luglio e agosto**

18ª GITA – Giovedì 2 luglio

Via Spluga; un sentiero storico per la Gola di Cardinello

Ritrovo: Piazza Foresio ore 6.00; partenza ore 6.15; rientro previsto ore 19-19.30 *Fermate:* Cimitero di Belforte ore 6.25 *Mezzo di trasporto:* pullman *Difficoltà:* E *Dislivello:* 655 m

Tempo di percorrenza: ore 3,30 (solo salita) *Accompagnatori:* Carlo Larroux

Quote: € 17 (da verificare in base al numero di partecipanti)

Descrizione dell'itinerario

Percorso stradale: Varese, Como, Lecco, Colico, Chiavenna, Isola di Madesimo

Itinerario: Da Isola (1253 m) ci si innalza lungo la strada che percorre la destra orografica della Valle del Liro raggiungendo le case di Mottalotta e da qui, tramite un comodo sentiero, si arriva alla frazione di Rasdegli. Più oltre, salendo con dolce pendenza, arriviamo al piccolo gruppo di baite di Soste (1597 m), dove la valle piega verso Est. Il toponimo ricorda come qui vi fosse un luogo di stazionamento di uomini e merci prima dell'attraversamento della gola. Il sentiero supera il torrente Liro su un ponticello, poi prosegue in sponda sinistra sulla traccia che segue il condotto di un oleodotto realizzato negli anni '80, fino a quando, finalmente, ritrova il tracciato storico dell'anno 1643 al piede del tratto più spettacolare scavato nella roccia. Il percorso prosegue lungo una cengia intagliata nella roccia, dove il passo è facilitato da gradini scavati dall'uomo. Sono ben visibili i fori delle mine e quelli fatti per ancorare i parapetti, che con tratti di muro e apposite protezioni contro le valanghe rendevano la via più sicura. Nell'ultimo tratto si cammina sul selciato del 1716, che serpeggia nella piana fluvio-glaciale; si sbucca infine proprio sotto la diga di Montespluga costruita nell'anno 1931 inondando il pianoro ed il percorso viario che conduceva al passo. Da qui, costeggiando la sponda occidentale del lago con sentiero pianeggiante, raggiungiamo il paese di Montespluga (1908 m), l'ultimo abitato prima del passo.

P.S. Per chi fosse interessato ad ulteriori notizie storico-ambientali, rimandiamo a leggere il notiziario dell'ottobre 2008, gruppo escursionistico.

N.B. Questa gita è stata in programma per il 25 giugno, ma a causa di impegni del capogita è stata spostata di una settimana.

19ª GITA – Da domenica 6 luglio al sabato 12 luglio

Trekking 2009

Anche quest'anno la proposta del trekking annuale riguarda le Dolomiti. Il centro del trekking sarà la Civetta con le sue grandi torri e altre cime tipicamente dolomitiche, con percorso da rifugio a rifugio attraverso valli e vista su laghi. Si partirà domenica dalla Forcella di Staulanza (già toccata in altri trekking) fino al Rifugio Col dai (2132 m) e, se possibile, anche la Cima Coldai (2403 m). Il giorno seguente percorso verso il Rifugio Vazoler a 1714 m. Facoltà di salire al Monte Alto di Pelsa (2171 m). Martedì al Rifugio B. Carestiat (1834 m) e la possibile salita alla Lastia di Fràmont (2294 m). Mercoledì dormiremo al Rifugio Pramperet-Sommariva posto a 1857 m e ancora una possibile salita in un'oretta alle Cime delle Balanzole. Niente di facoltativo per giovedì, sarà un po' più impegnativa in direzione del Rifugio Bosconero a 1457 m. Venerdì con circa 4,30 ore di cammino, e un percorso impegnativo, ci porterà al Rifugio Remauro quota 1530 m presso il Passo Cibiana. Il settimo giorno, una passeggiata di due ore ci condurrà alla cima del Monte Rite con dolomitico panorama di 360°, spazio per la visita al museo di Messner e alle strutture militari della Prima Guerra Mondiale. Levati i scarponi, tutti sul bus con meta "lunga doccia calda" a casa. Elenco dettagliato e informazioni sono già stati messi a disposizione dei partecipanti.

20ª GITA – Giovedì 16 luglio

Spitzhorli (2737 m) dal passo del Sempione (1997 m) (CH)

Ritrovo: Piazzale Foresio, ore 6,30, partenza ore 6,45, rientro previsto ore 19,30

Fermate: Cimitero Castronno ore 7,05

Mezzo di trasporto: pullman *Difficoltà:* E

Dislivello: salita e discesa 740 m *Tempo di percorrenza:* salita 2,30 ore, discesa 2 ore *Accompagnatori:* Franco Ricardi *Quote:* € 15 (da verificare in base al numero di partecipanti)

Descrizione itinerario

Percorso in macchina: Varese, Autostrada A4 e poi A26 nella direzione Nord, Domodossola, Sempione, fino al Passo del Sempione

Itinerario: dal piazzale dell'Ospizio del Sempione (1997 m) si attraversa la strada per il sottopassaggio, si costeggia verso sinistra per un centinaio di metri per poi deviare sul sentiero che si stacca a destra nei pressi di una caratteristica casa con le persiane a strisce rosse. Si prosegue dritti, per dossi si attraversa una strada e si riprende un pianoro. Nei pressi di un risalto si compiono delle giravolte che portano ad un'altura che immette ai pascoli di Hopsche. Costeggiare la recinzione delle baite, e poco oltre, nei pressi di una fontanella s'imbocca la mulattiera che porta a rasentare il caratteristico specchio lacustre che ha lo stesso nome dell'alpeggio appena incontrato. Dal lago la pista ritorna verso sinistra snodandosi ampia e maestosa fra sassi rossastri; la strada prosegue con un piacevole falsopiano, s'incontra la deviazione di un sentiero che porta a Briga e si prosegue dritti addentrandosi sul fianco della vallata. Seguono un paio di tornanti, quindi un tratto più ripido conduce al dosso che si apre nel valone delimitato dagli Staffelgrat a sinistra, lo Spitzhorli al centro, l'Arezhorn ed il Tochuorn a destra. Si attraversa tutta la vallata su di un mulattiera che si snoda in falsopiano, rasentando dei modesti laghetti e si arriva all'Usseri Nanzlicke (2602 m). Sul passo, abbandonata la pista principale che scende nella Nanztal, si devia a destra per risalire la costa sabbiosa percorsa da ottime tracce, si giunge ad un ometto, si volta a sinistra e, per gli ultimi evidenti pianori, si tocca il punto più alto del monte (2737 m).

21ª GITA – Giovedì 23 luglio

Monte Zerbion (2772 m)

Ritrovo: Piazzale Foresio, ore 6,15, partenza ore 6,30, rientro previsto ore 19,30 *Fermate:* Cimitero Castronno ore 6,50 *Mezzo di trasporto:* pullman *Difficoltà:* E *Dislivello:* salita e discesa 1023 m *Tempo di percorrenza:* salita 3,30 ore, discesa 2,30 ore *Accompagnatori:* Mario Borsetto *Quote:* € 19 (da verificare in base al numero di partecipanti)

Descrizione itinerario

Percorso in macchina: Varese, Autostrada A4 e poi A26 nella direzione Sud, Greggio, Santhia, Val d'Aosta, uscita Verres, Antagnod

Itinerario: da Antagnod (1699 m) un ciottolato, dal centro del paese.

passando per la parrocchiale, adduce a Barmasc (1828 m); si sale verso ovest nel bosco di conifere, scavalcando il canale Cortoz. Più sopra il sentiero esce dal rado bosco e verso sinistra giunge sotto la breve ma ripida scarpata di rocce che porta all'intaglio del Colle Portola (2410 m). Da questo colle si segue il sentierino che procede a tratti sul versante ovest o lungo la cesta Nord. Nell'ultimo tratto si raggiunge la parte terminale della cresta ovest che in breve porta alla vetta (2772 m). Panorama bellissimo. N.B. Gita fatta precedentemente il 02.09.1999

22ª GITA – Giovedì 30 luglio
Traversata della Val Bedretto – da All'Acqua al Nufenenpass (CH)

Ritrovo: Piazza Foresio ore 6.15, partenza ore 6.30, rientro previsto ore 19.15 **Fermate:** Cimitero Belforte ore 6.40 **Mezzo di trasporto:** pullman **Difficoltà:** E **Tempo di percorrenza:** circa 5 ore **Dislivello:** salita 870 m **Accompagnatori:** Emilio Cremonesi **Quote:** € 13 (da verificare in base al numero di partecipanti)

Descrizione itinerario

Percorso stradale: Varese – Gaggliolo – Mendrisio – Biasca – Airola – Val Bedretto – All'Acqua

Itinerario: Da All'Acqua (1614 m) si scende al ponte che adduce al versante orografico destro della Val Bedretto. Si costeggia il fiume Ticino fino al Ri di Val d'Olgia, che si attraversa. Con ripida salita verso S si guadagna l'alpe Val d'Ogia (2063 m). Piegando a SW si arriva su pascoli alla cappella San Giacomo (2254 m, 2 ore). Dalla cappella si segue il sentiero che corre a mezzacosta verso W fino alla Capanna Corno-Gries (2338 m, 1,15 ore). Dal rifugio si segue verso WSW il chiaro sentiero che corre lungo le pendici meridionali del Nufenenstock, passando da Calcestro (zona con caratteristiche rocce biancastre) fino al Passo del Corno (2485 m, 45 min.). Dal Passo del Corno si giunge facilmente, prima su buon sentiero, poi su strada sterrata in altri 45 minuti alla strada asfaltata del Passo Novena (2478 m) dove si aspetterà il pullman.

23ª GITA – Giovedì 6 agosto
Pizzo Centrale (2999 m) dal Passo del Gottardo (2091 m) (CH)

Ritrovo: Piazza Foresio ore 6.15, partenza ore 6.30, rientro previsto ore 19.30 **Fermate:** cimitero Belforte ore 6.45 **Mezzo di trasporto:** pullman **Difficoltà:** E **Dislivello:** salita e discesa 908 m **Tempo di percorrenza:** salita 2,30 ore, discesa 2,00

ore. **Accompagnatori:** Walter Castoldi **Quote:** € 15 (da verificare in base al numero di partecipanti)

Descrizione itinerario

Percorso in macchina: Varese – Gaggliolo – Mendrisio – Bellinzona – San Gottardo **Itinerario:** Dal Passo Gottardo (2091 m) si prende la stradina carrozzabile che porta alla diga del lago artificiale della Sella (2257 m). Da cui si sale verso il Lago della Sella costeggiando ad ovest su stradina sterrata per qualche centinaio di metri. Dopodiché si prende la stradina che sale a sinistra e che è diretta a Cascina della Prosa, al secondo tornante di questa stradina si prende la deviazione segnalata che va a risalire i pascoli di Prosette e supera in seguito il balcone del Sasso di Paisgion. Continuando verso nord-est, sempre su sentiero segnalato da ometti di sassi, dopo aver superata la cresta che scende dal Gamsspitz poco sopra la quota 2759 m, si arriva per pietraie nei pressi della sella denominata Guspissattel (2888 m). Salendo poi lungo un sentierino tra detriti rocciosi lungo la cresta sud-ovest del Pizzo Centrale si raggiunge in breve la vetta (2999 m). Rientro per la stessa via di salita.

24ª GITA – Giovedì 27 agosto
Rifugio Dondena da Chardonnay

Ritrovo: Piazza Foresio ore 6.15, partenza ore 6.30, rientro previsto ore 19.30 **Fermate:** cimitero Castronno ore 6.45 **Mezzo di trasporto:** pullman **Difficoltà:** E **Dislivello:** salita e discesa 746 m **Tempo di percorrenza:** salita ore 3, discesa ore 2 **Accompagnatori:** Franco Ricardi **Quote:** € 18 (da verificare in base al numero di partecipanti)

Descrizione itinerario

Percorso stradale: Varese, Autostrada A4 e poi A26 nella direzione Sud, Greggio, Santhia, Val d'Aosta, uscita Pont S. Martin, Bard, Chardonnay.

Itinerario: Da Chardonnay, ove si ferma il pullman, quota 1444, a sinistra

delle abitazioni si supera il ponte sul torrente Ayasse e s'imbocca una mulattiera in pietra, fatta costruire da Vittorio Emanuele II, per le sue battute di caccia. S'imbocca a destra il sentiero denominato "scaletta" tra prati erbosi e un bosco di conifere. Si riattraversa a destra il torrente Ayasse e tramite scalinate si percorrono i pascoli di Brenvey e si giunge all'alpeggio di Cretton, quota 1902. Traversato un lungo pianoro erboso si raggiunge l'alpeggio di Champlong e quindi le case di Dondena, da dove si imbocca la strada sterrata che riattraversato il torrente, sale tra ampi pascoli e raggiunge il rifugio Dondena a 2192 m. Ritorno per lo stesso percorso

25ª Gita – Giovedì 3 settembre
Lago Blu dal Passo di Lucomagno

Ritrovo: Piazzale Foresio, ore 6.45, partenza ore 7.00, rientro previsto ore 19 **Fermate:** Cimitero di Belforte ore 7.10 **Mezzi di trasporto:** pullman

Difficoltà: E **Dislivello:** salita e discesa circa 600 m **Tempo di percorrenza:** salita ore 3, discesa ore 2,30 **Accompagnatori:** Pietro Ballabio **Quote:** € 14 (da verificare in base al numero di partecipanti)

Descrizione itinerario

Percorso in macchina: Varese, Gaggliolo, Mendrisio, Bellinzona, Biasca, Passo di Lucomagno

Itinerario: nei dintorni del Passo Lucomagno ci sono numerosi laghi e laghetti, tra i quali (i più noti) sono il Lago di Scai, il Lago della Segna ed il Lago dei Campanitt. Meno noto è il Lago Blu, la nostra destinazione odierna, ma il lago è bellissimo e molto ricco di una stupenda flora.



C.A.I. VARESE
SCUOLA DI ALPINISMO E SCI ALPINISMO
"REMO E RENZO MINAZZI"



Ricordiamo che il film

TRACCE DI STORIA
1958—2008

50 anni di Scuola di Alpinismo e scialpinismo è disponibile in Sezione su richiesta nelle serate di apertura. La **CONTRIBUZIONE LIBERA** verrà devoluta a favore dei terremotati dell'Abruzzo

alpinismo giovanile



Continua l'avventura dell'AG.....

Domenica 24 maggio 2009

Ebbene, eccoci di nuovo qua per un'altra gita. I musi, per quanto poco riconoscibili all'alba delle 6 e 15 del mattino sono sempre più o meno gli stessi, anche se qualcuno di nuovo c'è. Insomma, eroicamente partiamo alle 6 e 30 dal nostro fido piazzale con destinazione... Destinazione? Ah sì, il Sentiero del Tracciolino per un giretto fino alla diga di Moledana, salendo da Verceia e scendendo da San Giorgio a Novate Mezzola. Partiamo con un'afa che, appena inoltratici nel bosco, si fa sentire ma noi resistiamo e, dopo aver attraversato terribili e tortuose gallerie, giungiamo alla diga. Non contenti riprendiamo il sentiero che in parte abbiamo percorso all'andata e, grazie ad uno studiato ammutinamento, ci accampiamo per il pranzo nei dintorni di una baita. Dopo il meritato riposo ci si avvia verso casa su un sentiero in falsopiano per il primo tratto, attra-



versando altre grotte completamente immerse nel buio dove però abbiamo l'occasione di imbatterci in un simpatico rospo tutto acciambellato su una piccola sporgenza rocciosa. Poi inizia la discesa, che, almeno personalmente, è stata piuttosto sofferta a causa del sole battente e della conseguente temperatura. La nota più carina della giornata è stata una fontana incontrata poco prima dell'arrivo al pullman dove i più si sono rinfrescati ed hanno ingaggiato una guerra all'ultimo spruzzo. Risultato: gente che saliva in pullman gocciolando acqua ovunque, con somma gioia dell'autista, ma almeno refrigerata fino all'arrivo a Varese.

Domenica 7 giugno 2009

L'orario di partenza per il Raduno Regionale A.G. è stato rispettato e alle 6 e 30 era v a m o già tutti sul bus che ci avrebbe portati in Val di Scalve. Incontriamo alcuni compagni di

altre sezioni durante il cambio-scarpe ma non ci fermiamo troppo a chiacchierare: la gita deve iniziare! Durante la salita, però, ci accorgiamo del cielo sempre più minaccioso e, nean-

che a dirlo, poco dopo veniamo sorpresi da una forte pioggia mista a grandine e siamo costretti a rientrare prima ancora di aver intravisto la vetta. Nonostante il tempo avverso non ci perdiamo d'animo e la discesa prende il via tra canti e risate dopo che i più *baloss* si erano rintanati in una casa in ristrutturazione per evitare di prendere tutta l'acqua che ci veniva in testa a secchi. Rientrati alla base diamo fondo alla dispensa, ritroviamo i vecchi amici e dopo pranzo ci dedichiamo ai giochi o anche alla "disoccupazione" e alle chiacchiere. Verso le 5 ci salutiamo e torniamo a casa soddisfatti e quasi dimentichi della "doccia mattutina".

Giulia Dal Sasso

Ebbene, grande fermento nel gruppo per l'estate ormai alle porte e per le numerose iniziative che ci coinvolgono... La settimana estiva al Rifugio Maria Luisa, il Trekking dei Walser entrambi organizzati dalla CRLAG, Peter che andrà in Sud Africa per il trekking UIAA, il **28-29/30 Agosto** in Val Formazza con gli amici della Commissione Provinciale Trento di AG.... e poi ancora il **5/6 settembre** l'attendamento intersezionale alle Cascate dell'Acqua Fraggia.....!!!!

Non c'è che dire.... Ma queste sono altre storie.... Che vi terranno compagnia sui prossimi notiziari. Ricordiamo di visitare il sito www.caivarese.it e il forum per gli ultimi aggiornamenti in tempo reale e lasciare i vostri commenti.

MTB

Monti Sibillini

Sibillini: un assaggio fatto di splendidi panorami, sentieri, strade sterrate, creste ciclabili (a tratti...) ed ottima cucina serale! Un assaggio perché la pioggia, il freddo (e la grandine) ci hanno fatto compagnia per 3 giorni su 5! Un rapido sunto: sabato sveglia con sole e ... tanta neve sulla cresta che volevamo percorrere (tra la Sibilla e monte Porche) tutta caduta nella notte. Optiamo per il percorso più "basso" che attraversa i fiumi Tenna ed Ambro risale a Pintura di Bolognola per poi arrivare con una strada sterrata al rifugio del Fargno. Splendido panorama sulla valle di Panico e sui Bove (Nord e Sud). Rientro per cena su belle strade asfaltate e no. Martedì, nuvoloso, a

piedi fino ai laghi di Pilato: ci accoglie tanto vento e grandine: solo il gendarme si vede mentre Pizzo del diavolo è coperto. Rientriamo sotto acqua battente nel pomeriggio.... Lunedì acqua dal mattino: decidiamo di fare i turisti ed andiamo ad Ascoli dove ci raggiungono e ci guidano Sandro e Sonia del CAI Ascoli, è il tripudio delle olive all'ascolana (bis a cena). Martedì: decisi a partire con qualsiasi tempo lo scrosciare dell'acqua ci ferma Andiamo a visitare Fermo salutiamo Laura e Corrado che rientrano e poi andiamo alla gola dell'Infernaccio (dove a discapito del nome riappare il sole) che percorriamo, a piedi, per tutta la parte iniziale fino ad uscire su prati. Mercoledì finalmente le

previsioni febbrilmente osservate nei giorni precedenti finalmente concordano con il cielo: ultimo giorno si parte giro "breve" verso la cresta della Sibilla. La parola ciclabilità e ciclo escursionismo appaiono nel loro vero significato: bici in spalla si percorrono alcuni tratti della cresta e ci si passano le bici nel tratto con corda fissa. Il resto della cresta è tra i più belli da me percorsi tra le valli dell'Infernaccio e quella di Foce. E' ora di ripartire per..... Varese che raggiungeremo a notte fonda Speriamo di ritornare con il bel tempo! 8 Partecipanti: Laura Corrado, Sandro, Giuseppe, Simone, Andrea, Mauro ed il sottoscritto.

Elio

MTB

P E D A L A I T A - L I A



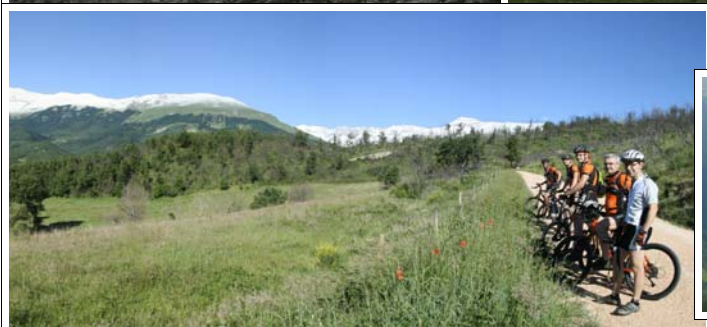
A dieci anni dalla seconda edizione del Camminaltalia ecco ancora una volta l'Italia percorsa ed attraversata da Nord a Sud. Questa volta però, i mezzi utilizzati dai nostri escursionisti non saranno gli scarponi, ma le mountain bike, ed il "giro d'Italia" prenderà il nome di Pedalaltalia. Così come l'idea del Camminaltalia è stata quella di promuovere l'escursionismo vissuto con uno spirito di educazione ambientale e di valorizzazione della cultura dell'ambiente montano, così anche questo Pedalaltalia nasce come ideale gemellaggio fra gli escursionisti a piedi e quelli in mountain bike, all'insegna del motto godere dell'ambiente e dei panorami, conoscere e vivere da vicino la montagna, amarla e rispettarla. L'idea di fondo di queste due manifestazioni, infatti, non è solo quella di percorrere l'Italia per il gusto di fare un'escursione, quanto quella di testimoniare un modo vero e proprio di vivere e frequentare la montagna, con quello stile che ci piace chiamare "stile CAI", che consiste nell'amare e valorizzare l'ambiente montano in tutte le sue sfaccettature naturalistiche e socio-economiche, valorizzando le relazioni umane di chi la montagna la vive nel

profondo. Non a caso questa prima edizione del Pedalaltalia cade pochi mesi dopo il 22 novembre 2008, data in cui il Comitato Centrale di Indirizzo e Controllo ha deliberato il riconoscimento ufficiale del Cicloescursionismo quale attività istituzionale del CAI, proprio per essere un primo esempio di fratellanza ed unione fra l'escursionista ed il cicloescursionista, un ideale passaggio del testimone fra la più antica e radicata forma di frequentazione della montagna e quella che, sebbene sempre esistita, è una new-entry per il nostro sodalizio. La manifestazione si svolgerà dal 5 luglio al 4 ottobre 2009 fra Alpi ed Appennini, e sarà guidata a turno da decine di sezioni che si daranno il cambio da Trieste al Reggione Calabria, attraverso un percorso lungo 4.500 Km e diviso in 90 tappe, per un totale di ben 110.000 mt di dislivello. La partecipazione sarà assolutamente libera per tutti i soci, ma potranno partecipare anche tutte le persone non associate al CAI semplici appassionati di MTB, previa una prescrizione per gli obblighi assicurativi. L'itinerario attraverserà sia luoghi molto noti dell'arco alpino, fra i quali il Carso triestino, i passi Gardena e Sella delle incantate Dolomiti, il Bettaforca, per arrivare a sua maestà il Monte Bianco seguito dalla traversata del Gran Paradiso attraverso il colle del Nivolet, sia luoghi magari un po' meno conosciuti ma non per questo meno affascinanti dell'Appennino, fra i quali la Majella, i Monti Sibillini, per giungere fino al parco del Pollino e all'Orsomarso, e alla vetta del Monte Montalto, 2.000 mt più in alto di Reggio Calabria e dello Stretto. Anche se il territorio varesino non sarà direttamente attraversato dal giro, la nostra sezione avrà l'onore di guidare ben 2 tappe, inframmezzate da un'ulteriore tappa guidata dagli amici del CAI di Germignaga. Riceveremo il testimone dagli amici del

CAI di Dongo per risalire fino alla **Capanna Monte Bar sabato 25 luglio**, per poi scendere il giorno successivo a **Santa Maria Maggiore** nella tappa guidata dai cugini di Germignaga, e continuare lunedì 27 luglio nella seconda tappa guidata dalla nostra sezione fino a **Macugnaga**. La tappa Dongo - Capanna Monte Bar sarà senz'altro la più impegnativa del tritico, con un lunghezza di 51 km ed un dislivello di 160-0mt, per lo più su sentieri e strade sterrate che richiedono un buon livello tecnico ed un alto impegno fisico: ogni partecipante valuti quindi molto attentamente le proprie capacità. Ma questi dati non devono assolutamente spaventare, perché il sopra menzionato "stile CAI" privilegia chi in montagna sale e scende lentamente spinto dalla voglia di vivere e condividere l'esperienza della montagna senza velleità agonistiche o di arrivare prima degli altri.

Tutte le informazioni sulle modalità di partecipazione, i luoghi di ritrovo, gli orari ed il calendario completo delle tappe è disponibile al sito internet www.mtbcai.it/cce/pedalaltalia.asp oppure sul nostro sito internet www.caivarese.it nella sezione dedicata alla mountain bike, o cliccando sul link di collegamento al forum. Per ulteriori informazioni è sempre possibile chiamare in sede durante gli orari di apertura e chiedere di Corrado o Sandro, oppure telefonare al 393/2046559. Dopo queste indicazioni non ci resta che pedalare; siete tutti invitati a partecipare a questa grande festa che unirà il nord al sud in 3 mesi di appassionante e vero escursionismo in sella ad una mountain bike in autentico stile CAI...

Corrado Zaetta



Sottosezione di GAZZADA SCHIANNO

Via Roma, 18 - Tel./Fax 0332 870703 Apertura sede: Martedì e Venerdì ore 21-23

Sabato e Domenica 11 - 12 luglio.

Weissmies (m.4023)

Partenza ore 7,00 dal piazzale GBianchi. **Quote:** soci € 27 - non soci € 34. Nella quota dei "non soci" è compresa l'assicurazione infortuni, R.C. e soccorso alpino. Dalla quota è escluso il costo della cabinovia Saas Grund - Keutzboden. Il costo di mezza pensione alla Capanna Hohsaas è di franchi 70 o euro 50,00. La salita alla Weissmies è riservata ai soli soci. Per gli itinerari vedere il precedente notiziario.

Domenica 26 luglio Ferrata Vofrede - Rif. Duca degli Abruzzi - Croce Carrel

Partenza ore 6,00 dal piazzale GBianchi. **Quote:** soci € 19 - non soci € 21. Per i non soci supplemento di € 3 per la copertura assicurativa Infortuni e Soccorso Alpino.

Itinerario ferrata Vofrede: dal Rifugio Carrel (1967 m.) che si raggiunge in auto prendendo il sentiero n. 10 che sale alle Malghe Bayettes (2288 m.) e continuare (Nord) fino all'alta via n. 3 dove si prende a sin (Ovest) fino a quota 2350 m. dove si stacca a destra il sentiero (segni gialli) che punta sul colatoio Vofrede a quota 2700 m. Qui comincia lo sperone e la ferrata. *In alternativa:* superare la frazione Perrères, arrivare al laghetto di pesca sportiva Baia delle Foche posto dopo il ponte sul Marmore; qui è posto un cartello indicatore con l'alta via N. 9 (AV9). Causa lavori in corso non è ben evidente la partenza del sentiero, essa si trova infatti molto vicino alle costruzioni limitrofe al laghetto. Salire sempre diritto trascurando a quota 2140 m una diramazione per l'alpe Bayettes. A quota 2185 il sentiero prevede tre diramazioni:

trascurare quella a destra e quella a sinistra per il rifugio Perucca e salire dritti verso il canale; risalire la morena dalla parte sinistra del torrente (destra idrografica) e arrivare al cavo che segna l'inizio della ferrata (tracce gialle). Si inizia con una traversata di circa 15 m., poi si sale sullo sperone alternativamente sulle due facce Nord e Sud. Una serie di camini porta rapidamente in cima (1 ora e 30 minuti). Dalla cima a sinistra e in mezz'oretta si arriva al colle Volfrede (3130 m.). Scendere (Ovest) verso il Gran Lago che è a destra del rif. Veuillermoz-Perucca (quota 2900 m.) Si possono evitare sia questo rif. che il biv. Manenti prendendo un pendio che scende direzione Sud verso il lago di Cignana. Continuando oltre si raggiunge, a quota 2600 m. il sentiero 6 che si cala sull'alpe Cignana (2298 m.), sopra il lago omonimo. Da qui si procede in salita verso la finestra di Cignana (direz. Nord Est sent. 6°) a quota 2411 m. Ora si scende di circa 200 m. e si continua sull'alta via 3 (detta Balconata del Cervino) fino a quando si arriva sopra le malghe Bayettes e da lì si scende al Rifugio Carrel per il sentiero n. 10. Dislivello in salita m.300, in discesa

m.600 (ore 5). **Difficoltà E.**

Domenica 2 agosto - Periplo Seehorn - Gondo, Zwischbergen, Furggu, (Gondo Sentiero Stockalper).

Partenza ore 6,30 dal piazzale GBianchi. **Quote:** soci € 16 - non soci € 18

La gita è in collaborazione con il CAI Verbano Intra. Non raggiungendo un numero minimo di partecipanti la gita si effettuerà in auto.

Itinerario: la nostra escursione inizia da Gondo (un bel paese, purtroppo semidistrutto da una grossa frana nell'ottobre del 2000 ma che ora si è rimesso in piedi meglio di prima) in direzione Zwischbergental: anticamente chiamata Val Maira. Ai tempi fu oggetto di innumerevoli contese tra le popolazioni vallesane e le nobili famiglie novaresi, sino a divenire territorio della Confederazione Elvetica dal 1945. E' da questo punto che inizia la nostra escursione: una ripida strada asfaltata, che percorreremo solo per un breve tratto, per prendere il sentiero che si inoltra nella Zwischbergental (una valle al di fuori del tempo, dove tutto scorre ai ritmi della natura) in direzione Passo del Furggu (m.1872). Lo spettacolo che si incontra in questa prima parte del sentiero è di boschi di pini e larici e di una natura incontaminata costellata di alpeggi che sorgono in amene radure. Dal Passo del Furggu si prende a sinistra la Val di Feerberg e per comodo sentiero e con panorami mozzafiato sul Sempione e Simplon Dorf si scende a Gaby. Superato Gaby si incontrano le rovine di un punto di sosta mai finito. Tra i ruderi spiccano alcuni grossi massi

quadrati dove si può ancora vedere una pietra utilizzata come architrave della porta d'entrata e che reca incisa la data del 1676. Si prosegue per Gondo alla scoperta di

luoghi caratteristici e storici. Si percorrono piccoli tratti della vecchia strada del Sempione. Insomma tutto l'itinerario svela all'escursionista un paesaggio che rimane sconosciuto alla maggior parte delle persone. Infatti la strada asfaltata passa sotto i numerosi paravalanghe, per cui il panorama, resta celato alla vista dell'automobilista. Dislivello in salita e discesa m.1000. **Difficoltà E.** Tempo complessivo ore 6/7.

Week-End 5/6 settembre - Cortina/Monte Cristallo.

Partenza ore 6,30 dal piazzale GBianchi. **Quote:** soci € 45 - non soci € 47 Non è ancora stato definito il costo al rifugio Son Forca.

Sabato: Passo Tre Croci - Rifugio Son Forca.

Itinerario: dal Passo Tre Croci (m.1805), si prende il comodo sentiero n. 203 che porta al passo di Son Forca, da qui si prosegue fino all'omonimo Rifugio (m.2235) ore 1,30. **Difficoltà E.**

Domenica: A) Ferrata Ivano Dibona.

Salita in funivia al Rifugio Lorenzi (m.2932). Dal Rifugio alla Forcella Staunies parte la "Via Ferrata Ivano Dibona", un itinerario di grande interesse panoramico e storico che si sviluppa per circa 8 Km. sulla dorsale Ovest del Gruppo

del Cristallo, lungo i camminamenti tracciati dagli Alpini in prossimità della prima linea durante la guerra del 1915-18. Il primo tratto del sentiero, fra la Forcella Staunies e la Forcella Grande, si svolge lungo la nuova variante attraverso il Cristallino d' Ampezzo. Con una serie di scalette metalliche e ponticelli in legno, si risale agevolmente il crinale del Cristallino d' Ampezzo e attraverso una breve galleria di guerra, detta Galleria del Cecchino, si esce sul versante meridionale. Lo spettacolare Ponte del Cristallo, che misura 27 metri ed è il più lungo ponte sospeso realizzato nelle Dolomiti, permette di attraversare una profonda gola; quindi con due ripide rampe metalliche si guadagna la cresta che si percorre fino a quota 2985, la più alta del percorso. Da questo punto la vista spazia sulle montagne dolomitiche fra le quali, in direzione del Rifugio Lorenzi, spiccano le Tre Cime di Lavaredo e le Dolomiti di Sesto. Numerosi sono i resti di ricoveri, opere fortificate e trincee, spesso in buono stato di conservazione. Dopo un'ultima visione retrospettiva sulla strapiombante parete Sud-Ovest del Cristallino d' Ampezzo, si prosegue lungo il fianco meridionale della Cresta Bianca fino alla Forcella Padeon. Tra continue vestigia belliche, il Sentiero si sviluppa sul versante meridionale del possente contrafforte roccioso che allinea le vette del Col Pistone, del Vecio del Forarne e la lunga Cresta dello Zurlon, valicando la Forcella Alta e la Forcella Bassa. Dallo Zurlon si scende lungo un canale morenico al Testaccio e al Col dei Stombi, dove vi era una importante postazione di artiglieria. Siamo ormai al limite della vegetazione: una comoda mulattiera discende tra mughi e abetaie fino alla rotabile della Vai Padeon. Da questo punto si può raggiungere il rifugio Ospitale (m.1500) ore 6..

Difficoltà EEA. Dislivello in gran parte in leggera discesa m.1500.

B) Rifugio Son Forca - Rifugio Lorenzi.

Dal rifugio seguire le tracce di sentiero che sale lungo il pendio detritico di Grava di Staunies. Giunti sotto le rocce del Cristallino di Mezzo, seguire il canale detritico di sinistra che scende dalla Forcella Grande 2874 m. Salire per il canale, ora più stretto, fino alla forcella. Da qui, scendere fino al piccolo ghiacciaio della Cresta Bianca. Traversarlo verso E per ripido sentiero fino alla Forcella Staunies 2918 m, dove è posto il rifugio Lorenzi (m2932) ore 3. In discesa si segue il percorso in senso inverso fino al Passo Tre Croci (ore 4). **Difficoltà EE.** Dislivello in salita m.900, in discesa m.1330.

CHIUSURA ESTIVA

Auguriamo a tutti i soci ed amici

BUONE VACANZE

La nostra sede rimarrà chiusa

dal **7 al 21 agosto** compresi

SERATA IN FAMIGLIA

Venerdì 17 luglio. Ore 21. Prima delle consuete ferie estive ci ritroviamo in sede per rivedere, attraverso immagini e filmati, alcune nostre gite ed augurarci buone vacanze, magari "addolcite" come ormai è nostra consuetudine.