



NOTIZIARIO

CLUB ALPINO ITALIANO - SEZIONE DI VARESE -

NOTIZIARIO Club Alpino Italiano
Sezione di .VARESE

Direttore responsabile: Zanetti Pierluigi
Coordinamento redazionale: Tettamanzi Edoardo
Sede sociale: Via Speri della Chiesa Jemoli 12 (VA)
Telefono/fax : 0332 289267
E-mail : caivarese@caivarese.it
Sito WEB : www.caivarese.it
Cod. Fiscale : 80008820120
Stampa : JOSCA industria grafica editoriale, Varese
Spedizione : in Abbonamento Postale - D.L. 353/2003
(conv. in L. 27/02/2004 n. 46 art. 1, comma 2, DCB
(VARESE) - Tariffa Associazioni Senza Fini di Lucro:
"Poste Italiane s.p.a."

attività culturale

Mercoledì 9 febbraio

DESERTI DI MEDITAZIONE

Relatori : Silvano Mezzenzana
Paolo Pardini

Realizzato
con
il
contributo



Assessorato alla Cultura

TESSERAMENTO 2011

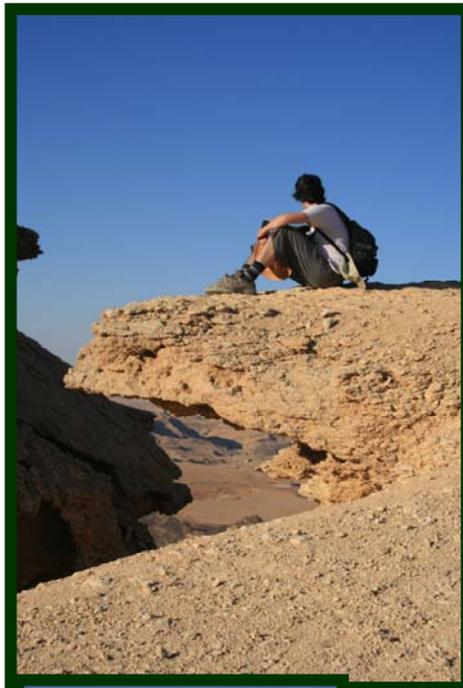
Le operazioni di rinnovo del Tesseramento per l'anno 2011 e l'ammissione dei Nuovi Soci continuano anche per tutto il mese di Gennaio al martedì ed al venerdì dalle ore 21 alle ore 22,45 presso la Sede Sezionale con le modalità già segnalate sul Notiziario del Dicembre scorso e con le seguenti quote:

L'integrazione dei massimali dovrà essere richiesta solo al momento del rinnovo o della prima iscrizione, ma avrà validità dal 1° Aprile 2011 al 31 Marzo 2012, fino al 1° Aprile 2011 avrà validità la Polizza Assicurativa del 2010.

AVVISO IMPORTANTE

La Sede Centrale, a causa di varie date di nascita risultate errate, ci richiede ai fini assicurativi un accurato controllo delle stesse. La richiesta è particolarmente rivolta a chi invia il rinnovo a mezzo c.c.p. e non ha segnalato la propria data di nascita in occasione del rinnovo dello scorso anno.

Le quote alla pagina
successiva



Il Libro per eccellenza, la Bibbia, ci racconta che solo nel deserto il popolo di Dio ha trovato la sua identità. Da sempre gli uomini del deserto, dai beduini ai **tuareg** sono considerati i custodi più gelosi di una saggezza senza tempo. Anche nel secolo scorso spiriti molto diversi fra di loro, ma eccelsi come Lawrence d'Arabia o Charles de Foucauld o il nostro **Giuseppe Dossetti** hanno scelto il deserto per dialogare col mondo.

Siamo andati nei deserti d'Israele, quelli che il sionismo dei padri fondatori come Ben Gurion avrebbe voluto vedere fiorire, e abbiamo percorso gli wadi (canyon) più profondi e isolati, scoprendo che la nostra umanità subisce il confronto di una natura immensa che ridimensiona le nostre ansie e pretese di dominio, ma non è mai primariamente ostile. Ne abbiamo ricavato un reportage che prova a dire con le immagini di Luca e le parole di **Paolo Pardini**,

quello che abbiamo provato e sentito. Altri autori si sono poi cimentati in fatiche letterarie sugli stessi sentieri (Paolo Paci, Il deserto dei non credenti); per parte nostra abbiamo raccolto una serie di suggerimenti perché ciascuno possa realizzare in esclusiva il suo viaggio nel deserto, perché emozioni, paesaggi, riflessioni, ansie, intuizioni, saranno uniche e irripetibili: da conservare gelosamente.

Aula Magna
Università dell'Insubria
Via Dunant, - Varese
ore 21.15



Regione Lombardia



COMUNE DI VARESE
Assessorato alla Cultura

Le nostre quote

| | |
|---|----------|
| SOCI ORDINARI | € 47,00 |
| Se residenti all'Estero: Europa e bacino Mediterraneo | € 91,40 |
| Americhe ed Oceania (Secondo tariffe Poste Italiane in vigore) | € 110,30 |
| SOCI FAMILIARI | € 24,00 |
| SOCI GIOVANI (Nati nel 1994 e seguenti) | € 18,00 |
| SOCI VITALIZI | € 20,00 |
| AGGREGATI INTERNI (Soci di altre Sezioni) | € 20,00 |
| Tassa di Ammissione (Nuovi Soci) | € 6,00 |
| Integrazione Assicurazione Attività Sociali | € 4,00 |

POLIZZA INFORTUNI SOCI ATTIVITA' SOCIALI

| | |
|---|-----------|
| Massimali combinazione A (Automatica con il tesseramento) | |
| Caso morte | € 55.000 |
| Caso invalidità permanente | € 80.000 |
| Rimborso spese cura | € 1.600 |
| Massimali combinazione B (Integrazione da richiedere all'atto del tesseramento) | |
| Caso morte | € 110.000 |
| Caso invalidità permanente | € 160.000 |
| Rimborso spese cura | € 2.000 |



Il film dei soci del IV° Martedì

Martedì 22 febbraio

“le nostre montagne”

di
Giuseppe Brenna
e
Claudio Mesonat

TSI
(2000)

Ciao Ambrogio, ...



Ambrogio Cremonesi, nostro Socio, membro del Club Alpino Accademico, Istruttore Nazionale di Alpinismo, responsabile del “Gruppo Roccia” della Sezione per molti anni, ci ha lasciato improvvisamente. Vogliamo ricordare di lui la capacità di insegnamento ed di rapporto umano che riusciva con la sua innata umiltà a trasmettere agli allievi che nel corso degli anni lo hanno avuto come istruttore.

Anche Macugnaga perde un Amico. Chi lo ha conosciuto ricorderà sempre il suo sorriso, la sua bontà, la sua disponibilità verso chiunque gli chiedesse un aiuto o semplicemente un consiglio...

Un uomo straordinario, un vero alpinista, un cuore smisurato ed uno sguardo che tornava bambino.. al solo vedere rocce, fiori e.. il lavoro dell'uomo!

Molti non lo comprendevano, per le sue idee, per come vedeva l'alpinismo, lo stile di arrampicata che ti assicuro, era più avanti di tanti che .. bravi a parole e titoli.. ma..

Gli dobbiamo il massimo, in particolare nel modo di lavorare al Campo dei Fiori.. dove ho potuto anche sperimentare .. le sue imprese su tiri davvero sensazionali!

Ciao Ambrogio,
grazie di tutto!

Matteo

Approdato alla Scuola immediatamente dopo la sua fondazione nel lontano 1958, è stato assieme ad altre figure importanti della storia della nostra sezione, un istruttore in grado di capire le ambizioni e le

attitudini degli allievi ma soprattutto era in grado di fornire loro tutti quegli elementi per muoversi in montagna con sicurezza.

La sua dipartita lascia in tutti noi che lo abbiamo conosciuto e stimato un grande vuoto, colmato dal ricordo di un personaggio che con la sua rettitudine ed integrità morale potrà servire da esempio ed insegnamento per il futuro della Sezione Varesina del Club Alpino Italiano.

La sua dipartita lascia in tutti noi che lo abbiamo conosciuto e stimato un grande vuoto, colmato dal ricordo di un personaggio che con la sua rettitudine ed integrità morale potrà servire da esempio ed insegnamento per il futuro della Sezione Varesina del Club Alpino Italiano.

Pier Luigi Zanetti

cinquepermille

Sono arrivati “finalmente” gli accrediti del Ministero per i versamenti del 5 x mille che tanti soci hanno voluto devolvere a favore della nostra Sezione. Vogliamo attraverso queste pagine estendere a tutti il nostro sincero

GRAZIE

escursionismo



le gite di
febbraio

ESCURSIONI INVERNALI CON RACCHETTE DA NEVE

Le iscrizioni si aprono a partire dal venerdì della settimana antecedente quella di effettuazione dell'escursione. Le mete verranno confermate in considerazione della situazione di innevamento.

Domenica 30 gennaio 2011
VAL VIGEZZO - CROCE DI ROVARECCIO da Coimo m. 817

Domenica 13 febbraio 2011
VALSESIA - MONTE BO

ritrovo e partenza Piazzale Foresio ore 6,30 - viaggio in autobus quota di partecipazione: soci € 16,00; non soci e 22,00 Informazioni ed iscrizioni in sede presso **Edoardo Verrengia e Antonella Ossola**

Domenica 27 febbraio 2011
VALLE ANZASCA - MONTE PIZZETTO

ritrovo e partenza Piazzale Foresio ore 6,30 - viaggio in autobus quota di partecipazione: soci € 16,00; non soci e 22,00 Informazioni ed iscrizioni in sede presso **Edoardo Verrengia e Antonella Ossola**

Descrizione itinerari

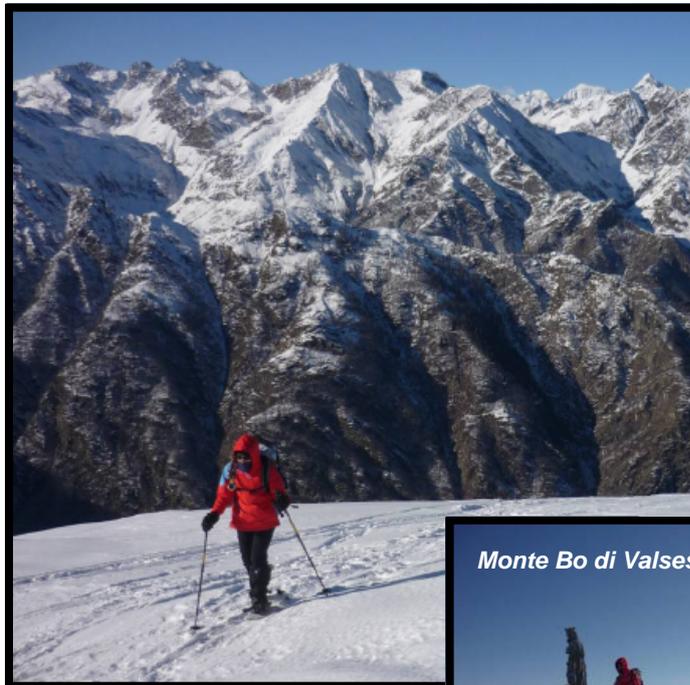
Croce di Rovareccio 1767 m. in Val Vigezzo

Da Coimo: m. 817 Croce di Rovareccio: m. 1767 **Dislivello** complessivo: 950 m + 100m **Viaggio** in pullman **Tempo di salita:** 3.5 h. **Tempo di discesa:** 2.5 h. **Difficoltà:** E **Attrezzatura:**, ciaspole. abbigliamento invernale per ambiente innevato.

La Croce di Rovareccio è un cima di 1767m ubicata alle spalle di Coimo e si trova sulla costiera spartiacque tra la valle Vigezzo e la Valle dell'Isorno. La stessa costiera prosegue poi delineando le cime del monte Alom, monte Locciadi Pevefino al pizzo la Scheggia.

Salendo da Masera, dopo Trontano, Coimo è il secondo paese della valle che non incontriamo direttamente sulla strada perché si eleva sul versante sud (a sinistra, salendo) di circa 100 m. Coimo è un ridente paesino famoso per il suo pane nero e per la sua festa delle castagne, accompagnata da succulenti spie-

dini e costine alla brace. Il nostro itinerario: si attraversa il paese e si prosegue in direzione ovest, in leggera discesa fino alla frazione Mozzio (678 m) su un'ampia mulattiera carrozzabile nel periodo estivo. In pochi minuti si raggiunge il paesino pressoché disabitato, dove però sono in corso opere di ristrutturazione delle baite. Attraversando il prato alle spalle di Mozzio, in direzione NO, si sale quasi parallelamente alla valletta che si attraverserà a quota 940m, per giungere prima all'alpeggio



Corte di Mozzio e poi a Travello. Si attraversano i prati di Travello in direzione Ovest per trovare una carrozzabile che in parte ci accompagnerà fino a "le Motte", parte superiore dell'Alpe Pesca. Qui possiamo ammirare la bellezza dell'alpeggio e la cura con cui sono state riattate le baite e la Cappella delle Madonna delle Nevi. Si prosegue salendo nel bosco in direzione NE, fino alla quota 1639, si aggira a destra la Cima La Sella, 1711m, per portarsi in cresta e raggiungere la vetta, la Croce di Rovareccio.

Bell'itinerario, non banale, che alterna l'attraversamento di boschi di faggi, di larici, di pini e alpeggi di notevole fascino. Dalla vetta si gode una ampia visuale su tutta la valle Vigezzo, a sud il Pizzo Ragnò, il Toganoe il Tignolino, a ovest tutta la catena dei 4000 delle Alpi. La discesa avviene per lo stesso itinerario di salita.

Monte Bo di Valsesia m. 2071

Da Rassa, 917 m Tipo di difficoltà : E

Dislivello complessivo: 1154 **Viaggio** in pullman **Tempo di salita:** 4h **Tempo di discesa:** 3h **Attrezzatura:** ciaspole, abbigliamento invernale per ambiente innevato.

Percorrendo la Valsesia, circa una dozzina di km prima di arrivare ad Alagna, si attraversa il paese di Piode.

Appena fuori dal paese, un ponte romanico, permette di attraversare il Sesia e di addentrarsi nella Valle dei Tremendi.

Un ignoto autore così la descrive:

"in quella piccola conca spersa nell'Alta

Valsesia, occhieggiata in estate dalle baite che su, aggrappate alle ripe rocciose, son l'ultimo segno dell'opera umana alla soglia quasi degli eterni nevai, vive come estranea al mondo, gente montanara, rude e scontroso, diffidente di chi incauto, si perita fare l'intruso". Poco prima che il torrente si divida in due, e solchi le

Monte Bo di Valsesia



valli Sorba e Gronda, si trova l'antico abitato di Rassa. Storicamente suddiviso in Cantoni conserva stupende testimonianze dell'opera umana alpina: le cruggie (case in pietra e legno) e il ponte in stile romanico del cantone di Pavaia che attraversa il Sorba e la segheria idraulica di Brasei. Sulla sinistra idrografia del Gronda, il cantone San Giuansi dirama in un affascinante intreccio di viuzze, stradine e scorciatoie che offrono numerosi accessi alle cruggie, alle antiche botteghe e alle stalle.

Solo un secolo fa, gli abitanti di Rassa erano circa 700, oggi sono solo una settantina. Le difficoltà di accesso e di comunicazione sono state, in passato, un fattore determinante per la conser-

vazione del paesaggio e degli spazi naturali; Rassa ha mantenuto intatto il suo aspetto. Il nostro percorso di salita: dalla fine del parcheggio sulla sinistra del fiume Sorba, parte un bel sentiero (sentieron. 52) a gradini, accompagnato da un corrimano, che attraverso il bosco di faggi, in poche decine di minuti, ci conduce all'Alpe Piane, m. 1020, con belle baite ancora in uso.

Da qui si prosegue in direzione dell'impluvio sulla destra e al bivio che si incontra da lì a poco si sale a sinistra. Zigzagando, il sentiero che sale nel bosco di abeti, ci si portafin a quota 1200 e qui si svolta decisamente a sinistra, uscendo dal versante dell'impluvio. Si traversa per qualche decina di metri e poi si ricomincia a salire, lasciando una vecchia baita sotto sulla sinistra. La salita avviene per una pineta sempre sul dosso e zigzagando si incrocia più volte una radura che scende dall'alto del bosco. Nel punto in cui la salita si fa più ripida, a quota 1320 m, si esce dal bosco poco al di sotto di un gruppo del di tre baite della Alpe Selvaccia. Da qui il paesaggio incomincia ad aprirsi: possiamo vedere l'anticima del monte Bosulla nostra destra, un bell'alpeggio denominato "Il Pizzo" a quota 1704 sulla nostra sinistra, e tutta la costiera che da quest'ultimo conduce alla vetta. Salendo in direzione ESE, ci si porta sulla costiera a quota 1700 circa e da qui dritti verso la vetta. Lungo l'intera tratta di percorso possiamo ammirare le valli di Rassa; la Val Sorba e la Val Gronda, coronate dalle vette rocciose che fanno da confine a nord alla Val Sesia, a ovest alla Valled'Aosta e a sud al Biellese. Alle nostre spalle, sollevando lo sguardo, possiamo osservare quasi tutte le cime del Rosa: Giordani, Vincent, Parrot, Gniffetti, Lyskamm.... La discesa avviene per lo stesso itinerario di salita.

Pizzetto 1879 m. in Val Baranca

Da Bannio. 669 **Dislivello** complessivo: 1210 m. **Viaggio** in pullman **Tempo di salita:** 4 h. **Tempo di discesa:** 3 h. **Difficoltà:** E **Attrezzatura:**, ciaspole. abbigliamento invernale per ambiente innevato.

BannioAnzino, si trova in valle Anzasca, all'ingresso della Valle Baranca, lo si raggiunge attraversando il fiume Anzau una volta giunti nel paese di Pontegranda a circa metà della strada che sale lungo la valle. La Valle Baranca, che si dirama da qui in direzione sud, sudest, raggiunge il confine con la Val Sesia, alla quale si può accedere a piedi attraverso il passo Eguascendendo a Carcoforo. Altri passi che mettono in comunicazione con la Val Sesia sono il Colle Barancae Dorchetta. La zona è interessante dal punto di vista escursionistico, offre diverse possibilità, begli alpeggi da visitare come



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

Rivolto ai frequentatori della Montagna invernale, desiderosi di acquisire o rinfrescare le necessarie conoscenze sulla sicurezza in ambiente innevato, la Scuola propone un corso monografico sull'argomento **Neve e Valanghe**. Il Corso si sviluppa unitamente al Corso di Scialpinismo, con 6 lezioni teoriche (serate del **27 Gennaio, 3, 10, 17 e 24 Febbraio e 3 Marzo**) e 2 esercitazioni pratiche: il **5 Febbraio** (uso dell'ARVA) ed il **19 Marzo** (autosoccorso della comitiva in caso di incidente da valanga).

Vedi spazio:

41° Corso di Scialpinismo e Corso di introduzione allo studio della Neve e delle Valanghe

l'alpe Soi, Dorchetta, Rondirenceo e l'alpe Baranca, con la sua conca verde e lo splendido lago che potrebbero essere oggetto delle nostre attenzioni prossimamente.

In alcuni di questi alpeggi, ricchi benestanti costruirono le proprie ville di soggiorno, come quella ceduta alla famiglia Lancia all'Alpe Baranca, dove esisteva anche un Albergo degli Alpinisti, o villa Samonini, che incontreremo sul nostro percorso. La valle è attraversata dal GTA. Il nostro itinerario:

Si tratta di un percorso facile, sicuro anche con neve abbondante, ma che richiede un buon allenamento, si svolge sempre sul costone che divide la Valle Baranca dalla Valle Anzasca, lo stesso costone che prosegue fino al Monte Rosa, interrotto solo dalla Valle Quarazza. Subito dopo il Pizzetto, su questa cresta, seguono montagne sempre più importanti come Pizzo Tignaga, Punta della Mo-

riana, Pallone del Badile, Pizzo nero, Pizzo Bianco e la conosciuta Punta Grober. Da Bannios segue il sentiroestivo fino a Fontane (775 mt.), poi Balmoe l'alpe Provaccio (1130 mt.), antica stazione di sci in disuso. Seguendo, da qui, sempre la dorsale, si attraversano boschi di faggio e abete e di larice nella parte alta intercalati a prati e pascoli;

Alpe Loro, Rausa di Bannio, Rausa di S. Carlo, Alpe Pregima, in ordine, sono le alpi che si attraversano. Arrivati a Villa Samonini (1638 mt.), lasciamo l'alpe Rausae campo Aostano sulla nostra destra dove passa il sentiero estivo, per restare sempre sul punto più alto del percorso, fino ad arrivare in vetta. Dalla qui, terrazzo sulla valle Anzasca, godremo di una grande vista sulla parete est del Monte Rosa. Discesa per lo stesso itinerario.



Sua Maestà dalla cima del Pizzetto

Avvicinamento alla Montagna

Incontri

di

Avvicinamento alla Montagna

Sul prossimo NOTIZIARIO sarà pubblicato il programma 2011

La serata di presentazione si terrà

**venerdì
1 aprile**

ore 21.15 presso la sede del CAI.





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

55° Corso di Alpinismo su Roccia e Ghiaccio – anno 2011

Direttore: Angelo Medici (IA)

Vice Direttori: Alessandro Jessula (ISA,IA)

La Scuola di Alpinismo e Scialpinismo "Remo e Renzo Minazzi" propone, per l'anno 2011, un Corso base di Alpinismo su Roccia e Ghiaccio. Il Corso è rivolto a tutti gli appassionati della montagna, che intendono ampliare le proprie conoscenze e capacità tecniche per affrontare in autonomia e sicurezza scalate di media difficoltà su roccia e ghiaccio.

Durante l'intero svolgimento del Corso l'insegnamento e l'esercizio delle tecniche di arrampicata su roccia e ghiaccio, delle tecniche di assicurazione ed auto-assicurazione si svolgeranno in ambienti diversi e didatticamente appropriati allo scopo, in particolare in media ed alta montagna.

Agli Allievi è pertanto richiesto un buon allenamento di base, che garantisca una adeguata resistenza fisica agli sforzi previsti dall'attività alpinistica, nonché impegno costante ed assidua ed attenta partecipazione alle lezioni sia teoriche, sia pratiche.

REGOLAMENTO

Per partecipare al Corso è necessario:

- essere **soci del CAI**, in regola con il tesseramento per l'anno di effettuazione del Corso; si raccomanda, all'atto dell'iscrizione o del rinnovo dell'associazione, di scegliere l'opzione per l'estensione dell'assicurazione infortuni ai massimali maggiori (costo 4 €);
- avere almeno **18 anni compiuti alla data di inizio del Corso**;
- avere pagato la **quota di iscrizione di € 220,00**, che comprende: eventuale integrazione della copertura assicurativa per le uscite pratiche sul terreno, l'ingresso alla palestra (per le sole serate in programma), manuali e dispense tecniche, l'uso del materiale collettivo; sono escluse le spese relative agli spostamenti ed ai pernottamenti nei rifugi;
- presentare un **certificato medico di idoneità all'attività sportiva non agonistica**, valido per tutta la durata del Corso;
- una **preparazione fisica** sufficiente ad effettuare **gite giornaliere di 7-8 ore complessive**.

Le domande di iscrizione saranno raccolte nella sera di **martedì 15 Marzo 2011**, a partire dalle ore 21.00 presso la sede del CAI Varese.

Il numero massimo di partecipanti è fissato a 12 allievi.

Materiale personale minimo richiesto (potrà essere acquistato dopo la prima lezione): casco, imbracatura bassa, scarpettine d'arrampicata, **3 chiodi da roccia**, 5 moschettoni a ghiera, piastrina multiuso/discensore, ca. 6 m di cordino da 6mm di diametro e 6 metri da 8mm di diametro, scarponi adatti per l'alta montagna (ghiaccio/neve), piccozza per alpinismo classico, ramponi a 12 punte per alpinismo classico, zaino, abbigliamento adatto.

La Direzione del Corso si riserva la **facoltà di effettuare una selezione, sulla base del curriculum presentato dai candidati**, nel caso il numero di iscrizioni fosse superiore al numero massimo di partecipanti prestabilito.

La Direzione del Corso si riserva la **possibilità di modificare date e luoghi** delle salite alpinistiche e delle esercitazioni, in base alla situazione nivo-meteorologica.

La Direzione del Corso si riserva la **facoltà di allontanare, in ogni momento, quegli allievi che si dimostrassero non idonei al proseguimento, in sicurezza, della frequenza al Corso**.

Le lezioni teoriche si svolgeranno presso la Sede del CAI Varese, in via Speri della Chiesa Jemoli, 12, con inizio alle ore 21.00.

La Scuola non si assume alcuna responsabilità per eventuali incidenti che dovessero verificarsi durante lo svolgimento del programma.

Tutti gli allievi sono invitati a partecipare alle **serate culturali organizzate dalla Sezione**, in particolare durante il periodo di svolgimento del Corso.





PROGRAMMA DEL
**55° Corso di Alpinismo
su Roccia e Ghiaccio**
anno 2011

Lezioni Teoriche

ore 21.00 (in sede salvo eccezioni indicate)

- 17 Marzo** apertura del corso, materiali ed equipaggiamento (Sede CAI)
24 Marzo topografia (Sede CAI)
30 Marzo arrampicata : tecnica di base (Palestra Lezard)
7 Aprile nodi e verifica attrezzatura personale (Sede CAI)
14 Aprile geologia e glaciologia (Sede CAI)
27 Aprile arrampicata: impostazione e preparazione atletica (Palestra Lezard)
5 Maggio pronto soccorso e alimentazione (Sede CAI)
12 Maggio meteorologia (Sede CAI)
19 Maggio catena di sicurezza (Sede CAI)
26 Maggio neve valanghe (Sede CAI)
9 Giugno preparazione della salita (Sede CAI)
16 Giugno storia dell'Alpinismo (Sede CAI)
da definire cena di fine corso

Esercitazioni Pratiche

- 27 Marzo** uscita di introduzione e verifica (M Barro)
lettura della carta topografica
topografia ed orientamento
tecnica di arrampicata su roccia Campo dei Fiori
- 10 Aprile** ancoraggi
assicurazione ed auto-assicurazione
- 17 Aprile** prove di tenuta di una caduta Campo dei Fiori
discesa a corda doppia e risalite sulla corda
- 1 Maggio** movimento della cordata Campo dei Fiori
15 Maggio arrampicata su granito Val Maggia
4-5 Giugno tecniche di assicurazione su ghiaccio
tecniche di progressione e arrampicata su ghiaccio
Ghiacciaio del Rodano Furka
- 18-19 Giugno** salita alta montagna rif Vigevano Monte Rosa ?
- 26-27 Giugno** salite in alta montagna - roccia Rif. Piansecoco Val Bedretto?

41° Corso di Scialpinismo**Corso di introduzione allo studio della Neve e delle Valanghe****Direttore:** Marco Meazzini (INSA)**Vice Direttori:** Franco Bianchi (ISA) e Matteo Malnati**Lezioni Teoriche**

- 27 Gennaio** apertura del Corso - materiali ed equipaggiamento
- 3 Febbraio** conoscenza, tipologie ed uso degli ARVA
- 10 Febbraio** topografia
- 17 Febbraio** nivologia – concetti generali
- 24 Febbraio** nivologia – comportamento e fattore umano
- 3 Marzo** meteorologia
- 17 Marzo** alimentazione – pronto soccorso
- 31 Marzo** tecnica sciistica e conoscenze accessorie
- 14 Aprile** geologia e glaciologia
- 28 Aprile** storia dello scialpinismo
- 5 Maggio** nodi: applicazione alle tecniche di assicurazione (solo per il corso avanzato)

**Gli allievi del corso avanzato
sono caldamente invitati a partecipare
alle lezioni teoriche del corso base.**

Lezioni Pratiche – Località da definire**Corso Base**

- 5 Febbraio (pomeriggio)**
esercitazioni propedeutiche all'uso dell'ARVA e ricerca individuale con ARVA
- 6 Febbraio (Selezione)**
uso dei materiali e tecnica di salita
verifica delle capacità sciistiche e tecnica di discesa
- 13 Febbraio – 1° Uscita**
tecniche di salita e discesa scialpinistica
- 27 Febbraio – 2° Uscita**
osservazione del terreno, dell'ambiente ed uso della carta topografica
traccia di salita e discesa
- 6 Marzo – 3° Uscita**
comportamento su terreno valangoso
- 19 e 20 Marzo – 4° Uscita**
simulazione di incidente da valanga e ricerca organizzata
costruzione di un ricovero d'emergenza
comportamento in caso di intervento del Soccorso Alpino

Lezioni Pratiche Solo Corso Avanzato

- 16 e 17 Aprile – 6° Uscita**
Ricerca Individuale con ARVA di due o più sepolti Cenni di orientamento e marcia strumentale
Tecnica di salita e discesa
- 30 Aprile e 1 Maggio – 7° Uscita**
Osservazione e valutazione di terreno glaciale
Movimento su ghiacciaio e progressione in cordata
Tecniche di recupero da crepaccio

In comune per Corso Base e Corso Avanzato

- 2 e 3 Aprile – 5° Uscita**
Osservazione e valutazione critica del terreno circostante
- 7 e 8 Maggio**
Salita in alta montagna con terreno complesso
Tecnica di salita e progressione su passaggi rocciosi e terreno misto
Tecnica di discesa con corda doppia

NB durante le uscite pratiche verranno effettuate esercitazioni di ricerca individuale del travolto da valanga.



gruppo senior



Le gite
di Febbraio

**1° GITA – Giovedì
10 febbraio**

**Ciaspolata o camminata sulla neve
in luogo da definire in funzione
dell'innevamento.**

La ciaspolata costituisce ancora una sorta di "novità" per i Senior. Nel 2010 c'è stata la prima ciaspolata ufficiale, durante la quale un gruppo di Senior guidati da Alberto si è cimentato sulle pendici del Monte Generoso. In quell'occasione i più esperti sono stati prodighi di consigli per coloro che per la prima volta calzavano le ciaspole. Al momento della redazione del NOTIZIARIO c'è ancora molto da definire, dalla località prescelta agli accompagnatori. Chi intende partecipare a questa prima uscita del 2011 può chiamare in sede martedì 8 febbraio per conoscere i dettagli.

2° GITA – Giovedì 3 marzo

Ganna – Ghirla – Mondonico – Ganna

Ritrovo: Piazzale Foresio ore 8,15; partenza ore 8,30 **Mezzo di trasporto:** Auto proprie e/o mezzi pubblici. **Difficoltà:** E **Dislivello:** salita e discesa 300 m. **Tempo di percorrenza:** ore 4,00 – 5,00. **Accompagnatore:** **Gino Molinari**
Quota: minima, da verificare

Descrizione itinerario

Percorso stradale: Varese – Ganna.
Itinerario: Escursione lungo panoramici sentieri tra faggete e castagneti, che segue per lunghi tratti il sentiero del Giubileo. Da Ganna (456) si raggiunge Ghirla costeggiando l'omonimo lago. Si sale poi al Monte Scerrè e si continua fino a Mondonico (698 m.) da dove si ritorna a Ghirla.

NB. Questa prima camminata è dedicata alla memoria di Renato Bianchi, che del nostro Gruppo è stato Socio Fondatore, e ad Afro Broggi, che ci ha lasciati il 28 dicembre dello scorso anno.

Ritrovo c/o impianti di Champoluc-Frachey
Ore: 9

sciatori per ritiro pettorali e ciaspolatori
Partenza gara slalom aperta a tutti: ore 11.
(Iscrizione gara: gratuita)

Percorso ciaspole (facile):
verrà definito sul posto in funzione delle condizioni neve e meteo.

Pre-iscrizioni:

sci: luigifestimail@virgilio.it

Info & contatti 392-3058092

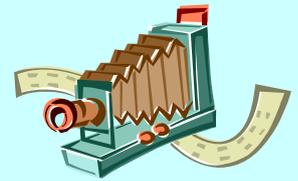
ciaspole: romolo.riboldi@rimacmachines.com

Info & contatti 335-8458908

**SERATA DI PROIEZIONE
DELLE IMMAGINI
2010**

**Martedì 15
febbraio**

ore 21 presso la sede sociale



La consueta serata di proiezione delle fotografie scattate durante il 2010 sarà occasione per ricordare i momenti più belli dell'intensa attività del nostro Gruppo nello scorso anno.

Giovedì 10 marzo

ore 21,15 presso la sede sociale

**ASSEMBLEA
ORDINARIA
DEL GRUPPO SENIOR**

Ordine del giorno:

- Relazione dell'attività dell'anno 2010.
- Presentazione del programma del 2011.
- Elezione di due Consiglieri in sostituzione di **Nanni Edera** e **Borselli Saurò** (non rieleggibili), e **Sergio Rossi** rieleggibile. I Soci che intendono proporsi quali candidati per la carica di Consigliere sono pregati di fornire i loro nominativi.

Seguirà:

**ASSEMBLEA STRAORDINARIA
DEL GRUPPO SENIOR**

Ordine del giorno:

- Approvazione del nuovo Regolamento del Gruppo Senior.



**gara sociale slalom
e ciaspolata
tra le sezioni CAI 7 Laghi**

Sabato 19 febbraio



conferenza

**Champoluc
Frachey**

**7 Laghi
Giornaliero: Euro 32,00**



PROGRAMMA GITE 2010-2011

sci alpino

30 Gennaio – 6 – 13 e 20 Febbraio 2011 – Corso di SCI DISCESA a PILA

Domenica 6 Marzo 2011 Gita a Flims - Laax

Le quote comprendenti viaggio A/R sono: **Soci €18,00 Non Soci €23,00**

Riduzione di €2.00 per giovani sotto i 15 anni. Partenza ore 6.00 da Varese (Piazzale Kennedy).

Venerdì 18 - Domenica 20 Marzo 2011 weekend in DOLOMITI. *Possibile partenza al giovedì*

Le quote comprendenti viaggio A/R e trattamento di mezza pensione in Hotel 3 stelle sono in fase di definizione. Partenza sito da Solbiate Arno (rotonda uscita autostrada).

Domenica 3 Aprile 2011 Gita a Cervinia

Le quote comprendenti viaggio A/R sono: **Soci €18,00 Non Soci €23,00**

Riduzione di €2,00 per giovani sotto i 15 anni. Partenza ore 6.00 da Varese (Piazzale Kennedy), transito ore 6.10 da Solbiate Arno (rotonda uscita autostrada).

Le iscrizioni devono essere accompagnate da un acconto e si chiudono tassativamente il martedì precedente la gita.

Ulteriori informazioni su www.caivarese.it



PROGRAMMA E COSTI DELLE GITE

sci nordico

| | | | | |
|----------------|-----|-------------------------|---|-------|
| 06 – 02 – 2011 | *** | TORGNON (VALLE D'AOSTA) | € | 19,00 |
| 20 – 02 – 2011 | *** | BRUSSON (VALLE D'AOSTA) | € | 19,00 |
| 06 – 03 – 2011 | *** | RIALE VAL FORMAZZA | € | 17,00 |

I PREZZI SI RIFERISCONO AI SOLI SOCI CAI.
PER I NON SOCI E' OBBLIGATORIA
L'ASSICURAZIONE IN AGGIUNTA di 6 €

RESPONSABILI

BASSANINI MAURIZIO 0332203847
BOMBETTI ARCHIMEDE 0332263352



Sottosezione di GAZZADA SCHIANNO

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

CORSO SCI

Domenica 6 – 13 febbraio. Prosegue il nostro 39° Corso Sci a Valtournenche. Anche quest'anno vi sono novità sulle piste di Valtournenche! Abbiamo posti in pullman per chi volesse aggregarsi.

GARA DI SLALOM GIGANTE

In concomitanza con l'ultima domenica del Corso Sci, vale a dire il giorno **13 febbraio**, sulle stesse nevi di Valtournenche effettueremo, in collaborazione con la Pro-Loco di Gazzada Schianno, una gara non competitiva per il **Quarantennale** sia della nostra Sottosezione che della Pro-Loco. La partecipazione alla gara è libera a tutti con premi per diverse categorie. Per ulteriori informazioni ed iscrizioni rivolgersi in sede entro e non oltre martedì 8 febbraio.

GITE INVERNALI

Terminato il Corso Sci la nostra attività invernale proseguirà col seguente programma:

Domenica 27 febbraio – Gita a Sestriere. Partenza ore 6,00 dal p.le Iper

Gbianchi. Quote: Soci € 22 – non Soci € 27. Riduzione di € 2 per giovani inferiori a 15 anni.

Giovedì-Venerdì-Sabato-Domenica 10-11-12-13 Marzo. Gita a Villabassa Val Pusteria (Dolomiti). Partenza ore 14 di giovedì 10 marzo dal p.le Iper Gbianchi.

Il costo comprensivo di viaggio, pernottamento presso l'Hotel Bachmann (tre stelle), mezza pensione con prima colazione è di € 180 per i Soci ed € 195 per i non Soci. Riduzione di € 10 per ragazzi inferiori a 15 anni.

Essendo i posti limitati invitiamo gli interessati ad affrettare le iscrizioni.

CAMMINA...

CAMMINA...

Martedì 8 febbraio . ore 21,15 presso la nostra sede **"Il mio Cammino di Santiago.** Una videoproiezione sull'esperienza vissuta da alcuni

nostri soci lungo il percorso che, partendo da St. Jean Pied-de-Port, li porterà a percorrere i 777 Km. che li condurranno a Santiago de Compostela.

MULTIPASS

Presso la nostra sede è possibile acquistare i "multipass" validi in tutte le maggiori località dell'arco alpino...

TESSERAMENTO

Rammentiamo ai Soci il rinnovo delle quote associative. Con il rinnovo delle quote la nostra Sottosezione omaggerà, ai soci, il calendario del quarantennale.

