

Realizzato con il contributo



Assessorato alla Cultura

Mercoledì 14 novembre

Una via Francigena del Sud

come sempre pedibus calcantibus

di Beppe Sala- peregrinus

Dopo aver percorso a piedi il cammino di Santiago da Varese e la via Francigena dal Gran san Bernardo a Roma, il nostro socio Beppe Sala, ha completato l'itinerario italiano degli antichi pellegrini verso i porti di imbarco per la Terra Santa, Manfredonia, Brindisi, Otranto. L'itinerario scelto, sostanzialmente lungo la via Appia Traiana, è uno dei tanti possibili, perché non esiste "La" via Francigena del Sud, bensì un fascio di direttrici variamente praticate nel corso dei secoli. Gli incontri con cose e persone so-

no così vari e spesso così ricchi da suscitare emozioni e considerazioni, tollerante ironia e critiche furibonde. Certamente il cammino a piedi come la salita delle montagne ci portano ad una conoscenza allargata del mondo e di noi stessi. Il desiderio di condividere quanto visto ed appreso durante il viaggio con la speranza che altri, molti, decidano di partire per queste mete e quindi far vivere questi cammini è la ragione di

questa presentazione

Anticipiamo al momento di andare in stampa

Mercoledì 5 dicembre

ci sarà la serata conclusiva della stagione 2012 dell'attività culturale (via Dunant) con una serata fotografica a tema "il Ticino fino a Pavia" a cura del notissimo fotografo naturalista Luigi Meroni.

Nell'occasione ci sarà anche la presentazione del suo ultimo libro fotografico sul tema della serata.

Saremo più precisi tramite newsletter appena avremo ulteriori dettagli,





| 1.° corso | | 2.° corso | |
|-------------------|---------------------|-------------------|------------------|
| inizio | fine | inizio | fine |
| 4 ottobre 2012 | 13 dicembre 2012 | 8 gennaio 2013 | 14 marzo 2013 |
| | nei giorni | 1° turno | 2° turno |
| 5 | martedì | 19.00—20.00 | 20.00—21.00 |
| | giovedì | 19.00—20.00 | 20.00—21.00 |
| | Costo per n.lezioni | soci | non soci |
| | 20 (1 corso) | 55,00 | 85,00 |
| | 40 (2 corsi) | 90,00 | 150.00 |

Per informazioni ed iscrizioni: sede CAI il Martedì e Venerdì d alle ore 21 alle 23 Via Speri della Chiesa Jemoli,12 Varese

oppure telefonare (identici orari) allo **0332.289267**

quote invariate da an





Il film dei soci del IV° Martedì

Martedì 27 novembre Ore 21.15 in sede

Non la vogliono capire

Il Cerro Torre in inverno sulla via Maestri-Egger di C. Frutiger, C. Kopp, T. Ulrich

1959, C. Maestri e T. Egger sono i primi alpinisti ad aver raggiunto il Cerro Torre. Il film è la ricostruzione della loro storica impresa: la salita alla vetta patagonica fatta in soli tre giorni e mezzo. Quella spedizione finì tragicamente: durante la discesa Egger precipita e con lui scompare la macchina fotografica. Così qualcuno inizia a sospettare: saranno saliti davve-

Senza le prove fotografiche, sparite con Egger, storicamente la via Maestri-Egger sul Cerro è ancora inviolata. Nel 2001, i quattro protagonisti svizzeri salgono per la stessa, ma a causa dell'aumento di temperatura debbono abbandonare...

Premio Speciale della Giuria per il miglior film di alpinismo al Cervino Cinemountain

Durata: 48 min



REGISTI

Thomas Ulrich è un fotografo outdoor autodidatta. Nato a Interlaken nel 1967, ha al suo attivo numerosi lavori pubblicati su Animan, Life e Sports Illustrated, Lavora inoltre come cameraman e cineasta per la TV, e il suo primo "corto" ha vinto un premio al Festival del cinema di Trento ed è entrato nelle finali del Festival di Banff.

Christoph Frutiger è un cameraman di grande esperienza. Nato a Interlaken nel 1965, ha lavorato dapprima come operatore televisivo freelance a New York, in Svizzera e in Germania, per poi lavorare nella seconda unità per due film della serie di James Bond e per Band of Brothers di Steven Spielberg.

Christine Kopp si occupa dei testi: è traduttrice free-lance, giornalista e redattrice. Nata a Berna nel 1967, è specializzata in alpinismo e turismo, e ha tradotto otto libri dall'italiano e francese verso il tedesco. E' inoltre responsabile delle pagine di alpinismo sul noto quotidiano svizzero Neue Zürchner Zeituna.



alpinismo giovanile



18 novembre 2012 In Grotta con gli Speleo

Ritrovo in piazzale Foresio per le ore 8, auto private fino a Campo dei Fiori incontro con il Gruppo Speleologico del CAI Varese, vestizione e discesa alla

GROTTA DEL FRASSINO

Costi Soci CAI: 5 euro, non soci 12 euro (7 Assicurazione)

Abbigliamento: <u>una tuta vecchia</u>, pedule o meglio stivali gomma, un paio di guanti di gomma (quelli per lavare i piatti) un ricambio da lasciare nello zaino.

Pila con batterie cariche, macchina fotografica in un sacchetto di plastica. Non dimenticare un sacco rifiuti condominiale per mettere l'abbigliamento da grotta.

Termine iscrizioni entro il 13 novembre 2012 allo 0332 289267 serate di martedì e venerdi oppure mail a: <u>alpinismogiovanile@caivarese.it</u> oppure allo 0332 499789



non solo Montagna...



In apertura della bella e affollatissima serata della

5. Rassegna di Canti Popolari "Città di Varese"

sono stati consegnati i contributi raccolti dalle diverse iniziative a scopo benefico nel corso dell'anno 2012.

Raggruppando le raccolte effettuate dal **gruppo Senior**, dalla libera contribuzione per il **DVD dell'attività escursionistica**, da un **contributo privato** e con l'arrotondamento da parte della **sezione**, abbiamo potuto assegnare un importo di mille euro ciascuno a

A.V.O Associazione Volontari Ospedalieri Varese (Onlus)

Presidente Signora Luisella Sutti Predieri

Associazione Varese per l'Oncologia (Onlus)

Presidente Dott. Gianni Spartà

un sentito grazie a tutti i sottoscrittori



Come anticipato sui NOTIZIARI scorsi rendiamo noto che il contributo volontario per il **DVD** "**IMMAGINI IN MUSICA**" dell'attività escursionistica 2011 e 2012 è stato di 600 € interamente versato alle associazioni di cui sopra..

escursionismo



Le gite di novembre

DOMENICA 11 NOVEMBRE 2012 VERSO UN RIFUGIO - Capanna Garzonera 1970 mt. da Giof 1386 mt.

Ritrovo e partenza ore: piazzale Foresio ore 7.30 Viaggio: con auto proprie Quote partecipazione : soci € 15, non soci € 22 + Chf 3.00 per il rifugio Difficoltà : E Dislivello in salita: 584 m ca da Giof. Tempo di percorrenza : ↑↓ ore 2 ca – 1.30 ca Informazioni e iscrizioni presso: Edoardo Verrengia, Antonella Ossola

Ricordare: documenti validi per espatrio e franchi svizzeri per il rifugio Attrezzatura e abbigliamento: d a escursionismo adatto alla stagione invernale. Consigliata la torcia elettrica. In caso di nevicate è necessario equipaggiarsi con le ciaspole e il dislivello può aumentare fino a 1000 mt. in funzione alle condizioni della strada per Giof.

Domenica 18 novembre 2012 Tra le vigne del Monferrato: da Montemagno a Casorzo

Escursione a carattere culturale-paesaggistico-enogastronomico Ritrovo e partenza: ore 7,00 piazzale Foresio – ore 7,10 Azzate Viaggio : i n autobus Dislivello: ↑↓ mt 150 Lunghezza complessiva percorso: circa 10 km Tempo di percorrenza: 3 h Prezzo: soci € 18 – non soci € 25

Pranzo presso agriturismo con menu tipico: € 20 Iscrizioni in sede dal 9 novembre presso i capigita Roberto Andrighetto e Lucia Corbetta

itinerari Capanna Garzonera

Quest'anno la consueta escursione denominata "Verso un rifugio" ha come meta la capanna Garzonera.

Tale capanna è situata in Valle Leventina su un terrazzo sopra al paese di Piotta, pochi km prima del massiccio del San Gottardo, in località Alpe di Prato e la si raggiunge da Giof in 2 ore di cammino attraverso un facile sentiero. In caso di forte innevamento, dovremo lasciare la macchina qualche chilometro prima di Giof allungando la nostra escursione. Partendo da Giof, dove termina la strada, si prosegue in dir. O e ,passando da Camperitt, successivamente da quota1464, da Pian Taioi e si raggiunge l'Alpe di Prato



dove è situata la Capanna, appena al di sopra di boschi di larici e abeti.

La capanna offre un bel panorama sulla valle, sul passo del San Gottardo, e proprio di fronte, sulla regione di Piora/lago Ritom. Qui, come ogni anno, condivideremo le libagioni portate dai gitanti e ci scalderemo davanti ad un fuoco scoppiettante. La discesa avverrà per lo stesso

itinerario di salita...con qualche difficoltà in più...data la nostra pancia piena.

Tra le vigne del Monferrato

Dopo mesi passati insieme a camminare tra i monti, per la chiusura della stagione 2012 abbiamo pensato di percorrere i più dolci pendii collinari del Monferrato, terra da cui provengono alcune delle bevande che allietano talvolta il ritorno dalle escursioni alpine

La giornata sarà dedicata dapprima alla visita del paese di Montemagno, collocato in cima ad una collina dominata da una rocca del X secolo. Da qui procederemo in falso lungo piano sentieri e strade sterrate, passando accanto a fattorie e fabbricati rurali, fino al paese di Viarigi, sovrastato dalla medioevale Torre delle Vedette.

Da Viarigi il nostro percorso scende in maniera decisa lungo una sterrata attraverso campi coltivati, portandoci ad attraversare la strada provinciale e quindi a dirigerci verso la Tenuta Montemagno, mirabile esempio di architettura rurale. Si procede poi sempre per coltivi in direzione di Casorzo, risalendo il crinale di una collina dove, final-





mente, ci troveremo tra i vigneti che producono, tra l'altro, il celebre Malvasia. Prima di arrivare a Casorzo, dove ci attende il pullman, avremo modo di vedere il curioso bialbero, simbolo del paese, un ciliegio selvatico sviluppatosi dal tronco di una la presenza di fango.







GITE SCIISTICHE e CORSO SCI DISCESA

Con i primi freddi ecco arrivato il momento di pensare allo sci. Anche quest'anno la nostra intenzione è di farvi fare un po' di movimento sulla neve....sperando che arrivi abbondante e presto. A proposito di movimento: avete iniziato la ginnastica presciistica? Sapete ormai tutti quanto sia importante arrivare alle prime uscite con i muscoli ben allenati. E ricordatevi di controllare la vostra attrezzatura affinché non faccia cilecca ai primi freddi (ne abbiamo visti di scarponi che si rompono alla prima curva e di sci con lamine arrugginite che non "scivolano"). Vi ricordo che anche quest'anno organizzeremo un corso di sci discesa, sul prossimo notiziario avrete tutte le informazioni, ma già fin d'ora vi chiediamo di iscrivervi per tempo (dagli inizi di dicembre) e di non ridurvi a venire in sede all'ultimo momento....rischiate di non trovare posto. Avremo poi una serie di gite domenicali, stiamo valutando i costi di pullman e di giornalieri per redigere un programma adequato alle esigenze di tutti (dal principiante al "carver"). Segnate sul calendario le date indicative delle gite che trovate sotto..... prima uscita.....

DOMENICA 16 DICEMBRE

per i dettagli vi faremo sapere presto. Vi aspettiamo numerosi.

Date indicative:

Domenica 16 Dicembre 2012 Domenica 13 Gennaio 2013

27 Gennaio – 3 – 10 e 17 Febbraio 2013 – Corso di SCI DISCESA a PILA

Domenica 3 Marzo 2013 Venerdì 15 - Domenica 17 Marzo 2013 weekend in DOLOMITI. Possibile partenza al giovedì. Domenica 7 Aprile 2013

gruppo senior



Le gite di novembre

37° GITA – Giovedì 8 novembre Porto Ceresio - San Giorgio

Ritrovo: Piazzale Stadio ore 8.00; partenza ore 8.15

Fermata: Cimitero Belforte ore 8.15 Mezzo di trasporto: auto Difficoltà: E Tempo di percorrenza: ore 2.30 salita, ore 2.00 discesa. Dislivello: salita e discesa 850 m. Equipaggiamento: di

media montagna, consigliati bastoncini. Accompagnatore: Renato Nicolini Rientro previsto: ore 18.00 Quota: 2 € N.B. Necessita un documento valido per l'espatrio perché si sconfina in Svizzera.

Nota: Il Monte San Giorgio (1097 m) fa parte di un gruppo incuneato nel lago che comprende il Prasacco che fa parte del territorio svizzero, il Poncione d'Arzo su cui parte la linea di confine e il Monte Orsa (998 m) in territorio italiano.

Nell'estate 2003 le rocce "triassiche" del Monte San Giorgio sono state iscritte nel patrimonio dell'Unesco. Gli eccezionali ritrovamenti "paleontologici" distribuiti su cinque livelli "fossiliferi" (230-245 milioni di anni) sono stati determinanti nella scelta dell'Unesco. Fin dal XIX secolo sono stati estratti migliaia di scheletri di sauri marini e pesci ai quali sono stati attribuiti nomi che ricordano toponimi locali.

Descrizione itinerario. Percorso stradale: Varese - Porto Ceresio

Itinerario: Ritrovo

degli escursionisti alle ore 8.45 nel parcheggio a Porto Ceresio (Piazzale Appiani), in direzione del confine. Dal parcheggio partenza alle ore 9.00 prendendo via Fiorita, fino ad incontrare sulla sinistra il cartello indicatore Sentiero N. 1 Porto Ceresio Cà del Monte.

A circa 50 m sulla sinistra cancelletto con segnale bianco e rosso, dove inizia l'acciottolato ripido che dopo 40 minuti conduce a Cà del Monte. In prossimità di casa Azzilla a destra inizia via Serpiano; si raggiunge una cappellina votiva sulla sinistra con un piccolo segnale giallo indicante Serpiano che si raggiunge in circa 1 ora e 10 minuti. Indicazioni successive ben visibili conducono alla vetta dopo 2 ore 30 minuti..

38° GITA – Giovedì 15 novembre Laveno - San Clemente - Cittiglio

Ritrovo: Stazione FNM ore 8,00, partenza treno per Laveno ore 8,15.

Fermate: il treno verso Laveno ferma in tutte le stazioni per cui chi è più comodo

d'identità per lo sconto)

Descrizione itinerario

Nota: Passeggiata lungo i sentieri dell'Anulare Valcuviano, percorso ad anello diviso in 13 tappe con partenza e arrivo a Laveno che collega le località della Valcuvia. I colori che identificano il percorso sono il giallo e il verde.

Percorso ferroviario: Varese – Laveno Itinerario: Laveno (200 m.) - Chiso - Pofarè - Cerro - Torbiera - Roncaccio - Mombello - Gaggio - Capo di Sotto - San Clemente (528) - Cascina Vallone - San Biagio - Cittiglio (267 m.). Dalla stazione delle FNM di Laveno si passa al parcheggio del Gaggetto, si attraversa il ponte pedonale sul Boesio, si raggiunge la strada asfaltata che si segue

verso la rotonda e si

sale verso la collinetta del Monte Brianza. trovando i primi segni gialloverdi. Si passa davanti all'istituto Bassani Menotti e si scende verso la frazione Chiso. Seguendo segnali, si abbandona la stra-

da asfaltata

e ci si inoltra nel bosco su uno sterrato che conduce al paese di Cerro. Giunti prossimità del lago si risale lungo la strada per Mombello. Si svolta а destra e su percorso boschivo pianeggiante si raggiunge la località Roncaccio. dove ritrova

strada asfaltata. Si prende un sentiero che costeggia il laghetto paludoso della torbiera e si arriva a Mombello. Raggiunta la località Rocca, si sosta nell'area del monumento dei caduti, da cui si gode un'ampia visuale sul golfo di Laveno. Si passa davanti all'antica chiesa di

Trekking Tour des Combins

Martedì 13 novembre

ore 21.00 presso la sede CAI di via Speri della Chiesa

Serata di proiezione delle foto del Tour des Combins

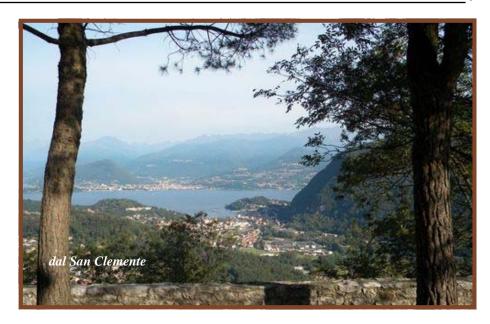


potrà salire in stazioni intermedie. Mezzo di trasporto: treno

Difficoltà: T Dislivello: salita 605 m. discesa 550 m. Tempo di percorrenza: ore 5,00 complessive Accompagnatori: Alessandro Orsatti Quote: minima, prezzo mezzi pubblici (Over 65: portare carta



San Michele e si scende tra i boschi alla località Gaggio. Tornati sulla strada si arriva a Capo di Sotto dove, dopo aver attraversato la provinciale inizia la salita su una mulattiera che immette sulla pista sterrata che raggiunge il piccolo nucleo abitativo di San Clemente, da cui si sale lungo una strada con piccole cappelle in legno fino al culmine del monte che ospita il santuario di San Michele, con la sosta pranzo sulla terrazza che offre ampi panorami sul lago e la Valcuvia. Tornati a San Clemente si scende su un sentiero in direzione della cava di Caravate, si continua verso la Cascina Vallone e la frazione San Biagio da cui si raggiunge la stazione FNM di Cittiglio, dove si riprende il treno per Varese.



CAI VARESE GRUPPO SENIOR

PRANZO DI FINE STAGIONE 2012 Giovedì 22 novembre 2012 ore 12.30

AGRITURISMO BONÈ Caldana di Cocquio (VA) Contrada Bonè, 8

Percorso stradale: Varese – Gavirate – Strada per Laveno – Dopo circa km 1,2 svoltare a destra per Orino e seguire le indicazioni per Caldana – Dopo circa km 2,2 sulla sinistra si trova il cartello dell'Agriturismo Bonè.





Menù Antipasti

Salame nostrano
Salame alla vaniglia con salsa di funghi
Crostini di polenta con baccalà
Crostini con Cren e petto d'oca affumicato
Melanzane marinate alla menta
Carote marinate
Crostini di polenta con lavarello in carpione

Primi

Risotto all'arancio e formaggio Tagliolini con topinambur

Secondi

Polenta – Funghi porcini Spiedo di carni alla bresciana-bergamasca (specialità della casa) Gallo con funghi porcini Brasato

Dessert

Gelato o Torta

Vino in bottiglia (Barbera e bianco) Acqua Caffè e Ammazzacaffè

Quota di partecipazione €30.00

Iscrizioni presso la sede il martedì e Coordinatore Senior tel. 339 7885545

Entro il 20 novembre 2012

(eventuali disdette sempre entro tale data)

cicloescurs in supp

Prossimi appuntamenti:

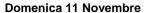
Domenica 4 Novembre

Esercitazione pratica in mtb sull'utilizzo del GPS

Muniti di cartine e di tracce GPS sui navigatori pedaleremo sui sentieri del Mottarone per affrontare questi temi:

- Seguire una traccia (con o senza WayPoint)
- Registrare una traccia e marcare dei WP
- Fare il punto sulla cartina rilevando le coordinate dal GPS
- Raggiungere un punto individuato sulla cartina inserendo le coordinate nel GPS

Relatore: Marco Parmigiani - CAI Tradate



Gignese – Mottarone – Armeno ed Alto Vergante Dislivello 1100 mt. – Km 40 – difficoltà MC

Percorso molto vario e abbastanza impegnativo tra i colori dell'autunno.

Si utilizzerà il secondo tratto della funivia dall' Alpino al Mottarone

Organizzazione: CAI Legnano

Vignale Monferrato Lunghezza: 40,13 Km Tempo percorrenza: 5h

Difficolta': BC

Dislivello: circa 450 metri

Tipo: asfalto 9,21 Km (23%) - sterrato 30,92 (77%)

Al lago di Tina

Viaggio in bus, insieme agli amici del gruppo escursionismo, con i quali ci troveremo a fine giro per un pranzo in agriturismo (per costi e dettagli fare riferimento all'articolo dedicato su questo notiziario nella pagina dell'escursionismo).

Venerdì 7 Dicembre

Notturna Babbo Natale a San Paolo Organizzazione: CAI Germignaga

Resoconti:

La notturna al monte Orsa ha avuto 10 partecipanti, tutti molto soddisfatti e divertiti dalla discesa resa ancora più difficile dall'alternarsi di luci ed ombre di chi ti segue a ruota... E' piaciuta così tanto che abbiamo deciso di farla diventare un appuntamento fisso annuale!

La gita con gli amici del CAI Legnano al passo della Gava da Arenzano è stata purtroppo rovinata dalle nuvole basse che ci hanno tenuto nascosto il panorama sulla costa, ma nonostante tutto ci siamo divertiti ugualmente sui sempre impegnativi sentieri liguri. Il mare l'abbiamo poi visto quando, seduti in spiaggia a fine giro, ci siamo concessi chi una focaccia di Recco, chi una farinata...

