



NOTIZIARIO

CLUB ALPINO ITALIANO SEZIONE DI VARESE

attività culturale

NOTIZIARIO Club Alpino Italiano
Sezione di VARESE

Direttore responsabile: Macchi Pietro
Coordinamento redazionale: Tettamanzi Edoardo
Aut. Tribunale di Varese n.55 del 02.01.1952
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 s.n.c.
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."

Realizzato
con il
contributo
del



Assessorato alla Cultura

Mercoledì 16 settembre

IMAWARI YEUTA, NELLA CASA DEGLI DEI

Esplorazioni alle porte del tempo nel cuore dei misteriosi Tepi venezuelani

Proiezione con video e foto, racconti, riflessioni

Autore: Team La Venta
Foto di: Vittorio Crobu
Alessio Romeo
(archivio La Venta)
Relatore: Tullio Bernabei



Su una remota montagna venezuelana gli speleologi del gruppo La Venta stanno esplorando il sistema sotterraneo più grande del mondo nelle rocce quarzitiche, la Casa degli Dei. Al di là dei chilometri di buio illuminati per la prima volta, sono state aperte porte su fenomeni geologici e biologici di straordinaria bellezza e mai descritti sul nostro Pianeta. Sempre che Imawari Yeuta si possa considerare facente parte del nostro Pianeta...



Club Alpino Italiano Sezione di Varese
Gruppo Speleologico C.A.I. Varese

XXXII°
CORSO DI INTRODUZIONE
ALLA SPELEOLOGIA
25 Settembre - 24 Ottobre 2015

SERATA DI PRESENTAZIONE
Mercoledì 16 Settembre ore 21:15
Aula magna Università dell'Insubria
Via J.H.Dunant 3 - Varese

Con proiezione filmato:

INFO
Giovedì 21:30 - 23:00
Via Speri della Chiesa 12 - Varese
gsv_cal@libero.it - 0332 289267

Federazione Speleologica Lombarda

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



PROVINCIA
di VARESE



Regione Lombardia



Università degli Studi
dell'Insubria

COMUNE DI VARESE
Assessorato alla Cultura

attività culturale



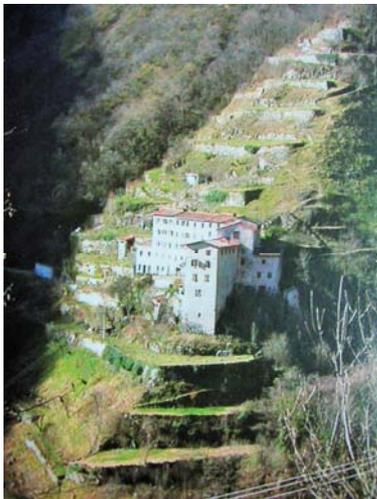
Marco Romano ha svolto numerose ricerche etnografiche a Fondo, in alta Val di Non e in Trentino, collaborando con l'Archivio Provinciale della Tradizione Orale presso il Museo degli Usi e Costumi della Gente Trentina, con l'Archivio delle Fonti Orali dell'Alta Anaunia presso i Musei di Ronzone, di cui è Presidente, e con il Progetto Memoria per il Trentino. È autore di libri (*Quella era la vita allora; Col sole il vento la neve; Ricettario della memoria; Fondo una volta; CamminAlberi; Castelfondo: voci e sguardi; La centrale elettrica Alta Novella di Fondo*). Con il regista Michele Trentini e la pastora Cheyenne Daprà nel 2008 ha realizzato il film documentario "Cheyenne, Trent'Anni", premiato in diversi film festival nazionali.

Mercoledì 14 ottobre

PICCOLA TERRA documentario

un film di **Michele Trentini** (regista) e **Marco Romano** (aiuto regista).
 Miglior documentario italiano al 15° Cinemambiente Torino
 Premio della Stampa "Bruno Cagol"
 Premio RAI al 60° TrentoFilmFestival.

Relatore: **Marco Romano**



Valstagna, Canale di Brenta, Vicenza:

su piccoli "fazzoletti di terra" un tempo coltivati a tabacco si gioca il destino in controtendenza di personaggi assai diversi, impegnati a dare nuova vita ad un paesaggio terrazzato in stato di abbandono. C'è chi rimane aggrappato con ostinazione e orgoglio all'antico podere di famiglia, chi lascia il posto di operaio in cava per ritrovare se stesso, chi venendo dal mondo urbano decide di prendersi cura di campi e muri a secco grazie ad un innovativo progetto di adozione, e chi originario del Marocco coltiva il sogno dell'integrazione per se ed i propri figli. "Piccola terra" è un messaggio di speranza per terre alte marginali. È un racconto sul valore universale del legame con la terra, che prescinde da interessi economici, impedimenti politici, steccati culturali. Il "Mondo dei vinti", raccontato negli anni Sessanta dal regista Giuseppe Taffarel, ora è una montagna che torna a vivere, in un nuovo rigoglio che sa di menta, appartenenza e libertà.

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






Università degli Studi dell'Insubria
 COMUNE DI VARESE
 Assessorato alla Cultura

Notte dei Ricercatori

La Città incontra l'Università – L'Università incontra la Città
venerdì 25 e sabato 26 settembre 2015

Meet Me Tonight - La Notte dei Ricercatori - è un'iniziativa europea che ha luogo in diverse città contemporaneamente in tutta Europa e che intende far conoscere la ricerca e la figura del ricercatore in senso lato al grande pubblico in maniera divertente e appealing.

L'Università dell'Insubria ha deciso di partecipare alla terza edizione della Notte dei Ricercatori in qualità di partner associato, proponendo l'iniziativa, e cercando di ridurre al minimo le spese appoggiandosi alle proprie risorse e ad alcuni sponsor locali per la copertura delle spese necessarie.

L'Ateneo ha organizzato due gruppi coordinati, uno per la sede di Como ed uno per le sedi di Varese e Busto, che hanno predisposto un programma di eventi per le due giornate in oggetto, nell'ottica di coinvolgere Scuole e Città allo stesso tempo.

Per quanto riguarda la città di Varese, la giornata è organizzata in due momenti concettualmente distinti:

il venerdì mattina, in cui l'Università si apre ed accoglie la città ed in particolare gli studenti delle scuole primarie, secondarie di primo e di secondo grado

il sabato pomeriggio, in cui invece l'Università si porta in città organizzando una serie di eventi –culturali, scientifici, sportivi- nelle strade e nelle sedi del centro cittadino

Anche quest'anno la nostra sezione collaborerà alle attività di questa bella ed interessante manifestazione con il piccolo muro di arrampicata che vede sempre l'entusiastica partecipazione dei più piccoli ... e non solo.

Il programma definitivo e dettagliato della manifestazione è in corso di approntamento.

Appena sarà ufficializzato lo diffonderemo tramite newsletter e lo pubblicheremo sul nostro sito www.caivarese.it.

Informazioni aggiornate sono sempre reperibili dal sito dell'Università dell'Insubria

<http://www4.uninsubria.it/on-line/home/articolo4573.html>



8ª RASSEGNA DI CANTI POPOLARI “CITTÀ DI VARESE”



La rassegna di canti popolari **Città di Varese**, iniziata nel 2008 in occasione di campionati mondiali di ciclismo grazie al contributo organizzativo ed economico dell'Assessorato alla Cultura del Comune di Varese, è giunta ormai all'ottava edizione. Ciò è stato possibile grazie all'attiva collaborazione tra il Coro 7 Laghi di Varese e il CAI Sezione di Varese.

Nei primi 7 anni di rassegna si sono esibiti Cori di alto livello, tra i quali il Coro della SAT di Trento in occasione dei festeggiamenti per il 50° anniversario della fondazione del Coro 7 Laghi.

Questo ha fatto sì che ogni anno la partecipazione di pubblico alla rassegna è stata sempre molto elevata.

con altri cori, altri uomini, altre storie nate dalla stessa passione.



Il coro "7 LAGHI"

L'8ª Rassegna di Canti Popolari
Città di Varese
si terrà

sabato 17 ottobre
alle ore 21.00
presso il Salone Estense

e vedrà protagonisti della serata il **Coro 7 Laghi**, diretto da **Giacomo Mezzalana**, e, quale ospite principale, il **Coro Biellese "La Campagnola" di Mottalciata (BI)**, diretto da **Simone Capietto**, che eseguiranno un repertorio di canti popolari della tradizione italiana vasto e variegato e, per tale motivo, affascinante e coinvolgente.

Il messaggio culturale del canto popolare racconta con le parole e le melodie dei nostri padri e dei nostri nonni quello che siamo oggi. Per questo, dopo la positiva esperienza degli anni trascorsi, il Coro 7 Laghi e il CAI di Varese hanno deciso di non abbandonare il progetto di divulgazione del canto corale popolare, mossi dal desiderio che il messaggio prenda vigore e venga condiviso

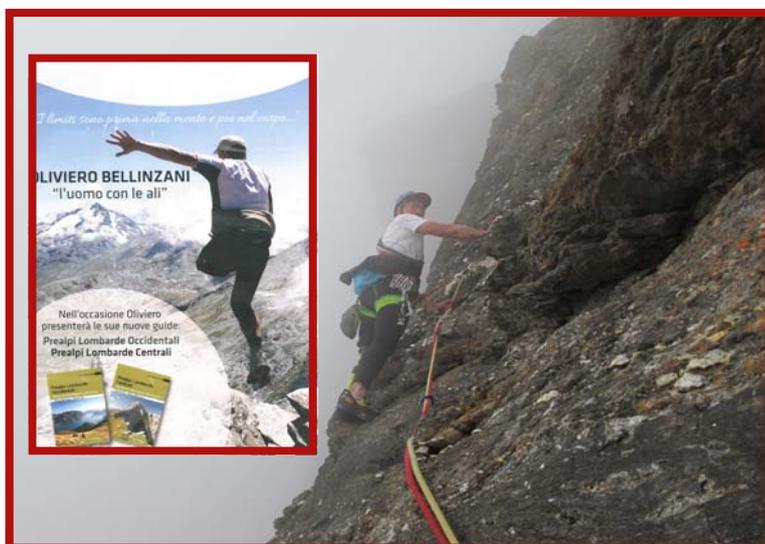


Coro Biellese "LA CAMPAGNOLA"

OLIVIERO BELLINZANI “ l'uomo con le ali ”

...È morto l'alpinista varesino Oliviero Bellinzani. L'incidente è avvenuto venerdì, poco prima delle 14.30, quando è stato segnalato alla Polizia Cantonale ticinese un grave infortunio in montagna poco sotto la cima del Grauhorn. Bellinzani, mentre saliva il Grauhorn nel gruppo dell'Adula, è stato travolto da una frana di sassi e trascinato a valle per 300 metri ...

Ci piace ricordare l'amico scomparso con le immagini della locandina dell'ultima serata che abbiamo con Lui organizzato nell'aprile 2014.



escursionismo



Le gite di
Settembre
ottobre

DOMENICA 6 SETTEMBRE 2015
Giro dei Rifugi della Val Bognanco, per la Bocchetta di Oriaccia mt. 2326 mt. da San Bernardo m 1620 – VB
VEDERE NOTIZIARIO PRECEDENTE

DOMENICA 13 SETTEMBRE 2015
Piz Gannaretsch 3040 mt. dal passo di Lucomagno 2017 mt. canton Ticino
Ritrovo e partenza ore: piazzale Foresio ore 6,00 Viaggio: in autobus Quote partecipazione: soci € 18, non soci € 26 Difficoltà: EE Dislivello: ↑ 1143 mt. - ↓ 1143 mt + risalita di ↑ 120 mt. Tempo di percorrenza: ↑ ore 5 – ↓ ore 4 ca Informazioni e iscrizioni presso: **Edoardo Verrengia, Fabio Canali**
Attrezzatura e abbigliamento: da media/alta montagna adatto alla stagione. Ricordare documento valido per espatrio e tessera sanitaria.

DOMENICA 27 settembre 2015
Ferrata del Centenario al Monte Grona 1736 mt. da Breglia 1000 mt, Plesio - CO o Salita al rifugio Menaggio 1370 mt. per escursionisti.

Ritrovo e partenza ore: piazzale Foresio ore 6.00 Viaggio: auto proprie Quote partecipazione: soci € 10, non soci € 18 Difficoltà: EEA - D (Difficile) Dislivello: ↑↓735 mt. ca. (↑↓370 mt. ca. al Rifugio Menaggio) Tempo di percorrenza: ↑↓ ore 3.30 ca-1.30/2.00 ca (↑↓ ore 1 al rifugio - 0.45) Informazioni e iscrizioni presso: **Fabiano Mondini**

Attrezzatura e abbigliamento: da media montagna adatto alla stagione, obbligatori kit da ferrata omologato, imbragatura, casco, guanti. Suggestivi 2/3 cordini e 2/3 moschettoni a ghiera supplementari. La salita su ferrata è riservata ai soci. I non soci possono sostare al rifugio Menaggio.

Ferrata molto impegnativa dal punto di vista fisico, che richiede capacità arrampicatorie. Raccomandabile saper arrampicare almeno sul II/III grado.

DOMENICA 11 ottobre 2015
Capanna Como m 1792 da Livo, località crotto Dangri m 642 – CO

Ritrovo e partenza ore: piazzale Foresio ore 6.30 Viaggio: auto proprie Quote partecipazione: soci € 12 (moneta contata), non soci € 20 Difficoltà: E Dislivello: ↑↓1150 mt. Tempo di percor-

renza: ↑ ore 3.30 – ↓ 2.30 ca Informazioni e iscrizioni presso: **Roberto Brunoni - Sergio Bertelli**
Attrezzatura e abbigliamento: da media montagna adatto alla stagione

DOMENICA 8 NOVEMBRE 2015
PIETRA PARCELLARA 836 mt. e PIETRA PERDUCA 548 mt.
Da Coli 640 mt, fraz.Perino – Val Trebbia - PC

Ritrovo e partenza ore: piazzale Foresio ore 6.30 Viaggio: in autobus Quote partecipazione: soci € 22 (moneta contata), non soci € 30 + merenda Difficoltà: EE (Escursionisti Esperti per la Cresta Sud) E sul percorso alternativo alla cresta (per tutti) Tempo di percorrenza: 5-6 ore circa (giro ad anello) Informazioni e iscrizioni presso: **Piera Martignoni - Pinuccio Spino**

Attrezzatura e abbigliamento: da bassa montagna adatto alla stagione

Descrizione itinerari
Piz Gannaretsch 3040 mt. dal passo di Lucomagno 2017 mt. canton Ticino

La salita al Piz Gannaretsch al passo del Lucomagno può avere partenza da due località: Dal parcheggio del passo da cui si imbecca la sterrata che costeggia a sinistra il lago per poi entrare nella Val Rondadura dove, dopo ca 200 mt di sentiero attraversa un ponticello per passare sul versante opposto e retrocedere qualche decina di metri, oppure, superato il passo, dopo la galleria, dalla diga dove, attraversata, si prosegue anche qui su di una sterrata che costeggia il lago. Anche questo percorso accede poi alla stessa Val Rondadura unendosi poco più avanti al sentiero precedente e dove inizia a salire rapidamente sul versante destro percorrendo prati con tratti con pendenze differenti fino al meraviglioso solitario bacino del Lai Blau. Più in alto, voltandosi ad osservarlo, si potrà dare piena ragione al nome del lago. Al lago il sentiero termina e si procede in direzione nord su di un pendio... anfiteatrale, molto ripido formato da placche granitiche e rocce rotte alternati a brevi tratti erbosi. La salita in questo tratto è molto faticosa e richiede attenzione e sovente necessità di aiutarsi con l'appoggio delle mani.

Il pendio conduce al colle a 2720 mt. che dà visibilità sulla conca del Glatscher dil Lai Blau, ghiacciaio della cima omonima di cui si può vedere quel

che rimane sul suo versante orientale guardando a sinistra. Dal colle occorre scendere nel punto più basso della conca detritica a quota 1600 mt ca. per poter ricominciare a salire una ripida dorsale del terrapieno che contiene un altro meraviglioso lago: il Lai Verd che a sua volta raccoglie a sinistra lo scivolo dei un altro ghiacciaio, quello del Piz Vatgira collegato in cresta al Piz Lai Blau. Si aggira il lago sul lato destro e per proseguire in leggera salita e in direzione facilmente intuibile verso la Fourcla Gannaretsch, compresa tra la nostra cima sulla destra, identificabile anche dalla da una piccola antenna della stazione meteo, e dalla quota 2889 a sinistra. Dal colle si prosegue quindi sulle cresta in direzione della



vetta evitando, dopo la metà di questa, sulla destra, gli spuntoni che diventeranno più difficili da superare. La cresta non presenta difficoltà, ma richiede attenzione in quanto la roccia è, soprattutto a lato della della cresta, instabile

Ferrata del Centenario al Monte Grona 1736 mt. da Breglia

Note tecniche: Divertente salita attrezzata con cavo e catena, più una decina di gradini e qualche piolo.

Ferrata molto impegnativa dal punto di vista fisico, che richiede capacità arrampicatorie Raccomandabile saper arrampicare almeno sul II/III grado. Bellissimo il panorama a cavallo tra il Lario e la parte superiore del lago di Lugano.

Da Menaggio salire a Plesio, Breglia quindi per Monti di Breglia e per il successivo parcheggio dove si lascia l'auto (1000 m). Prendere il sentiero per il rifugio, che ad un certo punto si biforca. E' possibile scegliere tra quello "alto" (panoramico ma più esposto al sole) e quello "basso" (leggermente più breve, riparato dal sole in quanto si

sviluppa nel bosco) (ore 1). Dalla terrazza del rifugio, seguire il sentiero verso O, che con qualche saliscendi porta ad una evidente selletta (piccola statua della Madonna), pochi metri dopo la quale una deviazione verso sinistra (cartello) porta all'attacco della ferrata (20 minuti dal rifugio). La via supera alcuni torrioni alternando pezzi verticali a brevi tratti di sentiero. Le difficoltà rimangono abbastanza costanti lungo tutto il percorso; sono presenti due vie di fuga segnalate, una circa a metà e una a 3/4 del percorso. Per la discesa dalla cima al rifugio esistono 2 possibilità: A) seguire il sentiero della "direttissima", parallelo alla cresta della ferrata, B) leggermente più lungo ma molto panoramico, lungo la "via normale" che percorre la cresta in direzione del Bregagno fino alla "Forcoletta" per poi scendere a destra verso il rifugio.

Itinerario e immagini tratti dal sito Gulliver.it—giuliano.lorry62

Capanna Como m 1792 da Livo

La zona dell'Alto Lario sono davvero meritevoli di visite per la loro rara bellezza e soprattutto per i paesaggi incontaminati che sanno offrire, zone selvagge che invogliano ad esplorare queste perle della natura. La Val Darenego è una valle bellissima, solitaria e poco frequentata.

L'arrivo a Livo non è certo breve per chi risiede a Varese. La strada che sale a Livo - stretta e tortuosa - non è tra le migliori, ma si fa senza problemi. Il nucleo di Dangri è uno dei posti più belli che si possano immaginare: il torrente che scorre a poche decine di metri forma delle piccole piscine naturali dove d'estate si può fare tranquillamente il bagno, l'acqua cristallina è fresca ma non ghiacciata. Un'esperienza gradevolissima e non molto frequente.

Zona: Mesolcina e Lario Occidentale
Punto di partenza: Livo, località Crotto Dangri 642 m. Livo è raggiungibile staccandosi a destra dalla SS 340 d "Regina" e percorrendo la carrozzabile in direzione di Dosso del Liro. Poco prima di questo paese, si prende a destra e, oltrepassato il paese di Peglio, si giunge a Livo. All'imbocco dell'abitato imboccare a sinistra una stradina che, dopo una prima salita, entra a mezza costa, molto stretta e sconnessa, nella Valle di Livo terminando presso il Crotto Danari

Cartografia: CNS (Carta Naz. Svizzera) 1:50.000 «Roveredo»; Carta Escursionistica Kompass 1:50.000 «Chiavenna-



Il lago di Lugano dal percorso della ferrata

Val Bregaglia» o «Lago di Como-Lago di Lugano

Presso il Comune si acquista il permesso da 1 euro al giorno (macchinetta automatica a monetine) per transitare sulla strada forestale semi-sterrata che porta al Crotto D'Angri.

Dal Crotto D'Angri superare il ponte in pietra che attraversa il torrente e salire lungo la ripida via Crucis che dopo 40 minuti circa porta all'abitato di Baggio 930m (fontana).

Proseguire in falso piani per circa 20



minuti fino ad incontrare il ponte che porta sulla sponda opposta 968m (sinistra viso a monte). Salire sino ad un gruppo di baite ed inoltrarsi in un bel bosco di faggi. Sempre sulla sponda sinistra del torrente, ignorare i due ponti che portano sul lato opposto e continuare sino ad uscire dalla vegetazione superando alcuni torrentelli. Si giunge alla piana dell'Alpe d'Arengo che si supera seguendo i bolli rossi sino ad attraversare il fiume. Da qui ci si inerpica per il medio ripido sentiero sino a raggiungere la Capanna Como.

PIETRA PARCELLARA 836 mt. e PIETRA PERDUCA 548 mt.

L'escursione prende il via da Perino, frazione di Coli, dall'ampio parcheggio

ad inizio paese, imboccando il segnavia 167. Attraversato il lungo ponte sul fiume Trebbia, ci dirigiamo - con moderata pendenza - sin verso la vicina frazione di Donceto, un pugno di poche case adagiate a favore del primo sole mattutino con bella vista sul Trebbia.

Proseguiamo oltre rimanendo sempre sulla comoda mulattiera, e, giunti alle prime indicazioni

sentieristiche, pieghiamo a sinistra attraverso un largo sentiero che, con maggiore pendenza, si inerpica ora tra ordinati filari di viti. Il sentiero continua verso la sdrucciolevole Pietra Marcia che notiamo proprio di fronte al nostro cammino. Poco oltre il sentiero torna quasi pianeggiante per poi riprendere a salire al bivio sentieristico dove piegheremo a sinistra per abbandonare la larga sterrata. In questo tratto nel bosco, che offre qualche bello scorcio sulla vallata sottostante, si raggiunge un ulteriore bivio: a sinistra si prosegue sul facile sentiero che tocca la frazione di Brodo (...deviazione

consigliata per (E) Escursionisti) ed in seguito la località di Pietra dalla quale è poi possibile risalire facilmente sino alla cima della Pietra Parcellara, mentre a destra si imbecca la via per la Cresta Sud (...ascesa consigliata solo ad (EE) Escursionisti Esperti poiché presenta brevi tratti su facili roccette con difficoltà (A) alpinistica di I° grado). La scelta di quest'ultima via,

quella della Cresta Sud, oltre a regalare panorami mozzafiato sospesi tra cielo e collina consente anche di apprezzare, di toccare con mano, questo roccione ofiolitico proveniente da tanto lontano. L'arrivo in vetta, a soli 836 metri di quota, sul quel pulpito roccioso ove è fissata una piccola croce metallica permette di spaziare con la vista, e con la mente, attraverso tutto quel succedersi collinare. Lasciamo la cima, dalla quale era già possibile osservare la successiva meta - la Pietra Perduca - ed il percor-

so per raggiungerla, e discendiamo il facile sentiero a nord ovest che con ampi zig zag giunge brevemente al sottostante oratorio di Parcellara. Proseguiamo verso sinistra seguendo il largo sentiero che continua in leggera discesa, sino alla vicina frazione Pietra. Seguiamo ora la facile strada asfaltata che scende poche centinaia di metri e, giunti alle indicazioni per la Pietra Perduca, pieghiamo a destra imboccando una sterrata che, con ampio semicerchio, conduce sino alla chiesetta di Santa Anna. L'atmosfera, in questo luogo dove si sente solo il soffio del vento, è davvero mistica: pochi gradini scavati nella roccia scura conducono sopra la chiesetta e alle vicine pozze d'acqua, i cosiddetti "letti dei santi", dove in tutta tranquillità scorrazzano ben tre specie di tritoni. Anche da questa modesta altura il panorama è davvero superlativo. Il ritorno al punto di partenza e la chiusura di questo fantastico anello escursionistico avviene



attraverso un breve traversone nel prato antistante la Pietra Perduca che permette di raggiungere la frazioni di Montà e poi quella di Corbellino, quindi Donceto e Perino.

CASTAGNATA 2015

RIVOLTA A TUTTI I GRUPPI SEZIONALI



DOMENICA 25 OTTOBRE 2015

"RIFUGIO CAMPIGLIO"

all'ALPE PRADECOLO di DUMENZA

I partecipanti potranno raggiungere la meta come meglio riterranno.

Il rifugio Campiglio è raggiungibile a Piedi, in Mountain Bike ed in Auto.

Importante arrivare al Rifugio entro le ore 12,30

Iscrizioni in sede presso: **Anna Marella - Sergio Bertelli - Vittorio Antonini - Franco Brogini**

(Per tutti coloro che decideranno di raggiungere il rifugio a piedi, all'atto dell'iscrizione verrà precisato l'itinerario, il luogo e l'ora del ritrovo .)

MENÙ'

PIZZOCHERI
ARISTA DI MAIALE AL FORNO
VERDURE GRIGLIATE
PATATE AL FORNO
POLENTA E FORMAGGIO
ACQUA - VINO - CAFFÈ'
€ 20,00

Menù Bambini:
PASTA AL FORNO
PATATE AL FORNO
€ 10,00

Per le Torte contiamo, come sempre, sull'abilità culinaria Delle nostre Socie e soci.
NATURALMENTE CASTAGNE A VOLONTÀ'

ginnastica presciistica

1.° corso		2.° corso	
inizio	fine	inizio	fine
6 ottobre 2015	15 dicembre 2015	12 gennaio 2016	17 marzo 2016
	nei giorni	1° turno	2° turno
	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)	60,00	90,00
	40 (2 corsi)	90,00	150,00

Per i Non Soci sarà richiesto, in aggiunta, il Costo dell'assicurazione Infortuni ed R.C. Saranno ammessi, come in passato, i mezzi corsi (ad esempio un giorno la settimana)



Per informazioni ed iscrizioni :

sede CAI
il **Martedì**
e **Venerdì**
dalle ore 21 alle 23
Via Speri della Chiesa
Jemoli, 12—Varese
A partire dal 9 settembre
oppure
telefonare (identici orari)
allo **0332.289267**
Affrettatevi!

Le iscrizioni saranno accettate

All'atto dell'iscrizione dovrà essere rilasciata

"Autocertificazione di Stato Fisico Idoneo" allo svolgimento dell'attività fisica non agonistica

- conferma !! - MICHELA MANTOVANI



Palestra "DANTE INFERIORE"

Rinnovata con importanti interventi di manutenzione



Il NOSTRO “nido” nuovamente accogliente e sicuro



Dopo alcuni rinvii causati dalle condizioni meteo sfavorevoli, finalmente, nei giorni scorsi, il CAI Club

Alpino Italiano Sezione di Varese ha ultimato le opere di manutenzione straordinaria della storica struttura realizzata dai soci ed appassionati nel 1974 ubicata in Val Loranco nel Parco dell'Alta Valle Antrona.

La struttura, una sorta di nido d'aquila, guardiano silente dell'Alta Valle Antrona (VB) è sito a quota 2650 mt ed è collocato sull'Alta Via che, tra passaggi ferrati ed impegnative creste, porta alla sommità del Pizzo Andolla (mt. 3654) e verso la valle svizzera del Sempione.

Decisamente impegnativi i lavori che sono stati felicemente portati a compimento nell'arco di quattro giorni da un gruppo di volontari e soci – Gruppo Senior – della Sezione del CAI di Varese con il supporto di istruttori titolati della Scuola di Alpinismo Remo e Renzo Minazzi della Sezione e l'ausilio di elicotteri per il solo trasporto dei materiali e mezzi d'opera.

L'intervento, effettuato dal sodalizio varesino attualmente presieduto da Pietro Macchi, ha comportato il consolidamento strutturale dei tiranti di ancoraggio, la posa di putrelle in ferro a rinforzo dei contrafforti, l'installazione di catene fisse che facilitano e rendono sicuro l'accesso, la impermeabilizzazione e ritinteggiatura dell'intera struttura, che, come facilmente immaginabile, è soggetta a notevole deperimento a causa delle condizioni atmosferiche presenti a quelle altitudini.

Il Bivacco Città di Varese è predisposto per dare ricovero fino a nove persone ed è pronto a dare ospitalità ai molti alpinisti ed escursionisti che frequentano quei monti, provenienti anche dalla vicina Svizzera e che possono qui pernottare a titolo gratuito come prassi nei bivacchi del CAI.

Il CAI di Varese invita tutti gli appassionati di montagna a visitare queste meravigliose zone montane ed a percorrere i sentieri che partendo da un fondovalle incantevole presso la diga del lago dei Cavalli, posta a circa 1500 mt, passando dal bellissimo Rifugio Andolla, raggiunge il Bivacco Città di Varese situato in un ambiente selvaggio ed unico, caratterizzato anche dalla emozionante vicinanza degli stambecchi e dai paesaggi aspri e mozzafiato dell'alta quota capaci di donare momenti indimenticabili.





XXXI° CORSO DI INTRODUZIONE ALLA SPELEOLOGIA

ANNO 2015

DIRETTORE DEL CORSO: **Marco Bertoni I.S**

STRUTTURA DEL CORSO

Il Corso consente inizialmente un facile approccio alla realtà ipogea e successivamente un'approfondimento della conoscenza del mondo sotterraneo. Le lezioni teoriche avranno luogo il giovedì sera presso la sede C.A.I. di Varese o presso altra struttura in caso di forza maggiore (21.15- 23.00), quelle pratiche si svolgeranno la domenica in grotte del Monte Campo dei Fiori o in palestra di roccia. Il corso viene così strutturato

Giovedì 24 settembre	Apertura del corso -Abbigliamento ed illuminazione e attrezzature
Domenica 27 settembre	Uscita pratica in grotta orizzontale
Giovedì 1 Ottobre	Teoria - Progressione su corda
Domenica 4 Ottobre	Uscita pratica in grotta o palestra di roccia
Giovedì 8 Ottobre	Teoria - Geologia e carsismo
Domenica 11 Ottobre	Uscita pratica in grotta
Giovedì 15 ottobre	Teoria - Tecniche d'armo
Domenica 18 ottobre	Uscita pratica in grotta o palestra di roccia
Giovedì 22 ottobre	Teoria - Topografia
Domenica 25 ottobre	Uscita pratica in grotta



CONDIZIONI GENERALI

Il corso è aperto a tutti gli interessati con età non inferiore a 15 anni. Per i minorenni è necessaria l'autorizzazione di chi esercita la potestà genitoriale, consegnata direttamente dal firmatario. L'attività speleologica sia in grotta che in palestra di roccia, presenta caratteristiche di rischio. Esponendosi a tale rischio ed alle eventuali conseguenze di danno fisico e psichico che potrebbero derivare alla propria persona, con l'iscrizione al corso, l'allievo, esonera da ogni responsabilità civile e penale, istruttori, Scuola Naz. di Speleologia CAI e la sezione del Club Alpino Italiano. La direzione del Corso non si assume responsabilità per eventuali incidenti ad essa non imputabili che dovessero verificarsi durante lo svolgimento del corso, si riserva in qualsiasi momento, anche in pieno svolgimento di corso, di non accettare allievi ritenuti non idonei, allontanare coloro che assumano comportamenti scorretti o pericolosi a danno di terzi, e di apportare modifiche al programma.

Durante le lezioni teoriche, secondo disponibilità di tempo, potranno essere inseriti altri argomenti collegati alla speleologia. In base alla preparazione degli allievi, per andare incontro alle difficoltà di tutti, verrà indicato il nome della grotta settimanalmente. All'atto dell'iscrizione i partecipanti dovranno presentare un certificato medico di buona salute in corso di validità oltre al modulo "rischi" preventivamente sottoscritto e all'intera quota di iscrizione. Ai non soci CAI, si consiglia di tesserarsi prima della serata di inizio corso, recandosi in sede nelle serate di Martedì o Venerdì muniti di numero due fototessera e Codice Fiscale. Non sarà possibile iscriversi al CAI nella serata di inizio corso, rischiando di non partecipare alla prima lezione pratica per mancanza di copertura assicurativa. La mancata frequenza delle lezioni, l'abbandono volontario del corso o, l'allontanamento imposto dalla direzione, non danno diritto ad alcun rimborso, salvo per motivi particolari certificabili. In ogni caso verrà rimborsata la sola quota di corso dedotte le lezioni già frequentate e il costo di iscrizione al CAI.



ISCRIZIONI

- tutti i giovedì dalle 21.30 alle 23.00 presso la sede del C.A.I. di Varese in via Speri della Chiesa 12
- telefonando nell'orario d'apertura della sede al numero 0332 289267 o per emergenza 3388276721
- inviando la richiesta via e-mail all'indirizzo gsv_cai@libero.it

Le iscrizioni si chiuderanno Giovedì 24 settembre.

QUOTE

Soci C.A.I.: Euro 120,00

Non Soci : Euro 120,00 + Iscrizione CAI (Soci ordinari Euro 54,00 - Soci Familiari Euro 30,00 - Soci Giovani nati dal 1998 e seguenti Euro 24,00)



La quota è comprensiva di copertura assicurativa obbligatoria, noleggio attrezzatura tecnica per la durata del corso. Occorre munirsi di mt.5 di cordino dinamico diam.10mm. per realizzazione longe personali su misura allievo, abbigliamento personale (Es. Tuta da lavoro, stivali gomma o scarponi, guanti da lavoro).

Siamo a Vs. disposizione per eventuali chiarimenti.

gruppo senior



Le gite di
Settembre
ottobre

28ª Gita – Giovedì 3 settembre
Rifugio Mont Fallère da Saint Nicolas (AO)

29ª Gita – Giovedì 10 settembre
Spitzhörli e Staffelgrat (Passo del Sempione) (CH-VS)

Ritrovo: Piazzale Stadio ore 6.15; partenza ore 6.30. *Fermata:* Cimitero Azzate ore 6.45. *Mezzo di trasporto:* pullman. *Difficoltà:* E. *Tempo di percorrenza:* ore 6.30. *Dislivello:* 800 m. in salita e discesa. *Tipo d'escursione:* anello. *Equipaggiamento:* di media montagna, consigliati i bastoncini. *Accompagnatori:* **Stefano Barisciano**. *Quote:* 16.00 €, non Soci 24.00 €
N.B. 1. Necessita un documento valido per l'espatrio.

N.B. 2. Escursione di grado di difficoltà E, che richiede tuttavia una certa perizia durante la discesa lungo la cresta dello Staffelgrat, per cui si valuterà l'idoneità dei partecipanti al momento dell'iscrizione.

Nota: Bella escursione sullo Spitzhörli, una delle cime più panoramiche delle Alpi del Sempione, da dove lo sguardo spazia dalle Alpi Bernesi fino al Cervino, con vista sull'Aletsch Gletscher, il più lungo ghiacciaio alpino.

Descrizione itinerario

Percorso stradale: Varese – Autostrada A26 sino a Domodossola – SS 33 del Sempione – Valico di Gondo – Passo del Sempione. *Itinerario:* Dall'Ospizio del Sempione (1997 m.), si raggiunge l'Alpe di Hopsche (2017 m.), da cui si continua sul fianco meridionale del Tochuhorn, lungo un sentiero ben tracciato. Si supera un vallone e le sovrastanti praterie, arrivando con un breve strappo al Passo di Üsseri Nanzliche (2602 m.), da dove si risale la costa su ottime tracce fino alla cima dello Spitzhörli (2726 m) (croce e libro di vetta). Per il ritorno, si ridiscende al Passo di Üsseri Nanzliche, si sale alla vetta dello Straffelgrat (2633 m.), per poi scendere lungo la cresta erbosa, continuando per bellissime praterie. Dopo una breve e ripida discesa, con un sentiero pianeggiante si torna al punto di partenza.

30ª GITA – Giovedì 17 settembre
Pasturo – Rifugio Riva – San Calimero (LC)

Ritrovo: Piazzale Stadio ore 6.30; partenza ore 6.45. *Fermata:* Cimitero di Belforte

ore 7.00. *Mezzo di trasporto:* pullman. *Difficoltà:* E. *Tempo di percorrenza:* ore 3.30 in salita e 2.30 in discesa. *Dislivello:* 900 m. salita e discesa. *Tipo d'escursione:* andata e ritorno. *Equipaggiamento:* di media montagna, consigliati i bastoncini.

Accompagnatori: **Annibale De Ambrogi e Enrica Ambrosetti**.

Quote: 16.00 €, non Soci 24.00 €

Nota: Escursione in Valsassina, sotto i contrafforti della Grigna, passando per il Rifugio Riva, situato nei bellissimi Piani di Nava, da cui si raggiunge la chiesetta di S. Calimero, posta su un pianoro dal quale si gode una stupenda vista sulla Valsassina.

Descrizione itinerario

Percorso stradale: Varese – Como – Lecce – Ballabio – Pasturo – Baiedo.

Itinerario: Da Baiedo (598 m.), frazione di Pasturo (LC), si seguono le indicazioni "Piani di Nava" e, salendo lungo una careccia, tra castagneti e faggete, si raggiunge l'ampio pianoro dei Piani di Nava, con il Rifugio Riva (1020 m.). Si continua per il sentiero che sale dietro la capelletta del rifugio, si supera la baita rosa detta "dell'Ambrogina" (1092 m.) e, procedendo su sentiero sempre evidente e ben segnalato tra boschi di faggio, si arriva alla chie-

Ernesto e Giulio ci hanno lasciato

Di loro ci mancherà soprattutto l'allegria e l'entusiasmo che dispensavano a piene mani durante le gite in montagna.

Qualche mese fa, quando salutammo Ernesto, che dalla fotografia sorrideva felice con il suo fedele zaino sulle spalle, non potevamo immaginare che di lì a poco ci avrebbe lasciato anche Giulio.

Così come Ernesto e Giulio erano due grandi Amici nella vita di tutti i giorni, così erano anche grandi Amici di chi con loro saliva le montagne. Per questo li ricordiamo insieme.

setta di S. Calimero (1498 m.). Ritorno per il percorso dell'andata.

31ª GITA – Giovedì 24 settembre
Alpe Larecchio (Cà di Janzo) (VC)

Ritrovo: Piazzale Stadio ore 6.45; partenza ore 7.00. *Fermata:* Cimitero di Azzate ore 7.15. *Mezzo di trasporto:* pullman. *Difficoltà:* E. *Tempo di percorrenza:* ore 2.30 in salita e 2.00 in discesa. *Dislivello:* 600 m. salita e discesa. *Tipo d'escursione:* andata e ritorno. *Equipaggiamento:* di media montagna, consigliati i bastoncini.

Accompagnatori: **Giuseppe Moretti e Alfonso Plebs**. *Quote:* 17.00 €, non Soci 25.00 €

Nota: Escursione in Valsesia lungo la vallata dove anticamente transitava l'antica via Regia, che collegava la Val Vogna in Valsesia con la Valle del Lys (Gressoney). Di quell'epoca è il ponte sul torrente Solivo costruito dai soldati di Napoleone. Punto d'arrivo è la stupenda piana dell'Alpe Larecchio, dove sorge

l'omonimo agriturismo, aperto da metà giugno a fine settembre.

Descrizione itinerario

Percorso stradale: Varese – Autostrada A26 – Uscita Romagnano Sesia – Valsesia – Riva Valdobbia – Cà di Janzo (VC).

Itinerario: Da Cà di Janzo (1354 m.), su strada asfaltata, si raggiunge il paesino walser di Sant'Antonio (1381 m.), continuando su strada sterrata, seguendo il segnavia 1. Dopo i pascoli delle Piane, si prosegue in pendenza moderata, superando le case walser di Peccia, fino alla confluenza dei torrenti Maccagno e Solivo, dove si attraversa il ponte napoleonico. Si sale al piccolo villaggio di Montata (1638 m.), per poi raggiungere il grande pianoro dell'Alpe Larecchio (1895 m.). Ritorno per il percorso dell'andata.

32ª GITA – Giovedì 1 ottobre
Campello Monti – Bocchetta di Rimella (VB)

Ritrovo: Piazzale Stadio ore 6.45; partenza ore 7.00. *Fermata:* Cimitero di Azzate ore 7.15. *Mezzo di trasporto:* auto proprie. *Difficoltà:* E. *Dislivello:* salita e discesa 650 m. *Tempo di percorrenza:* 5 ore complessive. *Tipo d'escursione:* anello. *Equipaggiamento:* di media montagna, consigliati i bastoncini.

Equipaggiamento: di media montagna, consigliati i bastoncini.

Accompagnatori: **Alfonso Plebs e Bellarmino Zambon**. *Quote:* € 15, non Soci 23 €

Nota: La bocchetta di Rimella, storico valico che unisce due bacini geografici, quello del Sesia e quello del Cusio, ha unito per secoli le

comunità Walser: da questa bocchetta scesero i Walser di Rimella per fondare *Kampell*, come si chiamava anticamente Campello Monti. L'escursione alla bocchetta di Rimella ha il valore profondo di camminare sui "sentieri della storia".

Descrizione itinerario

Percorso stradale: Varese – Vergiate – Autostrada A26 per Gravellona Toce – Uscita Gravellona Toce direzione Omegna – Prima di Omegna, prendere sulla destra per Valstrona – Salita per 18 km a Campello Monti (Attenzione: procedere con prudenza negli ultimi km, in quanto la sede stradale si restringe e consente il transito di una sola auto per volta).

Itinerario: Dalla parrocchiale di Campello Monti (1305 m.) si segue la mulattiera che corre sulla sinistra orografica del torrente Strona, che si attraversa su di un ponte. Superato l'Alpe del Vecchio (1465 m.), si procede su sentiero ben segnalato della GTA, si sale all'Alpe Scarpia (1693 m.), per poi raggiungere con un ultimo tratto la



bocchetta di Rimella (1924 m.). Per il ritorno, si percorre la testata della Valstorna, passando per l'Alpe Calzino (1852 m.), l'Alpe Capezzone (1845 m.) e l'Alpe Piana di Via (1715 m.), raggiungendo Campello Monti con il sentiero Z17.

33ª GITA – Giovedì 8 ottobre

Campertogno – Sentiero dell'arte (VC)

Ritrovo: Piazzale Stadio ore 7.00; partenza ore 7.15. **Fermata:** Cimitero di Azzate ore 7.30. **Mezzo di trasporto:** pullman **Difficoltà:** E **Tempo di percorrenza:** ore 2.30 in salita e 2.00 in discesa. **Dislivello:** 550 m. salita e discesa. **Tipo d'escursione:** andata e ritorno. **Equipaggiamento:** di media montagna, raccomandati i bastoncini, in quanto c'è la possibilità di trovare sul sentiero foglie cadute, molto insidiose sui tratti umidi durante la discesa. **Accompagnatore:** **Annibale De Ambrogi** **Quote:** 17.00 €, non Soci 25.00 €

Nota: Escursione in Valsesia lungo uno dei 10 *Sentieri dell'arte*, individuati dalla Commissione *Montagna antica, montagna da salvare*, alla scoperta di testimonianze dell'"arte minore" sparse nei piccoli centri e negli alpeggi, lungo mulattiere e sentieri che portano a luoghi facilmente accessibili, ma spesso sconosciuti.

Descrizione itinerario

Percorso stradale: Varese – Autostrada A26 – Uscita Romagnano Sesia – Valsesia – Campertogno (VC).

Itinerario: Dalla frazione Tetti di Campertogno (815 m.), si segue il segnavia 78 che conduce all'oratorio di S. Marco e poi alla prima di 15 cappelle. Attraversando diverse località – Scarpiolo, Selletto, Scarpia – si incontrano la chiesetta della Madonna degli Angeli, l'oratorio della Madonna del Callone, solo per citare alcune delle numerose testimonianze artistiche situate sul percorso. Si prosegue verso la località Argnaccia, col suo minuscolo laghetto, giungendo finalmente al caratteristico alpeggio del Cangelo (1364 m.), dove c'è l'oratorio dedicato a San Bernardo. Al ritorno a Campertogno, visita della Parrocchiale, eretta su progetto dello Juvara, e dell'annesso Museo.

34ª GITA - Giovedì 15 ottobre

Pizzo Pioltone (Val Bognanco – San Bernardo) (VB)

Ritrovo: Piazzale Stadio ore 6.15; partenza ore 6.30. **Fermate:** Cimitero di Azzate ore 6.45. **Mezzo di trasporto:** auto proprie **Difficoltà:** E **Dislivello:** salita e discesa 1063 m. **Tempo di percorrenza:** 6.00 ore complessive. **Tipo d'escursione:** andata e ritorno. **Equipaggiamento:** di media montagna, consigliati i bastoncini. **Accompagnatore:** **Francesco Galbiati**. **Quote:** € 17, non Soci 25 € **Nota:** Il Pizzo Pioltone, situato sul confine tra l'italiana Val Bognanco e la svizzera Zwischbergental, è un punto panoramico eccezionale sulle vette del Vallese e della Val d'Ossola.

Descrizione itinerario

Percorso stradale: Varese – Azzate – Ver-

giate – Autostrada A26 per Gravellona Toce – Domodossola – Bognanco – Salita per alcuni chilometri di strada stretta e tortuosa a San Lorenzo e poi all'Alpe San Bernardo dove c'è il parcheggio.

Itinerario: Dal parcheggio dell'Alpe San Bernardo (1628 m.), parte il sentiero D0 per il Lago di Ragozza e il Rifugio Gattascosa. Dopo il tratto iniziale nel bosco di larici, si raggiunge la larga radura dove c'è la Torbiera di Gattascosa (1831 m.). Attraversato il pianoro, si sale al Lago di Ragozza (1993 m.), che si costeggia per salire al Rifugio Gattascosa (1993 m.). Si prosegue sulla gippabile che dall'Alpe San Bernardo sale al rifugio, per poi abbandonarla con una deviazione a sinistra che porta al Lago di Monscera (2072 m.) e al Passo di Monscera (2103 m.). Dal passo si continua sulla destra, superando un paio di dossi erbosi, per poi affrontare gli ultimi cinquecento metri di faticoso dislivello, totalmente su pietraia, seguendo la traccia che sale zigzagando con pendenze impegnative, fino alla vetta del Pizzo Pioltone (2612 m.).

35ª GITA - Giovedì 22 ottobre

Val Grande – Monte Todano da Miazzina (VB)

Ritrovo: Piazzale Stadio ore 7.15; partenza ore 7.30. **Fermate:** Cimitero di Azzate ore 7.45. **Mezzo di trasporto:** auto proprie **Difficoltà:** E **Dislivello:** salita e discesa 670 m. **Tempo di percorrenza:** 5.00 ore complessive. **Tipo d'escursione:** anello. **Equipaggiamento:** di media montagna, consigliati i bastoncini. **Accompagnatori:** **Giuseppe Moretti e Alfonso Plebs**. **Quote:** € 13, non Soci 21 €

Nota: Dal Monte Todano, in Val Grande, pur non essendo una cima particolarmente elevata, si gode una grande vista panoramica sull'arco alpino.

Descrizione itinerario

Percorso stradale: Varese – Azzate – Vergiate – Autostrada A26 per Gravellona Toce – Uscita Baveno Stresa – Attraversamento del ponte sul fiume Toce – Dopo 50 m. svolta a sinistra per Val Grande Cambiasca Miazzina – Da Miazzina, dopo il campanile, salire a destra fino alla Cappella Fina per il parcheggio.

Itinerario: Dalla Cappella Fina (1102 m.) si prende la pista nel bosco, che in breve diventa sentiero e arriva all'ampia sella della Colma di Curgei (1410 m.). Si prende a destra e, passando prima per il vecchio albergo e poi per la cappella del Pian Cavallone, si raggiunge la vetta del Monte Todano (1667 m.). Al ritorno, si ridiscende alla cappella del Pian Cavallone e alla Colma di Curgei, per poi raggiungere la cima del Pizzo Pernice (1506 m.), da cui si scende lungo la panoramica cresta e, passando per l'Alpe Cavallotti, si arriva alla Cappella Fina.

36ª GITA – Giovedì 29 ottobre

Capanna Merigetto (VA)

Ritrovo: Piazzale Stadio ore 7.00; partenza

ore 7.15 **Fermate:** nessuna **Mezzo di trasporto:** auto proprie **Difficoltà:** E **Dislivello:** salita e discesa 947 m. (da Ponte di Piero) **Tempo di percorrenza:** ore 3,00 in salita e ore 2,30 in discesa (da Ponte di Piero) **Equipaggiamento:** di media montagna, consigliati i bastoncini. **Accompagnatori:** **CAI Germignaga** **Quote:** 6.00 €

Descrizione itinerario

Percorso stradale: Varese – Luino – Dumenza – Curiglia – Ponte di Piero.

Itinerario: Gita "classica" del Gruppo Senior in cui ognuno è libero di scegliere un itinerario personale. Si può partire da Ponte di Piero, da Pradecolo oppure dalla parte svizzera tra Vezio e Mugeno. Per chi sceglie la partenza da Ponte di Piero (551 m.), c'è la possibilità di utilizzare la funivia risparmiando 424 m. di salita a Monteviasco (975 m.), da cui si continua verso l'Alpe Corte, raggiungendo in un'ora e mezza da Monteviasco il Rifugio Merigetto (1498 m.).

37ª GITA - Giovedì 5 novembre

Pogliana (VA) – Poncione di Ganna

Ritrovo1: Piazzale Stadio ore 7.45; partenza ore 8.00 **Ritrovo2:** Cimitero di Belforte ore 7.45; partenza ore 8.00 **Mezzo di trasporto:** auto proprie. **Difficoltà:** E **Dislivello:** salita e discesa 750 m. **Tempo di percorrenza:** 6.00 ore complessive. **Tipologia:** Anello **Equipaggiamento:** adeguato per la stagione, consigliati i bastoncini **Accompagnatori:** **Giorgio Gramigna e Mario Zanzi** **Quota:** Soci 2 €, non Soci 10 €.

Descrizione itinerario

Percorso stradale: Varese – Bisuschio (parcheggio cimitero)

Itinerario: Dal cimitero di Bisuschio (350 m.) si sale a Pogliana (481 m.), dove si prende il ripido sentiero nel bosco che porta alla località Strologo (ultima fontana d'acqua), per poi seguire le indicazioni Monte S. Bernardo e Minisfreddo, lungo uno stretto sentiero che risale la dorsale boscosa, raggiungendo prima un Crocefisso e poi la sommità del Monte S. Bernardo (1020 m.), con la statua del Santo. Il sentiero continua sulla dorsale nord, con vari saliscendi, che richiedono un po' di attenzione per via del fondo irregolare, fino a raggiungere la sommità del Monte Minisfreddo (1042 m.), punto più alto della gita, da cui si scende fino al colletto (907 m.), per poi risalire verso il Poncione di Ganna (993 m.), notevole punto panoramico con la grande croce di vetta. Dopo la sosta si scende lungo il sentiero "3V" a Strologo e poi a Pogliana.

38ª GITA - Giovedì 12 novembre

Gita culturale (da definire)



alpinismo giovanile

27 Settembre 2015

RISERVATA AGLI OVER 15

Intersezionale con Casorate Sempione, Besozzo, Olgiate Olona

VAL GRANDE

Info PIERA EUMEI Cell. 3396175251



4 Ottobre 2015

DIRETTISSIMA DELLA GRIGNETTA AL RIFUGIO ROSALBA

(SOLO CON TEMPO OTTIMO, IN ALTERNATIVA MONTE DUE MANI)

Partenza ore 7,30 Piazzale Foresio - Rientro 18,30

Percorso EEA da Pian dei Resinelli mt 1223 per la "direttissima" circa 3 ore al rifugio Rosalba mt 1730 Dislivello mt 550 compresi saliscendi. Discesa dal sentiero delle Foppe

Indispensabili: imbracatura, caschetto, set Ferrata OMOLOGATI, a chi è sprovvisto il materiale verrà fornito dalla sezione.

Abbigliamento adatto alla stagione, scarponi, colazione al sacco

Costo ragazzi € 10 adulti €15

Costo ragazzi € 10 adulti €15

Iscrizioni entro martedì 29 settembre in sezione o attraverso i soliti canali



CASTAGNATA DELL'ALPINISMO GIOVANILE 18 OTTOBRE 2015

Presso l'ormai collaudatissimo
rifugio della Protezione Civile di Saltrio
gentilmente concesso

Menu: Pastasciutta per tutti e salamelle alla griglia
E naturalmente castagne, castagne, castagne
Se le mamme portano le torte i ragazzi sono più felici!!!

Ritrovo alle ore 8,30 Piazzale Foresio, in alternativa ore 9 piazza del cimitero di Saltrio, salita al rifugio pranzo e ritorno. Costo €10 per tutti, sono attesi nonni, amici, zii e parenti vari.

Per ovvi motivi organizzativi confermare la presenza
entro giovedì 15 ottobre 2015



cicloescursionismo detto MTB



PROSSIME USCITE

"

Domenica 20 Settembre Colle dell'Albergian (2710 m) val Chisone - TO

Lunga ed impegnativa escursione, che rappresenta una classicissima per gli amanti della MTB. Ritrovo ore 6.00 di al cimitero di Azzate, ore 8:45 a Fenestrelle. Località di partenza: Fenestrelle 1150 m Dislivello: 1700 m Quota max: 2715 m Distanza: 42 km Difficoltà: BC/OCCiclabilità salita: 95% --- discesa: 100%

Descrizione: Bellissimo anello attorno al monte Albergian, impegnativo per via del dislivello, della pendenza media della salita, e di alcuni tratti non pedalabili in salita, sempre per via della pendenza. Da Fenestrelle si pedala su statale, per una decina di km fino a Pragelato, poi si entra nella val Tronca, salita piacevole fino al rifugio Belotte, poi rampe feroci con un ultimo tratto a spinta fino al colle del Pys. Da qui breve discesa e poi risalita, inizialmente pedalabile poi di nuovo a spinta, fino al colle dell'Albergian. Lunghissima la discesa su sentiero GTA, con difficoltà medio alta, caratterizzato da pendenze modeste, fondo roccioso ingombro di pietre mobili, e qualche tratto esposto non pericoloso. Si prosegue nel bosco, con tracciato più facile, a tornanti, poi sterrata fino a Laux. Da qui ancora mulattiera (con brevissima risalita) che termina sulla strada che conduce in breve a Fenestrelle, senza passare per la statale. Attrezzatura da montagna, abbigliamento pesante, bici in ordine, camere d'aria, autosufficienza idrica e buona forma fisica! Capogita: **Mauro Carrara**

Venerdì 25 Settembre Notturna al monte Orsa

La partenza è fissata alle ore 20:15 (ritrovo alle ore 20:00) dal parcheggio del museo Butti a Viggiù (largo della Fratellanza o via Colonnello Piazza sui navigatori).

Distanza: 14 Km Dislivello: 750 m Rientro previsto 23:30

Casco e luci obbligatorie, consigliati vini e cibarie varie negli zaini (rinfresco in cima, con panorama sul lago Ceresio). Eventuali non soci devono far pervenire agli organizzatori i dati per l'assicurazione (costo 7 euro) entro la sera di

martedì 22 Settembre. Si prega di comunicare la propria adesione.

Capogita: **Fabiano Mondini**

Domenica 25 Ottobre Castagnata sociale

Come ogni anno raggiungeremo il luogo scelto per il pranzo in sella alle nostre mtb. Capogita: **Mauro Carrara**

Vedi pagina
escursionismo

giro dell'Albergian,
in discesa dal col del Pis (foto MTB-Forum.it)



Raduno Nazionale

Coordinatore per la sezione : **Elio Pesci**
8/9/10/11 Ottobre

Luogo: PESCASSEROLI CLUB PRIMULA RESIDENCE HOTEL completamente immerso nel verde della natura incontaminata del Parco Nazionale d'Abruzzo, Lazio e Molise.

Disponibili SPA e discoteca per gli adulti e animazione per i bambini. Si organizzano trekking a piedi per coloro che non pedalano.

Costo Escursioni singole, da prenotare (per chi non usufruisce dei pacchetti) Singola escursione: Socio CAI € 12,00 Non socio CAI € 15,00

TARIFE IN MEZZA PENSIONE

Pacchetto 4 giorni/3 notti - 08.10-11.10 - € 170,00 a persona per il periodo

Pacchetto 3 giorni/2 notti arrivo 08.10 o 09.10 € 130,00 a persona per il periodo

Pacchetto 2 giorni/1 notte arrivo 10.10 - € 85,00 a persona per il periodo

Pernottamento in camere d'albergo (da 3 o 4 posti letto) e/o appartamenti (da 4 a 6 posti).

Gli appartamenti con 6 posti letto hanno 2 bagni

SCONTI E SUPPLEMENTI

- Supplemento giornaliero per doppia uso singola € 18,00;
- Cestino pranzo da asporto per le escursioni € 15,00 (su prenotazione)
- Riduzioni dal 3° letto, 15%.
- Gli sconti indicati si intendono per 3° e 4° letto.

Prenotazione e pagamento: all'atto della prenotazione dovrà essere versato un acconto pari al 50% della quota di partecipazione; il saldo dovrà essere versato 15 giorni prima dell'inizio.

Per le prenotazioni effettuate nei 15 giorni precedenti la data, l'intero ammontare dovrà essere versato al momento dell'iscrizione. Si ricorda di indicare le seguenti informazioni all'atto dell'iscrizione, presso uno dei responsabili sezionali del gruppo mtb: -NOME E COGNOME DI OGNI PARTECIPANTE (se minore indicare età) -DATA D'ARRIVO e DI PARTENZA -LE ESCURSIONI ALLE QUALI SI INTENDE PARTECIPARE -EVENTUALI EXTRA DEI QUALI SI INTENDE USUFRUIRE (Trasporti, Noleggio bike con misure, Caschi, pasti extra, Maglia tecnica celebrativa e taglia [32 euro], ecc)

Il programma dettagliato ed ogni altra notizia aggiuntiva ed aggiornata sono disponibili su

<http://www.mtbcaiabruzzo2015.it/>



Prima edizione degli
Incontri di Avvicinamento al Cicloescursionismo in MTB
Lago dei 7 colori
11-12 Luglio 2015