

# ATTIVITÀ SOCIALE CAI VIMERCATE



# 2014



## ESCURSIONI



*Val d'Ayas, Rif. Mezzalama*

# ATTIVITÀ SOCIALE CAI VIMERCATE



# 2014



## **Club Alpino Italiano**

### ***Sezione di Vimercate***

Via Terraggio Pace 7 - tel. 039 6854119  
attivo il venerdì mattina (Seniores) tel. 039 6369303

sito: [www.caivimercate.it](http://www.caivimercate.it)

e-mail: [caivimercate@tin.it](mailto:caivimercate@tin.it)

# **Attività 2014**

## **Norme per i partecipanti**

### **1) Partecipazione**

La partecipazione alle gite è aperta ai Soci e non Soci.

La quota di partecipazione per i non soci è maggiorata per:

- l'importo dell'IVA
- il costo dei premi (a livello giornaliero) delle assicurazioni soccorso alpino ed infortuni, equivalenti alla copertura standard attiva per i soci.

### **2) Regole per le iscrizioni alle escursioni**

Per un'ordinata e trasparente raccolta delle iscrizioni valgono le seguenti regole:

- Le iscrizioni per le escursioni si ricevono: presso la sede CAI in via Terraggio Pace 7, Vimercate; il mercoledì e venerdì dalle 21 alle 22,30 - e per il gruppo Seniores il venerdì dalle 10,30 alle 12.
- per la sottosezione di Cavenago, in Villa Stucchi Via Mazzini 29, Cavenago Brianza; il giovedì dalle 21 alle 22,30.
- L'iscrizione sarà accettata e sarà valida solo in seguito al versamento dell'intera quota.
- Il numero dei partecipanti potrà essere limitato a discrezione degli organizzatori. In tal caso le iscrizioni saranno chiuse al raggiungimento del numero stabilito.
- Apertura delle iscrizioni:
  - iscrizioni alle escursioni festive: il mercoledì successivo alla precedente escursione
  - iscrizioni alle escursioni feriali: il venerdì successivo alla precedente escursione.

### **3) Disdette e rimborsi**

I termini ultimi per la disdetta sono così definiti:

- *escursioni festive: il mercoledì sera precedente la gita*
- *escursioni feriali: il venerdì mattina precedente la gita*

Dopo tali date, la quota versata sarà rimborsata solo quando sia possibile la sostituzione con altro partecipante.

#### **4) *Rischi***

Al momento dell'iscrizione il partecipante sarà informato sulle caratteristiche e difficoltà della gita e firmerà una dichiarazione con cui attesta di avere i requisiti per partecipare all'escursione.

Si precisa che solo i soci CAI fruiscono automaticamente di protezione assicurativa se in regola con la quota associativa, mentre i NON SOCI devono corrispondere l'integrazione assicurativa.

#### **5) *Autovetture private***

Nel caso di trasferimenti con automezzi privati, ferma restando la copertura assicurativa prevista dalla polizza infortuni, resta esclusa ogni responsabilità del CAI e degli organizzatori per eventuali incidenti, ritardi o errori di percorso che dovessero verificarsi durante il tragitto in auto.

#### **6) *Modifiche al programma***

Il coordinatore di escursione ha facoltà, per ragionevoli motivi, di modificare il programma e gli orari, annullare o sospendere la gita.

- Coloro che intendessero seguire un itinerario diverso hanno il dovere di identificarsi ed avvertire il coordinatore di gita, che pertanto sarà libero da ogni impegno nei loro confronti. Il loro rientro al punto di partenza dovrà avvenire entro l'orario stabilito. In caso contrario essi dovranno provvedere a proprie spese al rientro con altri mezzi.

#### **7) *Informazioni sulle escursioni***

Per ciascuna gita vengono evidenziate in modo sintetico informazioni importanti per garantirne l'effettuazione in condizioni di sicurezza e confort.

- Tempo complessivo: sono le ore previste per coprire il percorso dell'intera gita, in andata e in ritorno, con passo normale e regolare, senza includere le soste.

- Dislivello: sia per la salita, sia eventualmente per la discesa, il dislivello complessivo è indicato con la migliore approssimazione. Non sono considerati i tratti superati con mezzi di risalita.

• **consigli per l'escursione:** variano secondo il tipo di escursione e sono riportati nella scheda descrittiva:

- per passeggiate: abbigliamento leggero, scarpe comode a suola scolpita, mantellina e/o ombrello contro la pioggia

- per escursioni giornaliere: giacca a vento, cappello di lana e guanti, scarpe atte ad attraversare terreni accidentati e/o coperti di neve, occhiali da sole e crema di protezione. Sono spesso utili i bastoncini, le ghette

- per pernottamenti in rifugio: una torcia elettrica, il sacco lenzuolo (obbligatorio)

- colazione al sacco: indica l'opportunità di portare con sé viveri e bevande

- in molte escursioni non sono disponibili punti di appoggio, sorgenti e/o fontanelle mancano o possono avere acqua NON potabile, quindi è necessario procurarsi prima di partire una adeguata riserva di acqua.

• **Difficoltà:** Indicazione importante per informare l'escursionista sulle caratteristiche generali del percorso e consentirgli una valutazione dell'impegno e del livello di preparazione richiesta, in modo da evitargli il rischio di dover affrontare passaggi superiori alle sue capacità ed aspettative;

• **T** = turistica: percorsi facili, su tracciati evidenti (stradine, mulattiere e facili sentieri), senza accentuati dislivelli, non eccessivamente lunghi, che si sviluppano a basse quote

• **E** = escursionistica: percorsi lunghi e/o con dislivelli accentuati e con frequenti tratti ripidi, su tracciati di norma ben segnalati ed evidenti, ma talvolta esposti

• **EE** = per escursionisti esperti: percorsi che si sviluppano con forti dislivelli e/o su rilevanti lunghezze, oppure di non semplice orientamento, che richiedono una capacità di muoversi su terreni particolari; su terreno vario, anche a quote relativamente elevate; possono attraversare zone innevate, pendii ripidi o scoscesi, oppure possono avere tratti esposti con o senza protezioni artificiali; richiedono adeguata preparazione fisica, passo sicuro ed assenza di vertigini.

- **EE/A** = per escursionisti esperti, con attrezzature: percorsi attrezzati, richiedono l'uso di attrezzature specifiche quali corda, piccozza, ramponi, casco, imbragatura e/o dispositivi di autoassicurazione
- **F** = Alpinistica facile
- **PD** = Alpinistica poco difficile
- **AD** = Alpinistica abbastanza difficile
- **D** = Alpinistica difficile

### **8) Coordinatore di escursione e collaboratori**

Sono soci che operano a titolo volontario; conoscono il percorso e l'ambiente, adottano le misure di prevenzione e prudenza derivanti dalla loro esperienza per contenere i rischi, che però non sono totalmente eliminabili.

I partecipanti ne sono coscienti, si impegnano a rispettare le indicazioni e le disposizioni del coordinatore, che ha facoltà di interrompere la gita, modificarla e/o sospenderla in relazione alle condizioni meteorologiche o per sopravvenute impreviste difficoltà.

Chi non volesse accettare le indicazioni del coordinatore di gita ed intendesse agire di propria iniziativa, potrà effettuare l'escursione in modo autonomo, esonerando il coordinatore da qualsiasi responsabilità.

### **• Avviso importante!**

#### ***Annullamento di una escursione o modifica data***

Qualora, per cause di forza maggiore, si rendesse opportuno annullare o spostare una gita programmata, la comunicazione relativa sarà tempestivamente esposta nelle bacheche sezionali e/o nel sito: ***www.caivimercate.it***. Salvo casi particolari, non verranno effettuate comunicazioni telefoniche individuali.

In caso di annullamento della gita, la quota verrà totalmente rimborsata.

**N.B.** La copertura assicurativa a cui ci si riferisce è costituita dalle polizze di: Soccorso Alpino, Infortuni e Responsabilità Civile stipulate dal CAI; scaricabili dal sito CAI:

***www.cai.it***



## **20° Corso di Alpinismo Giovanile**



*Il corso è rivolto a ragazze e ragazzi dai 9 ai 17 anni*

*Con il patrocinio della Città di Vercelle Assessorato allo Sport*

L'Alpinismo giovanile consiste in attività di accompagnamento dei ragazzi in escursioni alpine per offrire occasioni di conoscere l'ambiente montano. In realtà è un intero universo da far conoscere, per proporre una gamma di attività sportive con delle implicazioni scientifiche ed etiche che possono a buona ragione essere considerate fondamentali per la maturazione complessiva del ragazzo. L'ambiente alpino è uno straordinario terreno di gioco e conoscenza in cui poter praticare attività fisiche (escursionismo, scialpinismo, alpinismo, speleologia) e nel contempo acquisire esperienze formative e conoscitive: imparare a conoscere i propri limiti e le proprie capacità, ad accettarle, imparare il rispetto per se stessi e gli altri; l'osservazione, la conoscenza, il rispetto dell'ambiente montano e dei fenomeni fisici che lo regolano; vivere sul campo esperienze che si legano direttamente ad approfondire la geografia, la geologia, la morfologia dell'ambiente, la flora, la fauna, il lavoro dell'uomo sulla montagna.

L'Alpinismo Giovanile è uno strumento per seminare nel ragazzo curiosità e voglia di sapere cosa c'è dietro l'orizzonte. Tutto questo è possibile grazie agli Accompagnatori: persone motivate ed esperte che volontariamente dedicano gran parte del loro tempo nell'accompagnare in sicurezza i ragazzi in montagna.

Al Cai di Vercelle due Soci, che hanno frequentato appositi corsi di formazione ed aggiornamento, ci permettono di organizzare ogni anno un "Corso di alpinismo giovanile" per i ragazzi.



L'obiettivo del corso è far conoscere ai giovani, mediante escursioni su sentieri di montagna e incontri in Sede, i vari aspetti dell'ambiente montano e fornire loro le nozioni tecniche di base per frequentare la montagna in assoluta sicurezza.

Il programma prevede quattro escursioni domenicali ed una di due giorni, con pernottamento in rifugio, che verranno effettuate nei mesi di Maggio, Giugno e Settembre. Il costo dell'intero corso comprende tutti i viaggi in pullman, un giorno di pensione completa in rifugio, e la copertura assicurativa.

Il corso sarà tenuto da Accompagnatori di Alpinismo Giovanile del CAI (qualifica conseguita attraverso appositi corsi di formazione) che possiedono capacità tecnico-alpinistiche tali da garantire sicurezza ed insegnare le conoscenze generali di base, per frequentare responsabilmente la montagna nel pieno ed attivo rispetto dell'ambiente. Gli accompagnatori di AG hanno attitudini organizzative ed educative tali da consentire un corretto e proficuo rapporto coi giovani.



# **Anno 2014 - 20° CORSO di AG**

Partenza e arrivo da Piazzale Marconi - Vimercate

## ***Escursioni***

<b>Domenica 11 Maggio</b>	<b>da Noli a Varigotti</b> Prealpi Liguri
<b>Domenica 25 Maggio</b>	<b>Codera, Tracciolino, San Giorgio</b> Alpi Retiche
<b>Domenica 8 Giugno</b>	<b>Traversata bassa</b> Gruppo delle Grigne
<b>Domenica 15 Giugno</b>	<b>Rifugio Città di Busto</b> Val Formazza – Alpi Lepontine
<b>Sabato 6 e Domenica 7 Settembre</b>	<b>Rifugio Branca</b> Gruppo Ortles-Cevedale

## ***Incontri***

<b>Giovedì 8 Maggio</b> Ore 21,00	<b>Incontro con i ragazzi e i genitori</b> <b>Sala conferenze Villa Gussi</b> Presentazione corso, equipaggiamento, alimentazione.
<b>Venerdì 23 Maggio</b> Ore 21,00	<b>Giochi d'arrampicata</b> In palestra indoor del CAI
<b>Venerdì 6 Giugno</b> Ore 21,00	<b>Meteorologia</b> Sala conferenze Villa Gussi
<b>Venerdì 13 Giugno</b> Ore 21,00	<b>Impianti idroelettrici</b> Sala conferenze Villa Gussi
<b>Giovedì 4 Settembre</b> Ore 21,00	<b>Glaciologia</b> Sala conferenze Villa Gussi
<b>Sabato 4 Ottobre</b>	<b>Festa di chiusura del corso</b>
<b>Domenica 12 Ottobre</b>	<b>Gita a Salecchio (Val Formazza)</b> <b>con ragazzi e genitori</b>

**2014**

## ***Mountain Bike Cicloescursionismo***

### **Invito alla mountain bike**

**Anche per i ragazzi, oltre i 14 anni di età**

Tre lezioni teoriche e tre escursioni guidate per chi vuole iniziare a praticare la mountain bike in ambiente montano o per chi già la conosce ma vuole approfondire le sue conoscenze tecniche

### **Lezioni teoriche:**

3, 17 e 8 maggio 2014 presso la sede CAI alle ore 20,45

### **Uscite:**

6 e 20 aprile e 11 maggio 2014

(Monte Canto, Parco del Curone, cross country dell'Adda)

### **Bicicletta e escursionismo in Engadina**

Soggiorno dal 25 al 30 agosto 2014

con escursioni in mountain bike (o a piedi)

**Coordinatore per le uscite:** Paolo Villa

**Coordinatori per l'Engadina:** Gruppo Seniores

**2014**

## ***Sci di Fondo***

***Corso di Fondo*** n° 2 lezioni teoriche e n° 4 uscite

**Lezioni teoriche:** presso la sede di Vimercate nei giorni:  
15 e 29 gennaio 2014 alle ore 21,15

**Lezioni pratiche:**

**1** - domenica 19.1.2014 - **Cogne**

**2** - domenica 26.1.2014 - **Viote - Monte Bondone (TN)**

**3** - domenica 2.2.2014 - **Gran San Bernardo - St. Oyen (AO)**

**4** - domenica 9.2.2014 - **St. Moritz (CH)**

**Altre gite**

domenica 15.12.2013 - **Pontresina (CH)**

domenica 23.2.2014 - **Saint Barthelemy (AO)**

**Gita plurigiornaliera**

venerdì 28.2.2014 - **Cortina**

sabato 1.3.2014 - **Dobbiaco**

domenica 2.3.2014 - **Anterselva**

**Coordinatori di escursione:** Gian Piero Brambilla,  
Massimo Biella

**2014**

***Sci Discesa, Fondo,  
Snowboard  
e Ciaspole***

**Programma giornaliero** (festivo e feriale)

(gite aperte anche ai non partecipanti al corso):

**19 gennaio 2014** Corso + gita al Passo del Tonale  
(comprendorio Adamello Ski)

**26 gennaio 2014** Corso + gita al Passo del Tonale  
(comprendorio Adamello Ski)

**2 febbraio 2014** Corso + gita al Passo del Tonale  
(comprendorio Adamello Ski)

**9 febbraio 2014** Corso + gita al Passo del Tonale  
(comprendorio Adamello Ski)

**20 febbraio 2014 - Pontresina (CH)**

(rendez-vous con gli amici della settimana)

**23 febbraio 2014 - Folgaria (TN)**

in collaborazione con CAI Concorezzo

**12 marzo 2014 - Madesimo (SO)**

**19 marzo 2014 - Traversata del Monte Bianco**

**Coordinatori di escursione:** Antonio Fumagalli (corso e gite festive) e Beppe Galli (gite feriali e Settimana Bianca)

**2014**

***Sci Discesa, Fondo,  
Snowboard  
e Ciaspole***

**Programma plurigiornaliero**

**16 - 23 febbraio 2014 - Settimana Bianca a Pontresina (CH).**  
Possibilità di soggiorno breve (4 notti: dal 16 al 20 e 3 notti:  
dal 20 al 23) - Skipass 21€

**13 - 16 febbraio 2014 - Val di Fiemme (TN)**  
in collaborazione con Sci club Lesmo e Arcore

**14 - 16 marzo 2014 - Val Rendena (TN)**  
in collaborazione con Sci club Lesmo e Arcore

**Dicembre 2014 - Prima Neve**  
(località e date da definire)

**Coordinatori di escursione:** Antonio Fumagalli (corso e gite festive) e Beppe Galli (gite feriali e Settimana Bianca)

**2014**

## ***Scialpinismo***

### **Programma uscite:**

**Domenica 12 Gennaio: Cima dei lupi 2415 m**

Val Tartano - Dislivello: 1075 m - Difficoltà: **BS**

**Domenica 2 Febbraio: Corno Gries 2969 m**

Val Formazza, Riale - Dislivello 1241 m - Difficoltà: **BSA**

**Domenica 23 Febbraio: Capanna Cristallina 2575 m**

Val Bedretto, Ossasco - Dislivello 1313 m - Difficoltà: **BSA**

**Domenica 16 Marzo: Punta delle Caldaie 2841 m**

Dislivello: 1207 m - Difficoltà: **OSA**

**località partenza: Alpe Devero** - San Domenico (VB)

Val Formazza

**Weekend 5-6 Aprile: Pigne d'Arolla**

Pernottamento alla Cabane de Dix - quota vetta: 3790 m

dislivello complessivo: 1000+862 m - difficoltà: **BSA**

**esposizione prevalente: Nord**

**località partenza: Arolla**

**Coordinatori di escursione:** Stefano Melzi e Filippo Passoni

**2014**  
14-18 Dicembre  
(date indicative)

***Sci prima neve***  
Minisettimana neve

*rif cod 360*

Descrizione:

**Le DATE PRECISE – il LUOGO e la struttura di OSPITALITA' sono da definire, si rimanda alla locandina che sarà pubblicata ed esposta per tempo.**

**Coordinatore di escursione: Beppe Galli**

<b>Mercoledì</b> <b>22 Gennaio</b>	<b>Parco del Basso Brembo</b> Parte NORD	<b>T</b>
<b>Pomeridiana</b>		<i>rif cod 010</i>

**Tempo totale:** ore 2,30

**Dislivello totale:** trascurabile

**Punti di appoggio:** no

Presenza di acqua sul percorso: no

**Il percorso inizia a:** Bonate Sotto (BG)

**e termina a:** Marne (BG)

**Consigli e descrizione:** Abbigliamento e scarpe da trekking invernale

**Descrizione:** Camminata nel PLIS Parco del Basso Brembo in ambiente fluviale, tra terre magre e sassose oppure boschetti, lungo la sponda destra del fiume.

Si parte dalla romanica chiesa di S.Giulia a Bonate Sotto e, per sterrati o lungo l' argine, si arriva a Marne.

E' possibile effettuare varianti al tracciato che consentono di visitare ampi tratti dell'ambito planiziale fluviale.

Per questo motivo, in collaborazione con le GEV del Parco che ci faranno da guida, si valuterà il percorso più adatto anche in relazione alle condizioni meteo e del terreno.

**Coordinatore di escursione:** Didi Caspani

**Aiuto-coordinatori:** Vitto Montrasio



**Mercoledì  
5 Febbraio**

**Lungo la VALLE DEL LAMBRO**  
da Canonica Lambro ad Agliate T

**Pomeridiana**

*rif cod 020*

**Tempo totale:** ore 2,30 (lunghezza circa 7-8km)

**Dislivello totale:** trascurabile - **Quota max:** pianeggiante

**Punti di appoggio:** Canonica, Albiate, Carate, Agliate

Presenza di acqua sul percorso: sì

**Il percorso inizia a:** nei pressi di Canonica Lambro

**e termina a:** Parco del complesso monumentale di Agliate

**Consigli e descrizione:** Abiti e scarpe comodi ed adatti ad una passeggiata talvolta su terreno sconnesso e saltuariamente fangoso. Si parte da Canonica Lambro, sulla sinistra della strada, poco prima del ponte sul Lambro con il semaforo. Il primo tratto (alcune centinaia di metri) può essere moderatamente dissestato salvo che non sia stato oggetto di ripristino. Stando sulla riva idrografica destra, si può ammirare Villa Taverna sulla sinistra. Arrivati nel territorio di Sovico, inizia la vera e propria pista pedonale /ciclabile che porta fino a Ponte Albiate. Il sentiero segue lo scorrere del Lambro, fino al ponte in legno lamellare e acciaio costruito dal Consorzio Parco della Valle del Lambro. Si giunge quindi in località Molino Bassi e si raggiunge il centro di Albiate. Di qui per Carate Brianza. Quindi, per un percorso abbastanza complesso, si raggiunge il nucleo storico di Realdino, passando accanto alle grotte, meta turistica fin dalla fine del XIX secolo. Si prosegue verso Agliate fino alla strada via dei Mulini e al ponte di Agliate, dove si raggiunge la basilica romanica, di tradizione architettonica ancora ottoniana, per lungo tempo creduta carolingia (IX secolo), risalente agli inizi dell' XI secolo. E' un monumento importante e suggestivo che merita una attenta visita.

**Coordinatore di escursione:** Costantino Mattavelli

**Aiuto-coordinatori:** Franco Scaccabarozzi - Giancarlo Maffei

**Mercoledì**  
**12 Febbraio**

**Pomeridiana**

**LAGO DI PUSIANO**

Da Pusiano a Santa Maria della Neve

**T**

*rif cod 030*

**Tempo totale:** ore 2,30 circa

**Dislivello totale:** 130 m – **Quota max:** 200 m

**Punti di appoggio:** nessuno

Presenza di acqua sul percorso: no

**Il percorso inizia a:** Pusiano

**e termina a:** Pusiano

**Consigli e descrizione:** Abbigliamento e scarpe da trekking.

Itinerario di notevole interesse paesaggistico ed ambientale per la bellezza del lago di Pusiano.

Da Pusiano, Piazza Parini, all'angolo del palazzo Carpani Beurnais si segue la segnaletica che indica il Santuario della Madonna della Neve. Una ripida via selciata ornata dalle cappelle di un piccolo Sacro Monte conduce al Santuario.

Preso il secondo sentiero che inizia dall'abside della chiesa, che diviene una scalinata, si sottopasa la strada asfaltata e si raggiunge il piccolo ingresso pedonale del Parco Roccolo di Cesana Brianza. Il luogo è gradevole e adatto ad una sosta per ammirare il lago. Si esce dal parco attraverso il passaggio pedonale attiguo alla casa degli alpini e si continua la discesa in direzione di Cesana Brianza. Alle prime case si svolta a destra in Via Segantini, poi in Via Aldo Moro e per sentiero, seguendo l'indicazione della pedonale per Pusiano, si raggiunge il punto di ritrovo per il rientro.

**Coordinatore di escursione:** Dario Sala

**Aiuto-coordinatori:** Gualtiero Mattavelli-Sergio Colla

da Domenica  
16 Febbraio  
a Domenica  
23 Febbraio

**SETTIMANA IN ENGADINA  
PONTRESINA (GR-CH)**

(anche 3 o 4 giorni)

*rif cod 040*

**Discesa, fondo, escursioni con racchette da neve e passeggiate**

**Confermato il giornaliero Engadina a 21,00 € (acquistabile in hotel) Ingresso centro benessere compreso nella quota**

**Consigli e descrizione:** abbigliamento invernale da montagna in funzione delle attività da svolgere

Ritourneremo in Engadina, a Pontresina, presso l'ospitale Hotel Schloss \*\*\*\* (castello) del gruppo TIVIGEST (non abbiamo trovato ancora una località con una offerta "neve" così completa).

E questa volta festeggeremo il 5° anno consecutivo in Engadina. Ci sarà spazio per tutte le discipline della neve: ovviamente lo sci di fondo sulle ben attrezzate piste delle valli dell'Alta e Bassa Engadina, lo sci di discesa sugli impianti di Celerina, St Moritz, Corvatsch, Sils-Furtschellas e Diavolezza/Lagalb, lo sci-alpinismo e le escursioni / passeggiate sulla neve.

Come tradizione, nella giornata di giovedì potremo anche ritrovarci per una escursione sulla neve con gli amici che ci raggiungeranno in giornata da Vimercate.

E' stata prevista la possibilità di un soggiorno più breve (da domenica a giovedì, 4 notti; oppure da giovedì a domenica, 3 notti), utilizzando il pullman che ci raggiunge il giovedì.

Maggiori dettagli sui servizi dell'Hotel sul sito:

(<http://www.th-resorts.com> o sul depliant da consultare in sede.

Programma dettagliato entro fine novembre / iscrizioni entro fine dicembre 2013.

**Coordinatori:** Beppe Galli /Dario-Franca Sala/Tiziano Favalli / Claudio Vergani **(cercasi coordinatore ciaspole)**

**Giovedì  
20 Febbraio**

***Camminata sulla neve in Engadina***

**EAI**

*rif cod 050*

**Tempo totale:** ore dd

**Dislivello totale:** dd - **Quota max:** dd

**Punti di appoggio:**

Presenza di acqua sul percorso:

**Il percorso inizia a:** dd

**e termina a:**

**Consigli e descrizione:** Scarponi da montagna, giacca a vento, berretto e guanti, bastoncini, pranzo al sacco o dd.

Il percorso e la meta dell'escursione saranno definite anche in funzione delle condizioni di innevamento e meteo del periodo.

Riferirsi all'aggiornamento sul sito [caivimercate](http://caivimercate.ch).

Questa escursione è dedicata a chi volesse passare tutta la giornata sulla neve in alternativa al pranzo con gli amici della settimana bianca.

Si prevede anche la possibilità di fare un percorso abbreviato per coloro che invece preferiscono partecipare al pranzo all'hotel Schloss a Pontresina.

**Coordinatori di escursione:**

Claudia Vertemati, Pasquale Stucchi

**Mercoledì  
5 Marzo**

**Pomeridiana**

**Da Bevera a Missaglia**

“Sentiero dei Roccoli”

Parco del Curone - Montevecchia

*rif cod 060*

**T**

**Tempo totale:** ore 3

**Dislivello totale:** 150 m – **Quota max:** 400 m

**Punti di appoggio:** Bar “Il tetto brianzolo”- Lissolo

Presenza di acqua sul percorso: sì

**Il percorso inizia a:** Bevera di Sirtori (LC)

**e termina a:** Missaglia (LC)

**Consigli e descrizione:** Scarpe da trekking e bastoncini.  
Possibili tratti fangosi.

Partendo da Bevera, attraverso boschi di castagno si raggiunge Ceregallo, quindi in salita Lissolo, dove inizia il percorso di cresta fino alla Cappelletta di Crippa.

Qui inizia il “Sentiero dei Roccoli” che sale alla Croce e scende alla Cascina Selvatico di Missaglia.

Vari i punti di interesse ambientale e storico.

**Coordinatore di escursione:** Vitto Montrasio

**Aiuto-coordinatori:**

Didi Caspani - Lucia Pastori - Eugenio Mariani

**Mercoledì  
12 Marzo**

**Madesimo - Camminata sulla neve**  
Da Pianazzo a Ristoro Larici

**EAI**

*rif cod 070*

**Tempo totale:** ore 4,30

**Dislivello totale:** 500 m - **Quota max:** 1900 m

**Punti di appoggio:** Bar e ristori sul percorso

Presenza di acqua sul percorso:

**Il percorso inizia a:** Pianazzo (SO) 1400 m

**e termina a:** Madesimo (SO) 1550 m

**Consigli e descrizione:** Abbigliamento invernale con scarponi e bastoncini

Madesimo, località turistica della Val S.Giacomo, offre numerose possibilità per gli appassionati delle escursioni e degli sport invernali (sci alpino, di fondo, ciaspole).

Il percorso si svolge in un ambiente naturalistico, molto appagante dal punto di vista panoramico: è adatto a tutti ed ideale per una giornata sulla neve.

Inizia a Pianazzo 1400m, su pista battuta, tra larici e cascatelle sino all'abitato di Madesimo 1550m, quindi si prosegue per l'alpe Motta 1750m, poi si seguono le indicazioni per Motta Alta (Lago Azzurro) 1860m, infine su falsopiano fino al ristoro Larici 1900m.

Si ritorna per lo stesso itinerario sino a Madesimo.

**Coordinatore di escursione:** Claudia Vertemati

**Aiuto-coordinatori:**

Pasquale Stucchi, Mira Vigato, Franca Stucchi

**Mercoledì**  
**19 Marzo**  
**(\*) data**  
**indicativa**

**TRAVERSATA DEL BIANCO con gli sci**  
Da Courmayeur a Chamonix  
per la Mer de Glace  
**Difficoltà:** riservata agli sciatori esperti  
**(discesa su ghiacciaio) rif cod 080**

**Tempo totale:** ore 4,00/5,00

**Dislivello totale:** 2450 m - **Quota max:** 3470 m

**Punti di appoggio:**

**Il percorso inizia a:** Punta Helbronner (AO) 3470 m

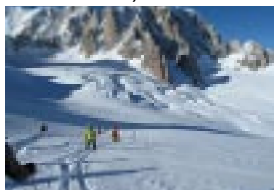
**e termina a:** Chamonix (F) 1037 m

*(\*) Nota: La traversata necessita di condizioni di tempo particolarmente favorevoli. Di conseguenza la data potrebbe essere cambiata, seguire aggiornamenti sul sito caivimercate.*

**Consigli e descrizione:** abbigliamento invernale da alta montagna (sci normali da discesa)

E' la classica traversata, che si compie con gli sci, dopo la salita in funivia al Rif. Torino – Punta Helbronner 3842 m.

La discesa per la Vallée Blanche, dal Colle del Gigante attraverso la Mer de Glace, si sviluppa su un percorso di 24 km, per arrivare ai 1037 m di Chamonix. Rientro con bus SAT-SAVDA a Courmayeur [14,00 EUR] (in caso di scarso innevamento si dovrà scendere con il trenino da Montenvers a Chamonix)



**NB: È anche possibile sciare nel comprensorio di Courmayeur**

**Coordinatori di escursione:** Guido Lovati, Gianni Beretta, Ernesto Tresoldi

**Mercoledì  
26 Marzo**

**pomeridiana**

**Valsassina**

Da Maggio a Maggio

**T**

*rif cod 090*

**Tempo totale:** ore 2,30

**Dislivello totale:** 200 m - **Quota max:** 1000 m

**Punti di appoggio:** si

Presenza di acqua sul percorso: si

**Il percorso inizia a:** Maggio (LC) 800 m

**e termina a:** Maggio (LC) 800 m

**Consigli e descrizione:**

Abbigliamento e scarpe da trekking.

La passeggiata proposta è un percorso ad anello sopra l'abitato di Maggio. Si parte dalla fonte sopra l'abitato e su carrabile si raggiungono le baite di Issola, poi su sentiero la località Piaz e successivamente la località Cuetta; qui si inizia a scendere sempre su carrabile a Maggio. E' una passeggiata tranquilla, con vista sulla Valsassina e relativi borghi.

**Coordinatore di escursione:** Pasquale Stucchi

**Aiuto-coordinatori:**

Claudia Vertemati, Antonio Todeschini, Angela Invernizzi



**Domenica  
6 Aprile**

**Croce di Perlè m.1032**

Lago d'Idro

**E/EE**

*rif cod 095*

**Tempo totale A e B:** ore 5,00 escluse soste

**Dislivello totale:** 700 m circa - **Quota max:** 1032 m

**Punti di appoggio:** no

Presenza di acqua sul percorso: sì

**Il percorso inizia a:** Crone 370 m

**e termina a:** Crone 370 m

**Consigli e descrizione:** Abiti e calzature comode da montagna, giacca a vento o mantellina, bastoncini, pranzo al sacco.

I dintorni del Lago di Idro offrono numerose possibilità per facili escursioni. Si tratta di cime in ambiente nel complesso ancora poco conosciuto, l'escursione che andiamo a proporre è meritevole di tutta l'attenzione grazie ai suoi favolosi panorami sul lago e sulle montagne circostanti. La sezione iniziale del trekking si sviluppa in una forra scavata dal torrente opportunamente attrezzata con infissi metallici per facilitare un itinerario già di per sé di grande valore paesaggistico. Possibilità di evitare questo tratto percorrendo un sentiero più facile nel bosco.

**Coordinatore di escursione:** Fabrizio Villa

**Mercoledì  
9 Aprile**

**pomeridiana**

**Rifugio Piazza**  
Grigna Meridionale

**E**

*rif cod 100*

**Tempo totale:** ore 3,30

**Dislivello totale:** 470 m – **Quota max:** 770 m

**Punti di appoggio:** Rifugio Piazza

**Acqua sul percorso:**

**Il percorso inizia a:** Rancio di Lecco 300 m

**e termina a:** Rancio di Lecco 300 m

**Consigli e descrizione:**

Abbigliamento e scarpe da trekking - Bastoncini

Bella camminata alle pendici della Corna del Medale e in seguito del Monte S.Martino, che sale con pendenza costante nel bosco da Rancio fino alla cappelletta della Madonna del Carmine, a quota 450m.

Il punto è molto panoramico, sia su Lecco col suo lago che sulle cime circostanti: Resegone, Barro, Corni di Canzo...

Si prosegue in ambiente più roccioso e in falsopiano fino al Rifugio che è affiancato dalla chiesetta di S.Martino, di antica storia.

Si ritorna a Rancio per lo stesso percorso di salita.

**Coordinatore di escursione:** Gustavo Magni

**Aiuto-coordinatori:** Chicco e Luigi Frigerio

**Mercoledì**  
**23 Aprile**

***Traversata dei Forti di Genova***

Trenino da Casella a Campi + salita ai Forti e discesa Centro Storico di Genova

**T/E**

*rif cod 110*

**Tempo totale:** ore 5,00 - **Quota max:** 682 m

**Dislivello totale:** salita 300 m - discesa 600 m

**Punti di appoggio:** metà percorso (bar)

Presenza di acqua sul percorso: Area pic-nic/sosta pranzo)

**Il percorso inizia a:** Campi (GE) 382 m

**e termina a:** Genova (P.zza De Ferrari) 50 m

**Consigli e descrizione:** Abbigliamento e scarpe da trekking, pranzo al sacco

Partenza con il trenino da Casella a Campi (40') 382 m.

Inizio salita al Forte Diamante (sec. XVIII) 682 m, discesa a Sella Diamante 557 m e risalita ai Forti Fratello Maggiore 644 m e Minore 620 m, proseguimento per Forte Puin 597 m e Forte Sperone 507 m ed arrivo all'area pic-nic sulle Mura Esterne Spianata Parco Peralto (sosta pranzo).

Partenza x Mura Porta Chiappe (Righi) e discesa per "creuze" nel tessuto urbano con visita dell'interessantissimo Santuario della Madonnetta (grandioso presepe di Genova), proseguimento per viali panoramici alberati sino alla Spianata Castelletto (Belvedere) e discesa nel Centro Storico di Genova (strada dei Palazzi dei Rolli) con arrivo a P.zza De Ferrari (fontana).

**NB: Itinerario di interesse escursionistico, naturalistico, storico, culturale e spirituale**

**Coordinatore di escursione:** Claudio Staffa

**Aiuto-coordinatori:** Sergio Colombino (CAI Bolzaneto),  
Beppe Galli, Pasquale Stucchi

**Domenica**  
**27 Aprile**

**MONTE CARONE m 1621**  
(TN)

**EE**

*rif cod 115*

**Tempo totale:** ore 7 A/R escluse soste

**Dislivello totale:** 1521 m circa - **Quota max:** 1621 m

**Punti di appoggio:** Baita Segala 1250 m

Presenza di acqua sul percorso:

**Il percorso inizia a:** Limone del Garda m 100

**e termina a:** Limone del Garda m 100

**Consigli e descrizione:** abbigliamento da montagna, bastoncini, scarponi, pranzo al sacco.

Il Monte Carone è situato nell'alto Garda in territorio Trentino. Offre splendidi panorami sul Lago di Garda e di Ledro e sui gruppi del Brenta e dell'Adamello. Il sentiero si snoda tra vecchie postazioni militari della prima guerra mondiale, poste sull'ex confine tra Regno d'Italia e Impero Austro-Ungarico.

**Coordinatori di escursione:** Ombretta Mondonico,  
Flavio Pontiggia

**Mercoledì  
7 Maggio**

**Viggiù-Monte Orsa-Monte Pravello**  
"Fortificazioni della Linea Cadorna"  
(VA) T/E

*rif cod 120*

**Tempo totale:** : circa 4 ore. A questo tempo bisogna aggiungere il tempo di visita alle fortificazioni variabile in base alla propria curiosità, interessi e capacità individuali

**Dislivello totale:** 537 m al M.Orsa / 554 m al M.Paravello

**Quota max:** 1015 m

**Punti di appoggio:**

Presenza di acqua sul percorso: no

**Il percorso inizia a:** Viggiù (VA) 461 m

**e termina a:** Viggiù (VA) 461 m

**Consigli e descrizione:** Abbigliamento e scarpe da trekking - pranzo al sacco.

L'escursione presenta aspetti storici, grazie alla possibilità di visitare in modo sicuro le ben conservate fortificazioni (anche sotterranee) di una parte della Linea Cadorna, accompagnati da notevoli scorci panoramici sul vicino lago di Lugano. La visita di carattere storico è aiutata dalla presenza di pannelli didattici. Si seguono strade militari o di origine militare e mulattiere o sentieri. Si sale dapprima al Monte Orsa (996 m), quindi per un percorso lungo la cresta al vicino Monte Pravello (1015 m).

Il ritorno può essere fatto su percorso in parte differente da quello seguito in salita

**Coordinatore di escursione:** Claudio Staffa

**Aiuto-coordinatori:**

Giancarlo Maffei, Costantino Mattavelli, Sergio Colla,

**Domenica**  
**11 Maggio**

**CISA - PONTREMOLI**  
(VIA FRANCIGENA)

**E**

*rif cod 125*

**Tempo totale:** ore 6,00 escluse soste

**Dislivello Totale:** Salita 500 m – Discesa 1200 m

**Punti di appoggio:** no

Presenza di acqua sul percorso:

**Il percorso inizia a:** Passo della Cisa 1042 m

**e termina a:** Pontremoli 243 m

**Consigli e descrizione:** abbigliamento da media montagna, scarponi, bastoncini, pranzo al sacco.

L'escursione segue un tratto della Via Francigena.

Questo antico tracciato scavalca il fiume Magra su un bel ponte del XIV secolo e attraversa tutta una serie di piccoli e caratteristici paesini per terminare nella "piccola capitale dell'Alta Lunigiana": Pontremoli.

**Coordinatore di escursione:** Annalisa Scaccabarozzi  
Ombretta Mondonico

**Dal 19 al 26  
Maggio**

**MARE & MONTI  
MARCHE – RIVIERA DEL CONERO**

**T/E**

*rif cod 129*

**19/26 Maggio**

**In questa settimana è prevista la possibilità di organizzare un turno di Mare & Monti, solo in caso di completamento della disponibilità per le due settimane di settembre (si rimanda alla pagina dedicata per queste due settimane)**

**Per info in sede rivolgersi in sede e sul sito:**

**[www.caivimercate.it](http://www.caivimercate.it)**

**Mercoledì**  
**21 Maggio**

**Bré - Monte Boglia - Alpe Bolla**  
(Prealpi Luganesi - TI CH)

T/E

*rif cod 130*

**Tempo totale:** ore 4,30 (1,45 per il percorso B)

**Dislivello totale:** 740 m / 350 m – **Quota max:** 1516 m

**Punti di appoggio:** rif. Alpe Bolla (1129 m – lungo la discesa). Da verificare l'apertura infrasettimanale.

Presenza di acqua sul percorso: si

**Il percorso inizia e termina a:** Bré (sobborgo di Lugano) 785 m

**Consigli e descrizione:** Abbigliamento e scarpe da trekking - pranzo al sacco o al rif. Alpe Bolla se aperto.

Il monte Boglia è una cima delle Prealpi luganesi, a nord-est della città di Lugano. La sua cresta segna il confine tra la Svizzera e l'Italia ed è decisamente interessante da un punto di vista panoramico: se l'aria è limpida la vista spazia sul sottostante lago di Lugano, fino al Monte Rosa e alle alture dell'Appennino.

Prima di incamminarsi sulla mulattiera (o eventualmente al ritorno) è interessante soffermarsi nel borgo di Bré nel cui interno si snoda un percorso artistico fra antiche case ben ristrutturate. Il sentiero, ben tenuto, quasi sempre comodo e largo, solo a tratti un po' ripido, si snoda in estesi boschi di faggi fino a sbucare sulla panoramica cresta erbosa che porta alla vetta.

Si scende sul versante opposto, fino al passo Biscagno, e si compie il giro della montagna passando in discesa dal rifugio Alpe Bolla (1129 m). In alternativa è possibile limitare l'escursione alla salita da Bré al rifugio Alpe Bolla (percorso B, ore 1,45 e 350 m di dislivello), incontrando i partecipanti che scenderanno dal vicino passo Biscagno. Il percorso B si svolge sempre nel bosco.

**Coordinatore di escursione:** Paolo Villa

**Aiuto coordinatori:** Angelo Brambillasca e Luigi Chirico



**Domenica  
25 Maggio**

## **VAL PASSIRIA**

Merano – (BZ)

**T**

*rif cod 135*

**Tempo totale:** ore 4,30 escluso soste

**Dislivello Totale:** 365 m circa – **Quota max:** 689 m

**Punti di appoggio:** nelle località attraversate

Presenza di acqua sul percorso: si

**Il percorso inizia a:** Merano 325 m

**e termina a:** San Leonardo di Passiria 689 m

**Consigli e descrizione:** : abbigliamento leggero, scarpe comode, mantellina/giacca a vento, pranzo al sacco.

Una delle valli più varie ed antiche dell'Alto Adige è la Val Passiria, che si dirama a nord di Merano. La Val Passiria, diramazione laterale della Conca di Merano. A 5 km della città di Merano si trovano i due paesi Rifiano e Caines. Situati in mezzo a frutteti e vigneti questi due paesi hanno mantenuto il loro carattere tradizionale e autentico Alto Atesino. Da San Martino o San Leonardo si possono infatti imboccare tanti sentieri alla scoperta delle montagne dei dintorni. E la natura diventa ancor più protagonista in Alta Passiria dove le cime delle Alpi Venoste di Levante, di Stubai e Sarentine si stagliano sullo sfondo di borghi pittoreschi di montagna, le località di Moso, Stulles, Plata e Plan. Nella Val Passiria ogni paese possiede un proprio fascino particolare, come il soleggiato paese di Stulles, o l'antico paese di minatori di Moso e il suo bunker – il museo "Mooseum". La storia dominata dalla natura è vecchia quasi quanto l'umanità stessa.

Di ciò testimoniano ad esempio la Miniera di Monteneve (miniera più alta d'Europa) o il Museo Passiria.

**Coordinatori di escursione:** Marco Furlani, Ruggero Stucchi

**Fine Maggio /  
Giugno**

**SANTIAGO DI COMPOSTELA**

Trekking di 7/8 giorni  
(5 consecutivi di camminata)      T/E

*rif cod 140*

**Il trekking prevede 5 giorni consecutivi di camminata**

**Distanza da percorrere:** 21+24+30+20+19 km = 114 Km.

Le tappe a piedi seguono esattamente il famoso Cammino di Santiago, e si svolgono su sentieri prevalentemente non asfaltati.

**Il programma è in elaborazione e potrà subire variazioni, in base al numero dei partecipanti - voli - disponibilità alloggi - mezzi di trasporto locali - ecc., e quindi deve intendersi “di massima” - comunque DA CONFERMARE.**

**Le date definitive saranno indicate sul sito, insieme con le regole per le iscrizioni**

**Considerando che per la nostra sezione questa è la prima esperienza del genere, l’obiettivo impegno fisico per i partecipanti e logistico per gli coordinatori, l’organizzazione si riserva di vagliare l’accettazione delle domande di partecipazione.**

***All’accettazione dovrà essere corrisposta una somma che copra il costo delle prenotazioni aeree ed alberghiere.***

**Punti di appoggio:** si attraversano centri abitati, pernottamenti in ostelli/agriturismo/hotel.

**Il percorso inizia a:** SARRIA (E)

**e termina a:** SANTIAGO DI COMPOSTELA (E)

**Bagagli:** di norma il solo bagaglio aereo-zainetto “a mano” (massimo kg 10), considerando che ognuno dovrà portarsi il proprio per tutto il percorso.

**Si raccomanda di munirsi anche di:** vestiti e scarpe comode per le escursioni, cappello, K-way, giacca o giubbotto per la notte (anche in estate la sera rinfresca)

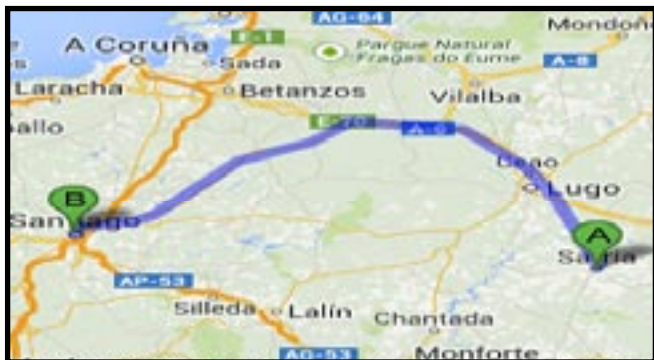
## NOTA:

Sono milioni i pellegrini che in questi secoli hanno percorso il Cammino verso Santiago de Compostela, uno tra gli itinerari più importanti della Cristianità.

Durante il percorso non ci sarà l'ausilio di coordinatori/accompagnatori ed ognuno potrà dare all'esperienza la propria motivazione, religiosa, turistica, sportiva, ecc., con la speranza che questo viaggio regali emozioni uniche per la mente ed il corpo.

Proponiamo di iniziare il Cammino da Sarria perché da qui fino Santiago è possibile ottenere la "Compostela", diploma che certifica la realizzazione di almeno 100 chilometri a piedi fino al Santuario.

Il cammino sarà a "passo libero". Ognuno partirà al mattino dall'albergo con il passo che riterrà più consono alle proprie caratteristiche e/o motivazioni per cui si potrà arrivare a destinazione, soli o in compagnia, in orari diversi.



**Coordinatori di escursione:** Gualtiero Mattavelli,  
Dario Sala

**Domenica  
1 Giugno**

**Monte Ferrante**

Teveno - Valle di Scalve (Bg)

**EE**

*rif cod 146*

**Tempo totale:** : ore 7,00 escluse soste

**Dislivello totale:** 1293 m - **Quota massima:** 2427 m

**Punti di appoggio:** Rifugio Albani

**Il percorso inizia a:** Teveno 1134 m  
**e termina a:** Teveno 1134 m

**Consigli e descrizione:** abbigliamento completo di media montagna, scarponi, bastoncini, pranzo al sacco.

Una splendida escursione che ci porterà a conoscere la zona settentrionale della Presolana. Giungeremo a Teveno percorrendo una parte della Vai di Scalve molto selvaggia e poco popolata.

Con la salita al monte Ferrante guadagneremo un vero balcone sul mondo orobico.

Ascensione semplice seppur lunga, ma in un ambiente montano sensazionale. Poco sopra il Rifugio Albani è posto un rosone sul quale sono indicate tutte le cime che si possono vedere, con la loro altezza e la direzione in cui guardare.

**Trasferimento con mezzi propri.**

**Numero partecipanti: max 20 persone**

**Coordinatori di escursione:**

Annalisa Scaccabarozzi, Ombretta Mondonico

**Mercoledì**  
**4 Giugno**

**Ciclopedonale Valle Seriana**  
**Lungo il fiume Serio**  
**in bicicletta o a piedi**

*rif cod 150*

**Tempo bici:** ore 5,00 (A) - ore 3.00 (B) / **a piedi:** ore 5,00

**Km bici:** 60 (A) - 30 (B) / **Km a piedi:** 15

**Dislivello tot. bici:** 370 m (A) / 260 m (B) - **quota max:** 603 m

**Dislivello totale a piedi:** 200 m

**Difficoltà:** facile, richiesto un buon allenamento per il percorso A

**Punti di appoggio:** trattorie/bar/area pic-nic

Presenza di acqua sul percorso: sì

**Il percorso inizia a:** Ranica (A), Fiorano al Serio (B), Colzate (a piedi)

**e termina a:** Clusone/Ritorno ai punti di partenza

**Consigli e descrizione:** *Mountain bike/city bike/scarpe robuste.*

La pista ciclopedonale è un percorso misto ciclisti/pedoni, per 20 km in terra battuta e ghiaietto, gli ultimi 10 km asfaltato. Molte le aree di sosta, ma soprattutto molte le occasioni di godere della flora e della fauna della valle e della storia dei luoghi attraversati. Pochi i tratti di strada non ciclopedonale che richiedono comunque attenzione durante gli "sconfinamenti". Ogni paese attraversato (Alzano Lombardo / Pradalunga / Cene / Colzate / Ponte Nossa / Clusone) presenta caratteristiche molteplici sotto l'aspetto storico-artistico-paesaggistico: musei, santuari, basiliche, costruzioni antiche, il giardino geologico, ponti romanici, l'orologio planetario di Clusone (dove avremo tempo per una visita) e come cornice le Prealpi Orobie. Da Colzate fino a Clusone la ciclabile si sviluppa sul sedime della ferrovia che sino al 1965 collegava Bergamo a Clusone (chiusa nel 1967).

**Coordinatore di escursione:** Beppe Galli

**Aiuto-coordinatori:** Luigi Chirico, Alfredo D'Emilio,  
Luigi Tornaghi, Pasquale Stucchi

**Domenica**  
**8 Giugno**

**Sentiero Tracciolino**  
Val Chiavenna (SO)

**E**

*rif cod 155*

**Tempo totale:** ore 5,00 escluse soste

**Dislivello Totale:** 700 m circa – **Quota max:** 920 m

**Punti di appoggio:** Diga Val di Ratti

Presenza di acqua sul percorso: si

**Il percorso inizia a:** Verceia 200 m

**e termina a:** Novate Mezzola 200 m

**Consigli e descrizione:** abbigliamento completo di media montagna, scarponi, bastoncini, pranzo al sacco.

Il Sentiero del Tracciolino è una delle più spettacolari opere di ingegneria umana della Valchiavenna. Stiamo parlando di un tracciato lungo 10 chilometri, che corre ad un'altezza costante di 920 m, fra la Val dei Ratti e la Val Codera, costruito negli anni Trenta del secolo scorso come collegamento fra due piccole dighe. L'itinerario proposto è un anello classico, con partenza da Verceia e ritorno a Novate Mezzola, che porta alla scoperta del tratto più aereo e spettacolare del tracciato passando attraverso gallerie scavate nella roccia.

**Coordinatori di escursione:**

Guaita Mauro, Giacinto Passoni

**9-10-11**

**Giugno**

**(3 gg./ 2 notti)**

***Ai forti e cime Italiani e Austriaci  
della Grande Guerra 1915/18***

**T/E**

*rif cod 160*

**Interesse:** storico - paesaggistico

**Tempo totale solo trekking nei 3 gg:** ore 11-12

**Dislivelli totali:** 1°g. 220 m – 2°g. 365+185 m – 3°g. 330+100 m

**Quota max:** “ 1440 m “ 2015 m “ 2124 m

**Punti di appoggio:** Rifugi, Bar-Ristoranti lungo i percorsi.

**2 Notti in Hotel ad Asiago - Pranzi: al sacco (o Ristorante)**

**Iscrizioni con acconto: Marzo 2014**

**Consigli e descrizione:** Abbigliamento e scarpe da trekking - Bastoncini - Binocolo. La proposta si rivolge agli appassionati della Storia d'Italia, per ripercorrere, a quasi cento anni dalla Grande Guerra, trincee e cime dei monti su cui sovrastano ancora i Forti, ristrutturati e visitabili, a difesa degli ex confini tra i due Paesi, sul vasto territorio della famosa “Strafexpedition”.

**Lunedì 9 Giugno:** trasferimento a Tonezza del Cimone (VI), da dove a piedi percorrendo le ex trincee saliremo sulla cima del monte Cimone 1226 m, dalla quale la vista spazia a 360° sull'ampio anfiteatro tra Pasubio, Verena, Ortigara e Grappa. Qui il 23 settembre 1916 gli austriaci fecero brillare in galleria una mina, con 14.200 kg di esplosivo, che annientò 1210 italiani della Brigata Sele a difesa di quel fronte, ultimo baluardo verso la pianura. Saremo accompagnati in zona da uno Storico, Ricercatore, Scrittore. Pranzo libero a Tonezza (o in ristorante tipico concordato).

Nel primo pomeriggio, transitando per il Forte Cherle austr., proseguimento sull'altipiano dei Fiorentini per Lavarone (TN), visita guidata al Forte Belvedere austriaco, ora privato, poi dal Passo di Vezzena 1404 m, lungo la Val d'Assa scenderemo all'hotel in centro Asiago, cena e pernottamento.

**Martedì 10 giugno:** si raggiunge col bus l'area fondo di Campolongo 1650 m, da qui salita, 1.30 h, alla cima del monte Verena 2015 m, visita del Forte omonimo italiano temuto dagli austriaci, con ampi panorami sulle Dolomiti. Discesa al Centro Fondo Campolongo, per la pausa pranzo al sacco o al Rifugio/Ristorante omonimo. Nel pomeriggio salita, su strada agevole con dislivello 180m, al Forte italiano di Campolongo, che difendeva tutta l'area della Valdastico; discesa al bus e rientro ad Asiago, cena e pernottamento.

**Mercoledì 11 giugno:** ampio trekking sul monte Ortigara. In pullman salita via Gallio al Piazzale Lozze, dove inizia il sentiero per le cime del monte più conosciuto dell'altipiano, Cima della Caldiera 2124m e dell'Ortigara 2105m. Percorreremo le aree, perdute e riconquistate dall'Italia, su cui si svolsero i più aspri combattimenti, incontrando le fortificazioni vs. la Valsugana e la Val di Sella. Ritorno al piazzale per sosta pranzo. Nel pomeriggio se in tempo utile, lungo la strada del rientro ci porteremo in bus sul monte Cengio a 1260m, per salire sulla cima 1354 m attraverso gallerie e strapiombi; fu territorio della fase cruciale dell'offensiva austriaca "Strafexpedition", su cui i Granatieri di Sardegna resisterono fino al 10 giugno 1916, con 470 caduti. Terminata la visita, rientreremo a Vimercate con arrivo previsto verso le 21.00.



M. Cengio



Verena

Alcuni riferimenti

**Forte Verena:**

<http://www.magicoveneto.it/altipian/Verena/Forte-Cima-Verena-a-Roana.htm>

**Monte Cengio:** <http://www.magicoveneto.it/Altipian/Cengio/Cengio-1.htm>

**Coordinatori di escursione:** Sergio Meneghini  
e Giancarlo Maffei



**Mercoledì**  
**18 Giugno**

**GRIGNA SETTENTRIONALE**

Rifugio BIETTI-BUZZI

**E/EE**

*rif cod 170*

**Tempo totale:** : 4 ore circa

**Dislivello Totale:** 500 m – **Quota max:** 1719 m

**Punti di appoggio:** Rifugio Bietti-Buzzi

Presenza di acqua sul percorso: al rifugio

**Il percorso inizia a:** Cainallo – Esino Lario (LC)

**e termina a:** Cainallo – Esino Lario (LC)

**Consigli e descrizione:** Abbigliamento e scarpe da trekking, pranzo al sacco o in rifugio

Il percorso inizia poco dopo Cainallo (1250 m) risalendo la vecchia pista da sci fino al passo del Vò dove inizia il sentiero n° 25 che porta ai rif. Bietti e Bogani.

Al bivio della bocchetta di Prada si segue il n° 24 fino al rifugio Bietti-Buzzi (1719 m, 2 ore dal Cainallo).

Il sentiero è in alcuni punti molto ripido ed esposto ma il panorama sul Lario e su tutto l'arco delle Alpi occidentali è grandioso e ripaga ampiamente dalla fatica della salita.

La discesa avviene per il medesimo percorso della salita.

Al rifugio Bietti-Buzzi termina il percorso dell'escursione in oggetto.

Chi desidera può, in completa autonomia extraescursione e senza nessun supporto di qualsiasi tipo da parte dell'organizzazione, salire alla cima del Grignone percorrendo la cresta Piancaformia o percorrere il sentiero attrezzato Guzzi e da lì scendere al rif. Bogani.

**Coordinatore di escursione:** Angelo Brambillasca

**Aiuto-coordinatori:** Luigi Chirico, Guido Lovati

**Domenica**  
**22 Giugno**

**Lagheti di Sassera**  
Valmalenco (SO)

**E**

*rif cod 175*

**Tempo totale:** ore 5,30 andata e ritorno, escluse soste

**Dislivello totale:** 1095 m - **Quota max:** 2396 m

**Punti di appoggio:** Rifugi

Presenza di acqua sul percorso: si

**Il percorso inizia e termina a:** Primolo

**Consigli e descrizione:** abbigliamento media montagna, scarponi, bastoncini, pranzo al sacco.

Il sentiero comincia all'ingresso di Primolo e si inoltra nel lariceto per una serie di tornanti per proseguire, in un tratto pianeggiante, sulla sinistra. Superati, in sequenza, due valloni, si oltrepassa un dosso dal quale si può godere una splendida vista sulla Valmalenco e sul Pizzo Scalino. Lasciando sulla sinistra il sentiero che conduce dapprima all'Alpe Pirlo e, di seguito, al rifugio Bosio, si prosegue, sulla destra, e si raggiungono, in sequenza, l'Alpe Prato e l'Alpe Pradaccio. Dalle baite di Pradaccio si sale, lasciando sulla destra la traccia che conduce al Lagazuolo, proseguendo attraverso radi pini mughi fino a raggiungere i primi massi della Val Sassera, ove il sentiero si fa molto ripido e tende a scomparire lasciando il posto ad una traccia ben segnalata con bolli sempre numerosi e ben evidenti. Il percorso diventa meno ripido e in poco tempo consente di raggiungere il primo lago di Sassera. Da qui in breve si raggiungono anche gli altri lagheti. Non si trovano sul sentiero ma è necessario cercarli tra i dossi dietro al primo lago.

**Coordinatori di escursione:** Stefano Maurizio Radaelli,  
Passoni Claudio

**Domenica**  
**29 Giugno**

**FADERHORN**  
Macugnaga (VB)

**EE**

*rif cod 176*

**Tempo totale:** ore 6,00 escluse soste

**Dislivello totale:** 1100 m - **Quota max:** 2475 m

**Punti di appoggio:** bivacco A. Pala 1910 m

Presenza di acqua sul percorso:

**Il percorso inizia e termina a:** Pecetto 1378 m

**Consigli e descrizione:** abbigliamento di media montagna adatto alla stagione, scarponi, bastoncini, pranzo al sacco.

Splendida terrazza panoramica sulla parete Est del Monte Rosa e sul ghiacciaio del Belvedere. Il Corno di Fad o Faderhorn sovrasta con una croce la conca di Macugnaga.

La cima si trova all'estremità della cresta Sud del Corno Rosso, si cammina prevalentemente su comodi sentieri e mulattiere. Il percorso non prevede difficoltà tecniche, qualche passaggio su roccette solo nei pressi della vetta.

Escursione con varie opzioni: per i più allenati ascesa su sentiero fino alla cima del Faderhorn, mentre chi decidesse per un'escursione più tranquilla è possibile fermarsi al bivacco, sempre con vista sui ghiacciai che hanno reso famosa Macugnaga. Entrambi i percorsi attraversano una riserva faunistica ricca di camosci, stambecchi e marmotte.

**Coordinatori di escursione:** Annalisa Scaccabarozzi,  
Alberto Mauri

**dal 30 Giugno  
al 2 Luglio**

**RADUNO NAZIONALE SENIORES  
SETTIMANA NAZIONALE  
ESCURSIONISMO**

*rif cod 180*

**CADORE-CORTINA E CONCA D'AMPEZZO**

**Punti di appoggio: Albergo/Rifugio da determinare.**

**Consigli per l'escursione:** Abbigliamento e scarpe da trekking. Pranzo al sacco o in rifugio/albergo

**Descrizione:**

Quest'anno il raduno Seniores si svolgerà a livello nazionale partecipando tre giorni (due notti) alla Settimana Nazionale d'Escursionismo.

Parteciperemo a due escursioni già programmate dalle sezioni Cadorine i gg 30 Giugno e 1 Luglio, mentre il 2 luglio sarà dedicato al raduno che si svolgerà a Domegge.

C'è inoltre, per chi desiderasse, la possibilità di visitare Musei e siti d'interesse storico e naturalistico o partecipare a incontri e mostre dedicate alla montagna ed all'alpinismo

**Coordinatore di escursione:** Angelo Brambillasca  
in collaborazione con:  
**CAI Bergamo e CAI Vaprio d'Adda**

**Domenica  
6 Luglio**

**Rifugio Chabod**  
Valsavarenche (AO)

**E**

*rif cod 185*

**Tempo totale:** ore 5,30 escluse soste

**Dislivello totale:** 900 m circa - **Quota max:** 2750 m

**Punti di appoggio:** Casolari di Lavessey

Presenza di acqua sul percorso:

**Il percorso inizia a:** Pravieux 1871 m

**e termina a:** Pravieux 1871 m

**Consigli e descrizione:** Abbigliamento media Montagna, bastoncini, pranzo al sacco/ rifugio.

Questa è una delle innumerevoli escursioni che si possono fare nel parco del Gran Paradiso.

In circa tre ore di cammino saremo nel “cuore” del Parco.

Il sentiero parte da Pravieux 1871 m, in alta Valsavarenche ed era un’ itinerario di caccia per i signori di casa Savoia.

La salita al rifugio è graduale e nella prima ora ci si addentra in un bosco di larici fino a giungere ai casolari di Lavessey, dopodiché con altre 2 ore di cammino si arriva al Rifugio Chabod, che è posto in una posizione privilegiata al cospetto dei massicci rocciosi del Gran Paradiso.

**Coordinatori di escursione:**

Massimo Biella, Giacinto Passoni

**06/13 Luglio**

**SETTIMANA VERDE  
S.MARTINO DI CASTROZZA**

**EE/E/T**

*rif cod 190*

**HOTEL SAVOIA** - Via Passo Rolle, 233 – [www.hotelsavoia.com](http://www.hotelsavoia.com)  
Pensione completa (vino/acqua ai pasti inclusi/sacchetto per il pranzo), utilizzo del piccolo centro benessere.



Quest'anno, dopo la puntata dell'anno scorso in Engadina, si ritorna in Italia sulle Dolomiti. E che ritorno! le Pale di S.Martino da una parte, l'Hotel Savoia dall'altra. Chi frequenta da un po' di anni le nostre settimane si ricorderà sicuramente la bellissima settimana trascorsa a S.Martino nel "lontano 2006" (sosta e visita al parco di Paneveggio, Bassano del Grappa, escursioni per tutti i livelli in un ambiente unico, tempo splendido).

L'hotel Savoia lo ricordiamo tutti per l'ottimo trattamento e per la gentilezza dei proprietari. Era già allora una buona struttura

che è stata migliorata ulteriormente, ristrutturando soprattutto la parte interna, che ha portato (ahimè) ad una riduzione del n. di camere. Questo comporterà una limitazione delle camere singole ed un invito a camere triple (sempre che le richieste siano numerose come in passato). E' comunque prevista la possibilità di avere camere aggiuntive in un hotel vicino, con cena tutti insieme al Savoia.

Stiamo progettando interessanti percorsi (mutuando anche l'esperienza del 2006), cercando di riuscire a soddisfare tutti i gusti di escursionismo, dal livello dell'alpinista a quello del più tranquillo turista.

Il programma dettagliato è in preparazione e sarà disponibile all'inizio di Febbraio 2014, per l'apertura delle iscrizioni.

Ci auguriamo di ripetere le esperienze precedenti, che ci hanno lasciato bei ricordi: vi aspettiamo numerosi.

*Le foto sono dell'archivio CAI Vimercate 2006*

**Coordinatori di escursione:** Guido Lovati, Beppe Galli, Pasquale Stucchi, Claudia Vertemati, Sergio Meneghini



**Domenica**  
**13 Luglio**

**MONTE TAGLIAFERRO**

Rima - (VC)

**EE**

*rif cod 195*

**Tempo totale:** ore 4,30 salita - 3,30 discesa

**Dislivello totale:** 1570 m - **Quota max:** 2994 m

**Punti di appoggio:** Rifugio Ferioli

Presenza di acqua sul percorso:

**Il percorso inizia a:** Rima 1411 m

**e termina a:** Rima 1411 m

**Consigli e descrizione:** abbigliamento da montagna, scarponi, Bastoncini, pranzo al sacco.

Da Rima, 1411 m, ultimo villaggio della Val Sermenza, si segue il sentiero per il Colle Mud e il Rifugio Ferioli per poi prendere a sinistra lungo il sentiero 318 fino al Passo del Gatto 2730 m, dove, seguendo un traccia che sale traversando inizialmente sul versante di Alagna, si raggiunge la cima del Tagliaferro 2964 m.

**Coordinatori di escursione:** Lauro Villa,  
Ombretta Mondonico



**Domenica  
20 Luglio**

**Becca di Trecarè**  
Val D'Ayas – (AO)

**EE**

*rif cod 196*

**Tempo totale:** percorso A, ore 6,30 circa alla cima e ritorno escluso sosta.

**Tempo totale:** percorso B, ore 4,30 al Rifugio e ritorno

**Dislivello Totale A:** 1342 m - **Quota max:** 3031 m

**Dislivello Totale B:** 845 m - **Quota max:** 2534 m

**Punti di appoggio:** Rifugio del Gran Tournalin  
Presenza di acqua sul percorso:

**Il percorso inizia a:** St. Jacques 1689 m

**e termina a:** St. Jacques 1689 m

Consigli e descrizione: abbigliamento per media /alta montagna-bastoncini – pranzo sacco/rifugio

Con il pullman sino a St. Jacques, dopo Champoluc, a metri 1689, da dove ha inizio il percorso.

Dopo circa 2 ore e 30 minuti si arriva al rifugio del Gran Tournalin 2534 m, percorso A.

Dal rifugio in circa 1 ora e 30 si arriva alla Becca di Trecarè 3031 m, da dove si può ammirare un superbo panorama sul Cervino.

**Coordinatori di escursione:** Giorgio Veronesi,  
Maria Teresa Tartaro

**Mercoledì**  
**23 Luglio**

***Parco nazionale Alpe Veglia Devero***

Il grande "Nord" delle Alpi,  
Devero-Crampiolo-Alpe Forno-  
Alpe Sangiatto

**E/EE**  
*rif cod 200*

**Tempo totale:** ore 6

**Dislivello totale:** 600 m – **Quota max:** 2220 m

**Punti di appoggio:** Alpe Forno - Crampiolo

Presenza di acqua sul percorso: sì

**Il percorso inizia a:** Alpe Devero 1630 m

**e termina a:** Alpe Devero

**Consigli e descrizione:** Abbigliamento e scarpe da trekking, pranzo al sacco. Da Alpe Devero si sale a Crampiolo passando per il "laghetto" delle streghe, che merita di esser visto per le sue acque smeraldine. Si sale al lago di Codelago, che costeggiamo per un buon tratto. Il panorama si allarga, si percorre la strada di servizio dell'Alpe Forno che si snoda in bellissimi boschi di larici e pini. In giugno-luglio le fioriture di rododendri sono spettacolari. La traccia è sempre evidente e alla fine del Lago Azzurro il sentiero prende quota. La strada risale la costa e dopo rapidi tornanti raggiunge l'Alpe Forno 2220 m. Dopo pranzo si riparte, ma siamo in quota e ci rimarremo per un lungo tratto. Dall'Alpe si segue il sentiero pianeggiante ben segnato da ometti e paletti che guidano in inverno gli sciatori. Praterie, laghi, nevai ed acqua di fusione che scende dalle cime innevate. Il sentiero perde leggermente quota toccando alpeggi ormai abbandonati. Dall'Alpe Valle il sentiero risale in bellissimi boschi di larici. Si percorre la zona delle torbiere (area protetta) con gli eriofori in fiore. Altri due alpeggi e si scende all'Alpe Sangiatto. Il tempo di tirare il fiato e scattare le foto ai due laghetti dell'Alpe con le cime che si specchiano nelle acque per scendere all'Alpe Devero, dove ci aspetteranno i pulmini per il rientro a casa.

**Coordinatore di escursione:** Piero Mauri

**Aiuto-coordinatori:** Guido Lovati – Rolando Viscardi

**Domenica  
27 Luglio**

**PIZ LANGUARD** 3262 m  
Pontresina – CH

**EE**

*rif cod 205*

**Tempo totale:** ore 7,00 circa escluse soste

**Dislivello totale:** 1457 m - **Quota max:** 3262 m

**Punti di appoggio:**

Presenza di acqua sul percorso:

**Il percorso inizia a:** Pontresina 1805 m

**e termina a:** Pontresina 1805 m

**Consigli e descrizione:** abbigliamento da montagna, scarponi, bastoncini, pranzo al sacco, **documento d'identità**.

Il Piz Languard si trova sopra Pontresina, nel Canton Grigioni. È un bellissimo corno roccioso, da ovunque lo si osservi. Novanta metri sotto la vetta, sopra un terrazzino roccioso, si trova la Chamanna Georgy.

**Coordinatori di escursione:** Ombretta Mondonico

<b>Mercoledì</b> <b>30 Luglio</b>	<b>Il "Sentiero dei Fiori"</b> tra Val Seriana e Val Brembana <div style="text-align: right;">E/EE</div> <div style="text-align: right;"><i>rif cod 210</i></div>
--------------------------------------	---

**Tempo totale:** A, ore 6,00 - B, ore 4,00

**Dislivello totale:** A, 1037 m – B, 742 m

**Quota max:** A, 2078 m Bocchetta di Corna Piana  
 B, 1784 m Lago Branchino

**Punti di appoggio:** Rif.Branchino/Capanna 2000/Alpe Corte

**Presenza di acqua sul percorso:** sì

**Il percorso inizia e termina a:** Valcanale (Babes) BG 1042 m

**Consigli e descrizione:** Abbigliamento e scarpe da trekking - pranzo al sacco o al rif. Branchino (privato)

**Sentieri C.A.I. n. 220, 218, 222 Kompass n. 104**

Il "Sentiero dei Fiori" è uno splendido itinerario escursionistico/botanico che si snoda a 2.000 metri intorno al Pizzo Arera tra un'infinità di specie floreali, alcune presenti solo in questi luoghi. La quantità di fiori che si incontrano è tale che perfino i ricchi tappeti di Stelle Alpine sembrano banali, se si ha la fortuna di azzeccare il periodo di fioritura. Lasciato il bus a Valcanale, per mulattiera ci si incammina in direzione del rif. Alpe Corte, che si lascia in parte all'andata, quindi per sentiero si raggiungono la baita di Neel, il rif. Branchino e il Lago 1784 m (2.15h), **meta del gruppo B.**

**Il gruppo A** prosegue e raggiunge il passo Branchino, quindi per un ripido ghiaione il Passo di Val Vedra 2035 m (+ 0,30h), da dove il sentiero in quota e con andamento pianeggiante raggiunge la Capanna 2000, 1970 m (+ 0,50h) si ritorna quindi al passo di Branchino (+ 0,40h) per il sentiero ad anello che parte appena sotto la Capanna, da lì ridiscendiamo a Valcanale con deviazione al rif. Alpe Corte (+1,45h).

**Coordinatore di escursione:** Luigi Chirico

**Aiuto-coordinatori:** Angelo Brambillasca, Gianni Beretta

**Domenica**  
**3 Agosto**

**TESTA GRIGIA**

Champoluc - Val d'Ayas (AO)

**EE**

*rif cod 215*

**Tempo totale:** ore 7,00 escluse soste

**Dislivello totale:** 1334 m - **Quota max:** 3314 m

**Punti di appoggio:** Bivacco Lateltin 3132 m

Presenza di acqua sul percorso: si

**Il percorso inizia a:** Crest 1980 m

**e termina a:** Crest 1980 m

**Consigli e descrizione:** abbigliamento completo di alta montagna, scarponi, bastoncini, pranzo al sacco.

Il Testa Grigia è la cima più alta collocata sul contrafforte roccioso che separa le valli Lys e d'Ayas. In vetta si gode di un panorama grandioso sull'arco alpino che spazia dal Monviso, al Gran Paradiso, dal Monte Bianco, al Cervino e a tutto il gruppo del Rosa.

Si attraversano: il villaggio Walser di Cuneaz 2032 m, i laghi Pinter e successivamente il colle Pinter 2786 m, possibile meta per i meno allenati. Al colle lo spettacolo è veramente bellissimo sulla valle di Gressoney e la Valle d'Ayas.

**Trasferimento con mezzi propri,**  
**numero partecipanti massimo 20 persone**

**Coordinatori di escursione:** Annalisa Scaccabarozzi,  
Manuela Fontana

**Da Martedì  
5 Agosto  
a Sabato  
9 Agosto**

## ***Pale di San Martino***

**Traversata – E/EE**

*rif cod 219*

### **TRASFERIMENTO CON MEZZI PROPRI**

Grande itinerario che permette di percorrere per intero il Gruppo delle Pale di San Martino. Si raggiungono alcune delle vette più accessibili e panoramiche, e si attraversa il grande Altopiano delle Pale, suggestivo cuore del Gruppo.

**1° Giorno: Martedì 5 Agosto**

**Tempo totale:** ore 3,00

**Dislivello Totale:** 591 m – **Quota massima** 2571 m

**Il percorso inizia a:** Passo Rolle 1980 m

**Il percorso finisce a:** Rifugio Mulàz 2571 m

**Facoltativo:** M. Mulàz 2906 m - **Tempo totale:** ore 1,45 A/R

**Consigli:** abbigliamento alta montagna, scarponi, pernottamento, cena e colazione al rifugio, sacco lenzuolo.

**Descrizione:** Dal Passo Rolle per sentiero o con la seggiovia alla Baita Segantini 2170 m; si scende alla testata della Val Venegiotta, costeggiando le imponenti pareti occidentali del Cimon della Pala, Cima Vezzana e Bureloni; si sale al Passo del Mulaz 2619 m, si scende brevemente al Rifugio Mulaz. Dal rifugio si può facilmente raggiungere il Monte Mulàz in circa 1 ora.

**2° Giorno: Mercoledì 6 Agosto**

**Il percorso inizia a:** Rif. Mulàz.

**Il percorso finisce:** Rif. Rosetta 2581 m

**Dislivello Salita:** 1200 m - **Dislivello Discesa:** 900 m

**Quota Max:** Cima dei Bureloni 3130 m

### **Descrizione:**

Si sale al Passo delle Farangole 2814 m, si scende brevemente poi si risale verso il Passo dei Bureloni, dal quale per facili gradoni si raggiunge la Cima dei Bureloni. Si scende per la Val Grande fino a dove sbocca nella Val delle Comelle, che si percorre fino al Rif. Rosetta.

**3° Giorno: Giovedì 7 Agosto****Inizio percorso:** Rif. Rosetta 2581 m**Fine percorso:** Rif. Treviso 1631 m**Quota massima:** Cima Fradusta 2939 m**Dislivello in salita:** 400 m - **Dislivello in discesa:** 1300 m**Tempo complessivo:** ore 6,00 escluse soste

**Descrizione:** Dal Rifugio Rosetta si attraversa l'Altopiano delle Pale verso la Forcella Alta del Ghiacciaio 2727 m, dalla quale lungo la facile cresta NE si raggiunge la Cima della Fradusta. Si scende e si raggiunge il Passo Canali 2469 m, dal quale per la Valle dei Canali si arriva al Rifugio Treviso.

**4° Giorno: Venerdì 8 Agosto****Inizio percorso:** Rif. Treviso 1631 m**Fine percorso:** Rif. Pradidali 2278 m**Quota massima:** Passo delle Lede 2695 m**Dislivello in salita:** 1160 m - **Dislivello in discesa:** 500 m

**Descrizione:** Dal Rifugio Treviso si imbecca il solitario e selvaggio Val-lone delle Lede che si risale fino alla sua sommità. Dal Passo delle Lede si scende verso il Lago Pradidali e si raggiunge l'omonimo Rifugio.

**5° Giorno: Sabato 9 Agosto****Inizio percorso:** Rif. Pradidali 2278 m**Fine percorso:** Passo Rolle 1980 m**Quota massima:** Passo Rosetta 2572 m**Dislivello in salita:** 850 m - **Dislivello in discesa:** 1000 m**Tempo complessivo:** ore 5,00 escluse soste**Descrizione:**

Dal Rifugio Pradidali si sale al Passo di Ball 2443 m, poi si traversano le pendici della Pala di San Martino e si sale al Passo della Rosetta. Si scende al Rifugio Col Verde 1965 m, dal quale si attraversa in quota lungo il Sentiero dei Finanzieri, che riporta al Passo Rolle.

**Coordinatore di escursione:** Andrea Miglio

**Mercoledì  
6 Agosto**

***Pian dei Cavalli***  
Da Starleggia a Starleggia (SO)

**T/E**

*rif cod 220*

**Tempo totale:** ore 7,00

**Dislivello totale:** 350 m / 780 m - **Quota max:** 2322 m

**Punti di appoggio:** solo per percorso B

Presenza di acqua sul percorso: si

**Il percorso inizia a:** Starleggia (SO) 1565 m

**e termina a:** Starleggia (SO) 1565 m

**Consigli e descrizione:** Abbigliamento e scarpe da trekking, pranzo al sacco.

L'escursione ha in comune per i due percorsi A e B la salita nella valle di Starleggia, fra boschi di larici e alpeggi con vista sul versante opposto della Valle Spluga, sino all'alpe Gusone 1900 m, dove termina la salita del gruppo B, che rientra raggiungendo il nucleo di S.Sisto (tipico borgo di Carden) e proseguendo per Starleggia.

Il gruppo A risale dall'alpe Gusone su ripido pendio sino ad una sella a 2300 m, da cui il panorama spazia sino al Lago di Montespluga, si prosegue addentrandosi nel Pian dei Cavalli sino al lago Bianco 2322 m.

La discesa su comodi sentieri si percorre una dorsale adibita a pascoli, in particolare per i cavalli Haflinger, un tempo utilizzati per i lavori agricoli. Raggiunta l'Alpe Zoccana 2000 m, si scende per ripidi tornanti all'Alpe Toiana e al delizioso nucleo di S.Sisto e infine per ripido sentiero a Starleggia.

**Coordinatore di escursione:** Pasquale Stucchi

**Aiuto-coordinatori:** Claudia Vertemati, Guido Lovati,  
Gualtiero Mattavelli



**Mercoledì  
20 agosto**

**Brusson - Rifugio Arp 2400 m  
e Punta Valnera**

**E /EE**

*rif cod 230*

**Tempo totale:** ore 6 percorso 'A' - ore 4 percorso 'B'

**Dislivello totale:** 939 m percorso 'A' - 480 m percorso 'B'

**Quota max:** A, 2754 m - B, 2400 m

**Punti di appoggio:** vari punti sul percorso

**Presenza di acqua sul percorso:** sì

**Il percorso inizia e termina a:** Estoul (AO) 1839 m

**Consigli e descrizione:** Abbigliamento e scarpe da montagna, pranzo al sacco

Il rifugio è un posto tappa del sentiero intervallivo regionale nel tratto compreso tra Gressoney-S.Jean e Champoluc.

Il percorso 'A' parte da Estoul 1815 m si sviluppa per la prima parte nel bosco; una volta usciti si arriva ai laghi di Estoul 2451m, quindi al colletto di Valnera 2670 m per arrivare in cima alla Punta Valnera 2754 m. Dalla cima la vista spazia su gran parte della testata della valle di Gressoney con le cime e ghiacciai del monte Rosa in primo piano. Ritornati al colletto, si continua verso ONO traversando diagonalmente sotto la punta Valfredda e si arriva al rif. Arp 2400 m. Ritorno con il gruppo 'B'

Il percorso 'B' dopo la prima parte condivisa con il percorso 'A', prende la stradina sterrata che entra nel vallone di Palasina, passando vicino al lago Litteran 2220 m prosegue fino a fondovalle dove si lasciano ad E i laghi di Palasina e dopo alcuni tornanti raggiunge il rifugio.

Si ritorna a Estoul per lo stesso percorso di salita.

**Coordinatore di escursione:** Beppe Appiani

**Aiuto-coordinatori:** Ernesto Tresoldi, Gianni Beretta, Walter Maiocchi, Rolando Viscardi

**Da Lunedì 25  
a Venerdì  
29 Agosto**

**ENGADINA BICICLETTA  
ESCURSIONI-PASSEGGIATE**  
St Moritz - Hotel REINE VICTORIA

*rif cod 240*

**Tempi / difficoltà / dislivelli da definire con i partecipanti**

**Punti di appoggio:** aree picnic e rifugi  
**I percorsi iniziano e terminano a:** St Moritz

**Consigli bici / Abbigliamento adeguato al tipo di attività scelta**

**Descrizione:** Visto l'interesse per le uscite in bicicletta, quest'anno ci spingiamo oltre i confini e per non lasciarci mancare nulla faremo una vacanza di 4 notti/5 giorni dedicata alla in bicicletta pedalando sulle più belle ciclabili dell'Engadina.

Per non rimanere soli invitiamo anche chi vuol godersi una vacanza camminando sulle cime (più o meno alte) che non abbiamo ancora raggiunto nella settimana di trekking 2013. Questo vuol dire un programma aperto a tutti gli amanti della montagna.

P.S. Possibilità di noleggio bici sul posto.

**Coordinatori di escursione:** B.Galli / P.Stucchi /  
C.Vertemati / G.Lovati/A. D'Emilio

**Mercoledì  
3 Settembre**

**Alagna Valsesia (VC)**  
Alpe Sattal e Val d'Otro

EE/E

*rif cod 250*

**Tempo totale: "A"** (Alpe Sattal) ore 4,30

**Tempo totale: "B"** (Otro) ore 2

**Dislivello totale: "A"** 900 m / **"B"** 550 m

**Quota max: "A"** Alpe Sattal 2097 m, **"B"** Otro 1650 m

**Punti di appoggio: -**

**Presenza di acqua sul percorso: sì**

**Il percorso inizia e termina a:** Alagna Valsesia (1191 m)

**Consigli e descrizione:** Abbigliamento e scarponcini da montagna - pranzo al sacco o in rifugio

**Alpe Sattal:** Il percorso è impegnativo, ma non ha passaggi difficili. Si può dire che l'Alpe Sattal sia una "balconata sul Rosa", che appare nella sua maestosità: Punta Gnifetti con la Capanna Margherita (4559 m), Punta Parrot, Punta Giordani e vista su Val d'Otro, Corno Bianco, Tagliaferro, Valsesia, etc...

**Valle d'Otro:** Il sentiero che conduce nella splendida piana di Otro con la sua storia secolare, la natura intatta e le sue frazioni, immutate testimoni della civiltà Walser, è quello del TMR (Tour Monte Rosa), facile.

L'itinerario semplice e adatto a tutti, offre la possibilità di contemplare uno dei paesaggi più poetici e più naïve di tutta la Valsesia. Volendo, con altri 45 minuti di cammino, si può raggiungere l'alpe Pianmisura (1780 m).

**Coordinatore di escursione:** Giuseppe Franzosi

**Aiuto-coordinatori:** Claudio Staffa, Costantino Mattavelli

**Domenica  
7 Settembre**

**Conca dei Laghi**  
Valpelline – (AO)

**E/EE**

*rif cod 255*

**Tempo totale:** ore 5,00 A/R escluso soste

**Dislivello Totale A:** 1000 m circa – **Quota massima:** 2999 m

**Facoltativo:** ore 1,30 A/R escluse soste

**Dislivello Totale B:** 550 m circa – **Quota massima:** 2483 m

**Punti di appoggio:** -

Presenza di acqua sul percorso: -

**Il percorso inizia e termina a:** Place Moulin 1950 m

**Consigli e descrizione:** abbigliamento da media montagna, scarponi, pranzo al sacco. Itinerario che porta in una conca solitaria, costellata di laghi, circondata da alte vette e con vista spettacolare sulla catena delle Grand Murailles.

**Percorso base B:** Dalla diga di Place Moulin 1950 m, si sale all'Alpe Greysemma, poi alle baite alte di Seytives 2455 m. Poco prima di esse si prende un sentiero che porta all'appartato Lago di Mont Ross 2628 m. Si risale un canale per raggiungere il bellissimo Lac des Tetes 2708 m. Si attraversa verso est per arrivare al Lac Long 2720 m, poi ci si addentra nella Conca dei Laghi tra grossi massi e lastroni pianeggianti, fino all'ampio Lac Mort 2843 m.

**Facoltativo A:** Dalle rive del Lac Mort, si può salire alla Punta Gerlach 2999 m, ottimo belvedere, costeggiando con facile arrampicata la cresta Ovest.

**Discesa:** dal Lac Long si scende direttamente alla diga, senza passare per gli altri laghi.

**Trasferimento con mezzi propri,  
numero partecipanti massimo 20 persone**

**Coordinatori di escursione:** Andrea Miglio, Massimo Biella

**Mercoledì  
10 Settembre**

**Valmalenco,**  
Vedretta Di Fellaria,  
Sentiero glaciologico "Marson"

**E**

*rif cod 260*

**Tempo totale:** Percorso A, circa 7 ore — B, circa 5 ore

**Dislivello totale:** A, 850 m - B, 615 m **Quota max:** 2633 m

**Punti di appoggio:** Rifugio Bignami 2400 m

**Il percorso inizia a:** Park sopra Rifugio Cainallo 1440 m

**Il percorso inizia e termina a:** Campo Moro - Lanzada (SO)

**Consigli e descrizione:** Abbigliamento e scarpe da trekking - pranzo al sacco o in rifugio. L'escursione, che si svolgerà in ambiente prettamente glaciale, sarà preceduta in sezione da una serata divulgativa di carattere glaciologico, geologico e floristico. Il percorso inizia a quota 2000 m sul piazzale del rif. Poschiavino. Costeggiando il bacino artificiale si arriva sotto la diga di Alpe Gera, la si risale. Costeggiando sul lato sin. orografico il secondo lago artificiale si arriva all'Alpe Gembrè (2214 m). Proseguendo verso nord si attraversano le cascate del torrente che impetuoso fuoriesce dal ghiacciaio di Fellaria. Proseguendo nel percorso si risale la dorsale morenica sulla quale si trova il Rifugio Bignami (2400 m – 3 ore dalla partenza). Qui termina il percorso "B".

Gli escursionisti del gruppo "A" si addentreranno nella vallecola periglaciale e poi sulla morena della vedretta di Fellaria Occidentale fino ad arrivare ai piedi del medesimo ghiacciaio dove si trova un grazioso laghetto (2633 m 1,15 ore dal rifugio) alimentato dalle acque di fusione glaciale. Il ritorno, dal rif. Bignami alla diga dell'Alpe Gera, avverrà percorrendo il sentiero sul lato orografico dx del lago completando il periplo dello stesso.

Al Rifugio Bignami ci sono dei pannelli divulgativi che illustrano molto bene il percorso del sentiero "Glaciologico" Marson.

**Coordinatore di escursione:** Angelo Brambillasca

**Aiuto-coordinatori:** Sara Maglio

**Settembre**  
**dal 8 al 15**  
**e**  
**dal 15 al 22**

## **MARE&MONTI**

Nel cuore verde d'Italia: **Le Marche**

T/E

*rif cod 270 - 271*

**Viaggio in Pullman** , 7 notti a Marcelli di Numana -  
Riviera del Conero Hotel K2 \*\*\* - [www.hotelk2.com](http://www.hotelk2.com)

**Organizzazione / Assistenza Turistica / Ambientale:**

Il Ponticello Trekking e Natura (Pesaro)

Pianificazione iscrizioni: programma escursioni disponibili da gennaio, adesioni entro febbraio 2014, versamento saldo entro giugno 2014.

**IMPORTANTE : MAX 50 PERSONE PER SETTIMANA  
NEL CASO DI ADESIONI SUPERIORI NELLE DUE SET-  
TIMANE DI SETTEMBRE VERRA' VALUTATA LA POSSI-  
BILTA' DI UNA 3\* SETTIMANA NEL MESE DI MAGGIO**

Dopo l'abbuffata di mare/aerei/aliscafi alle Egadi nel 2013 (abbuffata comunque di grande richiamo considerando le 4 settimane), nel 2014, mantenendo fede alla nostra politica di alternanza (1 anno sulle isole / 1 anno sulla terraferma), abbiamo scelto le Marche/Riviera del Conero/Numana.

Non tutte le regioni possono vantare la ricchezza e la varietà di paesaggi offerti dalle Marche che ospitano nel proprio territorio aree naturali protette di eccezionale valore ambientale con possibilità di interessanti / impegnative escursioni nell'entroterra.

Il nostro programma escursionistico:

- Mare/Monti (traversate di Parchi Naturali+bagno)
- Paesaggi Collinari
- Alte Vette

Programma vario adatto a camminatori allenati (5/15 km giornalieri - dislivelli da 300 a 800 m). Avendo a disposizione un nostro pullman si potranno valutare con la guida eventuali alternative che accorcino i percorsi più faticosi.



Grotte di Sant' Esustachio

Monte Conero Nord



Monte San Bartolo

Monte San Vicino



**Coordinatori di escursione:** Beppe Galli, Claudia Vertemati, Pasquale Stucchi, Giancarlo Caporale, Alfredo D'Emilio, Mira Vigato, Sergio Meneghini

**Domenica**  
**21 Settembre**

**GALEHORN**  
Engiloch (Svizzera)

**E/EE**

*rif cod 275*

**Tempo totale:** ore 5,00 escluse soste

**Dislivello Totale:** 1050 m circa — **Quota max:** 2797 m

**Punti di appoggio:** -

Presenza di acqua sul percorso: -

**Il percorso inizia e termina a:** Engiloch 1769 m

**Consigli e descrizione:** abbigliamento completo di media montagna, scarponi, bastoncini, pranzo al sacco.

***Necessario il documento d'identità.***

Il Galehorn si trova nella zona del Sempione ed offre un notevole panorama sui vicinissimi Monte Leone e Fletschhorn ed inoltre sui 4000 del vallese, Dom, Taschhorn, Alphubel, Allalihorn, e dell' Oberland, Aletschhorn, Jungfrau, Finsteraarhorn. La salita è gratificata dalla vista di una bellissima cascata e dai graziosi laghi di Sirmoltese.

Escursione alla portata di chi possiede già un discreto allenamento; si cammina prevalentemente su sentieri e mulattiere.

**Coordinatori di escursione:** Annalisa Scaccabarozzi,  
Alberto Mauri



**Mercoledì**  
**24 Settembre**

**“Anello della MANINA”**

Lizzola (BG)

**E**

*rif cod 280*

**Tempo totale:** A, ore 5,30 - B, ore 4,00

**Dislivello totale:** A, 691 m - B, 551 m

**Quota max:** A, 1961 m Lago di Sasna- B 1821m Chiesetta della Manina

**Punti di appoggio:** no

**Presenza di acqua sul percorso:** no

**Il percorso inizia e termina a:** Lizzola (BG) 1270 m

**Consigli e descrizione:** Abbigliamento e scarpe da trekking, pranzo al sacco. **Sentieri CAI n. 307, 304, 322 Kompass n.104**

L'area del passo della Manina fu per secoli e fino un recente passato area di intenso sfruttamento minerario. Lasciato il bus, si imbecca il sentiero posto di fronte all'hotel Lizzola 2000 per prati e boschi, fino a raggiungere la stazione inferiore dell'Alpe Cavandola e per pascoli la Baita Asta Bassa 1427 m, quindi un sentiero ripido porta al crinale che divide la Val Seriana dalla Valle di Scalve e da lì alla Chiesetta della Manina 1821 m (1,45h).

Per la discesa dal passo della Manina si segue il “Sentiero delle Orobie”, che tagliando trasversalmente la montagna raggiunge i ruderi della Baita Fles e la Baita Crostaro, fino all'incrocio con il sentiero 322 (+1,00h), quindi il gruppo “B” svoltando bruscamente a sinistra, raggiunge in discesa le Piane e Lizzola (+1,15h). Il gruppo “A”, invece, all'incrocio con il 322 svolta a destra e con ripido sentiero tra bellissime cascate e ampi panorami sui monti circostanti raggiunge le Baite di Sasna e l'omonimo lago 1961 m (+1.00h dall'incrocio).

Il ritorno è sul medesimo sentiero fino all'incrocio, quindi come percorso B (+ 1,45h)

**Coordinatore di escursione:** Luigi Chirico

**Aiuto-coordinatori:** Angelo Brambillasca, Ernesto Tresoldi, Sergio Colla

**Domenica**  
**28 Settembre**

**Alp Trupchun – Parco Naz. Svizzero**  
Engadina - CH

T/E

*rif. cod 285*

**Tempo totale** : ore 5,30 circa escluso sosta

**Dislivello Totale:** 400 m circa

**T per chi si limita a raggiungere il:** Rif. Varusch

**E fino:** all'Alp Trupchun 2040 m

**Punti di appoggio:** Chamanna Varusch

Presenza di acqua sul percorso:

**Il percorso inizia e termina a:** S-chanf 1662 m

**Consigli e descrizione:** abbigliamento per media /alta montagna-bastoncini – pranzo sacco/rifugio.

Partenza da S-chanf 1662 m, attraverso pascoli e boschi, arrivo dopo 1 ora e 15 min alla Capanna Varusch.

La capanna di Varusch si trova nel cuore del paesaggio intatto della Val Trupchun nel Parco Nazionale Svizzero, lontano dal quotidiano vivace dell'Alta Engadina (potrebbe essere il punto di arrivo x chi non vuole camminare molto).

Da questo punto si prosegue nella selvaggia intatta Val Trupchun, fino ad arrivare dopo 1 ora e 45 min (tot 3 ore) all'Alp Trupchun 2040 m, meta finale della nostra escursione.

Si percorre il ritorno in circa 2 ore e 30 min (possibili deviazioni su sentieri alternativi).

**Coordinatori di escursione:** Tiziano Favalli,  
Massimo Biella

**Mercoledì  
1 Ottobre**

**Corni della Torre (Bles)**

da Canè, Parco Nazionale dello Stelvio  
- Alta Val Camonica (BS) E(A)-T(B)

*ref. cod 290*

**Tempo totale:** circa 5 ore (A) – 3,30/4,00 (B)

**Dislivello totale:** +800/-1050 (A) +350/-650 (B)

**Quota max:** 2240 m (A) 1744 m (B)

**Punti di appoggio:** Agriturismo a Cortebona (Val Canè) **(da verificare se aperto in Ottobre)**, Bivacco CAI Macherio (baite Bles)

**Presenza di acqua sul percorso:** sì

**Il percorso inizia a:** Canè 1476 m - **e termina a:** Vione 1250 m

**Consigli e descrizione:** Abbigliamento da media montagna (scarponcini e bastoncini utili).

L'escursione presenta aspetti storici, per i ritrovamenti archeologici portati alla luce negli ultimi tre anni in località Canalino della Torre. Documenti del 1300 riportano l'esistenza in questo luogo di una fortificazione turrata. I primi insediamenti vengono fatti risalire ai tempi di Carlo Magno.

Attraversato l'abitato di Canè, si raggiunge la località Saline (A e B insieme). Il percorso A sale per strada bianca e sentiero ai Corni della Torre. Sosta e visita al sito archeologico. Discesa per il versante di Val di Canè a Cortebona. Quindi per le baite di Soncanè – Saline – Doc – Premia a VIONE.

Il percorso B da Saline prosegue a Dx su strada bianca fino a Cortebona (agriturismo, area picnic e acqua), da dove è possibile fare un giro nel fondovalle. Discesa per il lato opposto della valle, fino all'abitato di Canè, che si attraversa. Infine si raggiunge Vione passando per Premia.

A Vione è prevista la visita della chiesa parrocchiale (ricca di bellissime opere lignee).

**Coordinatore di escursione:** Guido Lovati

**Aiuto-coordinatori:** Claudio Staffa, Luciana Riva

**Domenica  
5 Ottobre**

**Passo Andolla**  
Valle Antrona (VB)

**EE**

*rif. cod 295*

**Tempo totale:** ore 6,00 escluso soste

**Dislivello Totale:** 950 m circa — **Quota max:** 2418 m

**Punti di appoggio:** Rifugio Andolla 2061 m

Presenza di acqua sul percorso:

**Il percorso inizia e termina a:** Cheggio 1494 m

**Consigli e descrizione:** abbigliamento di media montagna adatto alla stagione, scarponi, bastoncini, pranzo al sacco.

L'escursione al Passo di Andolla (2418 m) è l'ideale per immergersi nella natura selvaggia della Valle Antrona, nei pressi del rifugio Andolla è facile incontrare branchi di stambecchi al pascolo. Dal passo si gode uno splendido panorama sulla vallata, anche verso la parte Svizzera con la Weissmeis (4021 m) in primo piano.

Bella gita che non presenta grandi difficoltà eccetto la lunghezza di più di 15 Km.

Presenta, infatti, lunghi tratti in piano o falsopiano alternati, da rampe anche piuttosto pendenti.

**Coordinatori di escursione:** Annalisa Scaccabarozzi  
Ombretta Mondonico.

**Domenica  
12 Ottobre**

**Da Formazza a Salecchio**

Sulle orme dei Walser

**E**

*rif. cod 296*

**Tempo totale:** ore 4,00 andata escluso soste

**Dislivello Salita:** 350 m - Dislivello Discesa: 700 m

**Quota Massima:** Salecchio Superiore 1500 m

**Punti di appoggio:** -

**Il percorso inizia a:** Formazza (VB)

**e termina a:** Passo Premia (VB)

**Consigli e descrizione:** abiti e calzature comode da media montagna, mantellina o giacca a vento, bastoncini, pranzo al sacco.

Torniamo ad esplorare l'Ossola con l'accompagnatore naturalistico Mariano Zedda che ci condurrà alla scoperta della natura di questo lembo estremo del Piemonte e ci racconterà dell'affascinante cultura del popolo Walser.

**Coordinatore di escursione:** Roberto Galdini

**Mercoledì  
15 Ottobre**

**Rifugio Vodala Timogno**  
per la Val Sedornia

**E/EE**

*rif cod 300*

**Tempo totale:** percorso A ore 6,30 - percorso B ore 3,30

**Dislivello totale:** percorso A 1100 m - percorso B 460 m

**Punti di appoggio:** all'incrocio con sentiero da Tezzi Alti 1200

**Presenza di acqua sul percorso:** sì

**Il percorso 'A' inizia a:** Roccolo di Boario 1076 m

**e termina a:** Spiazzi di Gromo 1200 m

**Il percorso 'B' inizia e termina a:** Spiazzi di Gromo

**Consigli:** Abbigliamento e scarpe da montagna-pranzo al sacco o al rifugio

**Descrizione percorso A:** E' una lunga passeggiata, che richiede allenamento, è facile e remunerativo fino alla Baita alta di Fontanamora, un po' di attenzione (doline) fino al passo degli Omini e sulla cresta fino alla cima del Timogno 1099 m. Si raggiunge la Valsedornia, con un lungo percorso pianeggiante, attraverso la boscosa valle Grassa, si ammirano le più alte vette delle Orobie per arrivare allo spiazzo dell'acqua 1200m. Da qui il sentiero sale al passo degli Omini. Segue poi lo spettacolare crinale, dove si ammira ad O l'Arera e a S lago d'Iseo, a SE la Presolana; superata la cima Benfit 2172m si raggiunge la cima Timogno 2099 m. Si scende per la facile dorsale al rif. Vodala.

**Percorso B:** il sentiero parte dal lato SE dell'hotel Spiazzi, aggirando le piste da sci, sale in una annosa abetaia, prima alla baita Pegherolo 1437, quindi ai pascoli del rif. Vodala 1660 m. Discesa per lo stesso itinerario.

*Nota per il percorso A: se non ci sono le condizioni di tempo ottimali, si seguirà il percorso B fino al rifugio e proseguendo verso E al passo Vaccarezza, poi per la dorsale verso la cima al Timogno 1099 m*

**Coordinatore di escursione:** Ernesto Tresoldi

**Aiuto-coordinatori:** G.Beretta, W.Maiocchi, C. Staffa

**Mercoledì  
29 ottobre**

**PRANZO SOCIALE Gruppo Seniores  
Langhe (Piemonte)**

*rif cod 320*

**Descrizione:** programma turistico – culturale - enogastro-  
nomico da definire



**Coordinatori di escursione:** Consiglio Seniores + esperti  
del settore (Rolando Viscardi)

**Mercoledì**  
**12 novembre**

**Pomeridiana**

**Valle della Nava**  
da Usmate a Casatenovo

**T**

*rif cod 330*

**Tempo totale:** ore 3

**Dislivello totale:** trascurabile

**Punti di appoggio:** no

Presenza di acqua sul percorso:

**Il percorso inizia a:** Fraz. Impar a Usmate (MB)

**Il percorso finisce a:** Casatenovo (LC)

**Consigli e descrizione:** Scarpe da trekking e bastoncini  
(possibili tratti fangosi)

Percorso di fondovalle, con l'eccezione della salita alla Cascina Bernaga, che segue il tracciato dell'antica Roggia Nava in un ambiente agricolo con tratti molto suggestivi, pur essendo nei dintorni di casa nostra.

La prima parte dell'itinerario è inserita nel PLIS Parco del Molgora.

A Fornace di Lomagna il territorio si salda col Parco Regionale Curone-Montevicchia, il percorso poi prosegue nel fondovalle in ambiente raccolto e protetto, come un naturale laboratorio di biodiversità.

**Coordinatore di escursione:** Vitto Montrasio

**Aiuto-coordinatori:** Didi Caspani, Lucia Pastori,  
Eugenio Mariani



**Domenica**

.....

**PRANZO SOCIALE  
CAI VIMERCATE**

Località e data da definire

*rif cod 335*

Programma e località non ancora definiti, saranno esposte comunicazioni in bacheca appena possibile.

**Coordinatori:**

<b>Mercoledì</b> <b>26 Novembre</b>  <b>Pomeridiana</b>	<b>Parco del Basso Brembo</b> Seconda parte – SUD  <div style="text-align: right;">T</div> <div style="text-align: right;"><i>rif cod 340</i></div>
--	--

**Tempo totale:** ore 2,30

**Dislivello totale:** trascurabile

**Punti di appoggio:** no

Presenza di acqua sul percorso:

**Il percorso inizia a:** Marne (BG)

**Il percorso finisce a:** Pontirolo Nuovo (BG)

**Consigli e descrizione:** Abbigliamento e scarpe da trekking invernale.

Il percorso proposto è il seguito dell'itinerario già compiuto in gennaio, al fine di completare la conoscenza del territorio del PLIS Basso Brembo.

Anche questa camminata offre scorci e luoghi di un ambiente fluviale di grande interesse paesaggistico, quale la spettacolare forra presso Brembate.

Anche questa volta le GEV del Parco ci faranno da guida e con loro si valuterà il percorso più adatto, in relazione al meteo e al terreno.

**Coordinatore di escursione:** Didi Caspani

**Aiuto-coordinatori:** Vitto Montrasio

**Mercoledì**  
**10 dicembre**

**Pomeridiana**

**ASPETTANDO IL NATALE**

Sentieri attorno a Vimercate **T**  
"OVERLAND VIMERCATESE"

e scambio di auguri

*rif cod 350*

**Tempo totale:** ore dd

**Dislivello totale:** trascurabile

**Punti di appoggio:** Capannone Frigerio

**Il percorso inizia a:** Vimercate

**e termina a:** Vimercate – Capannone Frigerio

**Consigli e descrizione:** scarpe adatte a sentieri sterrati

Come tutti gli anni, il gruppo Seniores, in occasione della chiusura dei programmi annuali e dell'avvicinarsi delle festività, organizza una piacevole camminata nel verde vimercalese.

Il percorso sarà definito all'ultimo momento, anche in considerazione delle condizioni atmosferiche.

Partenza per tutti da via Mascagni (non è previsto l'utilizzo di mezzi di trasporto), per poi incontrarci al capannone della famiglia Frigerio, per vivere l'atmosfera Natalizia e scambiarci gli Auguri per un **Natale Sereno** e un **Felice Anno Nuovo**.

Sarà anche il momento per ufficializzare i programmi 2015 con la distribuzione dell'opuscolo sezionale.

**Coordinatore di escursione:** Giancarlo Maffei

**Aiuto-coordinatori:** Giuliana Delnovo, Enrico Frigerio,  
Franco Scaccabarozzi



*Engadina - Trenino rosso del Bernina*



*Da Nesso (CO) al Ponte del Diavolo*