

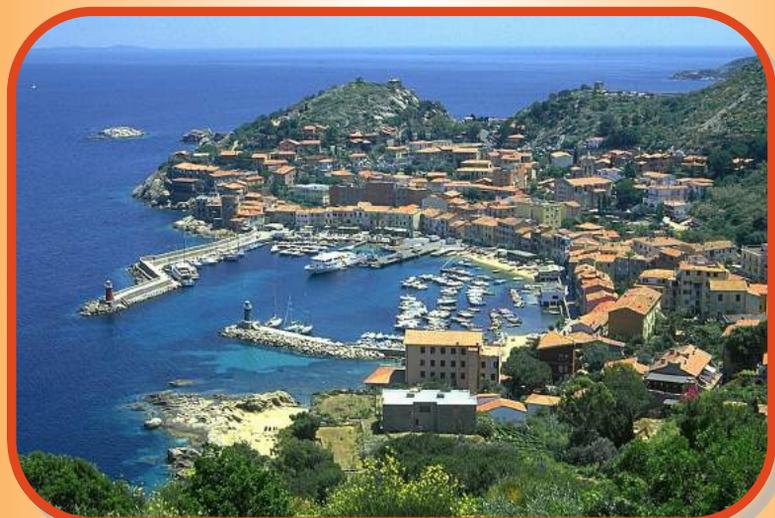


C.A.I. VILLASANTA

Sez. ANDREA OGGIONI



PROGRAMMA 2019





CAI Villasanta – Sezione Andrea Oggioni

SEDE SOCIALE:

Via Leonardo Da Vinci 68/A Villasanta – 20852 (MB)

Numero telefono fisso : 039/2051786

APERTURA SEDE:

Martedì e Venerdì dalle ore 21.00 alle ore 23.00

VISITA IL NOSTRO SITO: www.caivillasanta.org

E-MAIL: info@caivillasanta.org



SOCI ANNO 2018: n°603

TESSERAMENTO 2019

Socio Ordinario: 43.00 euro Socio Familiare: 22.00 euro
Socio Ordinario Juniores(18/25 anni): 22.00 euro
Socio Giovane: 16.00 euro 2°figlio: 9.00 euro

ATTENZIONE

Fino al 31 Marzo 2019 tutti i soci che non rinnovano sono coperti dall'assicurazione 2018. Dal 1 Aprile 2019 chi non rinnova perde assicurazione e rivista mensile fino alla data del nuovo rinnovo.

COME FARE PER ISCRIVERSI AL CAI

L'iscrizione al CAI è aperta a chiunque ne faccia richiesta.

L'iscrizione è semplice: bisogna presentarsi in sede con una foto formato tessera e compilare con i propri dati personali il modulo che verrà consegnato al momento.

Per i minori di età la domanda deve essere firmata da chi esercita la patria potestà.

L'ISCRIZIONE AL CAI OFFRE:

- la copertura assicurativa con la polizza infortunio e R.C. durante tutte le attività delle sezioni CAI;
- la copertura assicurativa per le spese di soccorso per le attività individuali di escursionismo, alpinismo, scialpinismo;
- l'abbonamento alla rivista mensile "Montagne 360".

Dal 2017 il servizio **GeoResQ** di geolocalizzazione e invio di richiesta di aiuto tramite smartphone è compreso nella quota associativa annuale CAI. Per installare gratuitamente l'APP, il Socio dovrà registrarsi sul sito www.georesq.it e sull'APP, scaricandola dallo store, da qui una funzionalità appositamente realizzata verificherà, tramite l'inserimento del proprio Codice Fiscale - l'avvenuta iscrizione al Sodalizio e quindi la possibilità di attivazione gratuita del servizio. Il servizio GeoResQ, gestito dal Corpo Nazionale Soccorso Alpino e Speleologico (CNSAS) e promosso dal CAI, consente di determinare la propria posizione geografica, di effettuare il tracciamento in tempo reale delle escursioni, garantisce l'archiviazione dei percorsi sul portale dedicato, ed in caso di necessità l'inoltro degli allarmi e delle richieste di soccorso attraverso una centrale operativa attiva 7 giorni su 7 e 24 ore su 24. GeoResQ è un valido aiuto per incrementare la sicurezza delle escursioni e per il rapido inoltro delle richieste d'aiuto in caso di emergenza.

REGOLAMENTO - ISCRIZIONI ALLE GITE

- Le Iscrizioni alle gite si ricevono in sede: Martedì e Venerdì dalle ore 21.00 alle ore 23.00.
- Non si accettano prenotazioni telefoniche.
- Si possono prenotare tutte le gite dell'anno in programma; versando l'intera quota per le giornaliere, un acconto per le altre di più giorni, il saldo Vi verrà chiesto a tempo debito.
- Le iscrizioni si ritengono chiuse il Martedì prima della gita o a pullman completo.
- Onde evitare la spiacevole sorpresa di rimanere a casa siete pregati di iscrivervi per tempo ... tenete d'occhio le bacheche, consultate il nostro sito-internet !
- Il Consiglio, per motivi organizzativi ha la facoltà di modificare orari, sospendere o annullare le escursioni in programma ... date, itinerari e organizzazione potranno subire variazioni in rapporto alla situazione meteorologica e ambientale ... In caso di annullamento di una o più gite, gli iscritti saranno rimborsati il martedì o il venerdì seguenti.
- In prossimità di una rinuncia da parte dell'iscritto, verrà rimborsata la somma solo se il posto verrà occupato da un altro gitante.
- Per le escursioni in automobile i proprietari della vettura verranno rimborsati dai partecipanti stessi. L'utilizzo dell'autovettura esclude ogni responsabilità della sezione C.A.I. e degli accompagnatori.
- Durante le escursioni, coloro che volessero seguire un itinerario diverso da quello previsto hanno il dovere di comunicarlo agli accompagnatori i quali, a nome della Società, saranno sollevati da ogni impegno nei loro confronti; l'interessato deve sapere comunque che in tal caso non godrà di nessuna copertura assicurativa, chi dovesse quindi seguire un altro percorso è pregato di trovarsi al punto di partenza all'orario prestabilito.
- Il Direttore d'escursione è una figura importante: egli ha la facoltà di modificare il percorso durante l'escursione o sospendere la gita, qualora si verificassero situazioni di mancata sicurezza o pericolo che possano compromettere il normale svolgimento della gita e l'incolumità dei partecipanti.
- Si precisa che la sintesi delle escursioni proposte e descritte in questa pubblicazione servono al solo inquadramento sommario delle uscite.
- Prima delle gite potrete accertarvi in sede ([tel.039/2051786](tel:0392051786)) o tramite i manifesti esposti nelle bacheche o sul sito-internet (www.caivillasanta.org), se ci fossero eventuali cambiamenti.
- Si raccomanda di portare sempre la tessera convalidata del CAI per poter usufruire delle coperture assicurative ed agevolazioni nei rifugi.
- Per il pernottamento in rifugio è obbligatorio l'utilizzo del sacco lenzuolo.
- In relazione alle caratteristiche ed alle difficoltà dell'itinerario si raccomanda di adottare un adeguato equipaggiamento, idoneo alla stagione e al terreno.
- Tutte le gite partono da Piazza Europa (piazza del mercato) a Villasanta: in caso contrario vi verrà comunicato. - Si prega di rispettare gli orari di ritrovo e di partenza.
- All'atto dell'iscrizione, il partecipante accetta nella sua integrità il "regolamento gite".

DETTO CIO' IL C.A.I. DECLINA OGNI RESPONSABILITA' PER DANNI A COSE E PERSONE.



IL CONSIGLIO PER IL TRIENNIO 2017 – 2019

Sergio Bertulesi – Enrico Cambiaghi – Franca Cambiaghi

Sergio Cambiaghi - Paolo Colombo – Massimo Crotti

Carlo Fontana – Edgardo Fontana

Franco Gaiani – Giancarlo Paleari

PRESIDENTE ONORARIO: Franco Citterio

PRESIDENTE: Franca Cambiaghi

VICE PRESIDENTI: Enrico Cambiaghi – Massimo Crotti

TESORIERE: Paolo Colombo

SEGRETARIO: Franco Gaiani

Responsabili TESSERAMENTO: Enrico Cambiaghi - Franca Cambiaghi - Franco Gaiani

REVISORI dei CONTI: Roberto Galbiati – Laura Montagnini - Daniela Omati

RESP. attività invernale sci: Massimo Crotti

RESP. attività invernale ciaspole: Enrico Cambiaghi

RESP. attività estive alpinismo - escursionismo: Franca Cambiaghi

Collaboratori: Enrico Cambiaghi - Sergio Bertulesi – Sergio Cambiaghi – Edgardo Fontana

RESP. attività palestra arrampicata: Sergio Cambiaghi

RESP. manifestazioni sportive - culturali: Franco Citterio – Enrico Cambiaghi

RESP. attività scuole: Enrico Cambiaghi

RESP. attività gruppo senior: Edgardo Fontana

RESP. gite turistiche – culturali: Franco Citterio - Giancarlo Paleari

RESP. sito internet – archivio on-line CAI: Walter Corno - Franca Cambiaghi

RESP. biblioteca – cineteca: Giancarlo Paleari

Materiale alpinistico - escursionistico: Sergio Cambiaghi

Rappresentanti DELEGATI ai CONVEGNI: Franca Cambiaghi – Franco Citterio

RESP. rapporti con organismi del CAI: Franca Cambiaghi

RESP. rapporti Amministrazione Comunale: Enrico Cambiaghi

VENERDI' 22 NOVEMBRE 2019 :

ASSEMBLEA ORDINARIA

Rinnovo Consiglio Direttivo per il Triennio 2020/2022

LA PAROLA AL PRESIDENTE

Ciao!

E' difficile dover comunicare con Voi parlando figuriamoci scrivendo! Ci provo! Non sono di tante parole, ho in mente cosa scrivere e sono tante le cose! E' una giornata d'autunno, fuori c'è il sole, fa freddino, guardando la campagna vedo che si sta piano, piano spegnendo, giro lo sguardo verso le montagne ... la prima spolverata di neve! Questo è uno di quei momenti in cui mi sento ispirata a scrivere! Mi emoziona il solo fatto di pensare che una nuova stagione invernale è alle porte, un nuovo anno, un nuovo programma con attività, escursioni, eventi, ecc. Mi emoziona pensare che tante persone mi sono vicine e condividono la voglia di camminare, di scoprire e conoscere la montagna ... ! Mi emoziona pensare a quanto ci si diverte in montagna con le persone a cui si vuole bene e che condividono le stesse passioni, gli stessi ideali. Andiamo in montagna con tranquillità senza lasciarsi prendere dalla frenesia della vita di tutti i giorni, si va in montagna per godersi lo spettacolo delle bellezze del creato ... e sono tante, ma a volte non ce ne rendiamo conto, perché troppo impegnati a fare, disfare, correre, correre, correre Cerchiamo di frequentare la montagna rispettandola, senza pregiudizi, senza gareggiare, senza pensare al proprio interesse personale ... dobbiamo renderci conto che aiutarsi, collaborare, parlare, rende tutto più semplice nonostante le difficoltà. In questi anni ho visto nuove persone avvicinarsi al nostro sodalizio, certo non è facile inserirsi nel gruppo già affiatato, bisogna avere voglia e coraggio di accettare l'altro, con le sue idee, con i suoi problemi, con le sue difficoltà di ogni genere. Non è facile per nessuno. Frequentare il CAI significa frequentare persone che hanno la passione per la montagna e condividere l'impegno per il rispetto dell'ambiente montano, di chi lo frequenta ... in amicizia ein sicurezza!! Ci sono Soci che con la loro esperienza aiuteranno chiunque abbia voglia di imparare e conoscere le prime nozioni su come si frequenta l'ambiente montano. Venite in sede troverete sempre qualcuno ... disponibile. Vi invito a partecipare alle gite e agli eventi che vengono organizzati durante l'anno, cerchiamo di mantenere vivo lo spirito di fare e stare nel gruppo, un gruppo di Amici! Vi aspetto !

Franca



CONSIGLI COMPORTAMENTALI per ESCURSIONISTI e ALPINISTI

Consigli per la preparazione di un escursione in montagna

Il piacere dell'escursione e dell'arrampicata lungo gli itinerari alpini e il rilassamento fisico e psichico ad esse connaturato sono indubbiamente l'obiettivo auspicabile d'ogni escursionista. Per poter raggiungere questa meta e' naturalmente indispensabile una buona preparazione fisica specifica.

Preparazione fisico – atletica

Molto spesso l'escursionista sottovaluta la preparazione fisica. Proprio nell'affrontare salite discese lunghe e difficoltose. Un'adeguata preparazione fisica, diventa una garanzia sicura per la riuscita dell'escursione. Circa tre mesi prima d'apprestarsi ad affrontare l'itinerario pianificato, e' opportuno quindi iniziare ad allenarsi. Tale periodo lo si potrebbe definire anche come fase preparatoria.

Consigli per l'allenamento

Essere attivi tre volte la settimana per venti minuti, praticando jogging, corsa nei boschi e bicicletta. Persone fisicamente fuori forma devono iniziare la preparazione aumentando il passo durante la prima fase, per passare solo successivamente alla corsa vera e propria. Alle persone sovrappeso si consiglia l'uso della bicicletta. Dopo ogni fase di allenamento e' auspicabile una breve estensione dei muscoli interessati. Esercizi di rafforzamento muscolare devono essere inclusi nel programma di allenamento.

Per stabilire gli itinerari si dovrebbero pertanto osservare i seguenti consigli:

- 1- lunghezza del sentiero
- 2- quanto tempo impiego a percorrerlo
- 3- quali sono i punti nei quali potrebbero verificarsi delle difficoltà
- 4- di che tipo di equipaggiamento ho bisogno
- 5- quindi ... documentarsi, informarsi sempre !!!!!

Effettuazione dell'escursione

Partenza - E' consigliabile mettersi in cammino per tempo, sia nel caso si intenda effettuare un'escursione in montagna, sia che si voglia cimentarsi in un percorso alpino più impegnativo. Ogni alpinista deve disporre di un certo lasso di tempo, d'altra parte una partenza troppo affrettata (specie all'inizio dell'estate) ci può fare imbattere in nevai non ancora sciolti, che costituiscono un pericolo per l'escursionista.

Equipaggiamento

Scarpe e scarponi da montagna – Non usare mai scarponi da montagna appena acquistati, abituare assolutamente prima il piede alla calzatura. A seconda dell'uso che ne verrà fatto devono soddisfare le seguenti esigenze:

- 1- aver una buona aderenza al suolo (suola profilata antiscivolo - o suola in gomma speciale per arrampicata)
- 2- proteggere dalle ferite
- 3- essere preferibilmente leggere
- 4- lasciare respirare il piede, ma essere contemporaneamente impermeabili
- 5- essere ben allacciabili intorno alla caviglia (specie in discesa) e mai troppo strette (libertà di movimento delle dita).

Zaino

Lo zaino non solo può ridurre o togliere la gioia di andare in montagna, ma può addirittura provocare danni alla salute. Il peso deve essere distribuito sulla schiena per tutta la lunghezza dello zaino.

Alimentazione

La scalata richiede uno sforzo particolarmente intensivo dell'intero organismo umano. Perciò benessere e rendimento fisico dell'alpinista dipendono strettamente da una alimentazione adeguata ma soprattutto dall'evitare errori nell'alimentazione. N.B. in montagna si mangia e si beve non solo per sfamarsi e dissetarsi, ma anche per mantenere la propria efficienza fisica. L'alimentazione non può certamente migliorare il rendimento (il grado di allenamento) e tuttavia determinante per sfruttarlo in modo ottimale. Quando più scarsa è la riserva di energia (allenamento scadente), tanto più frequente e mirata è la necessità di ricostruirla durante e dopo l'escursione.

CLASSIFICAZIONE delle DIFFICOLTA' ESCURSIONISTICHE

Non è ancora stata definita una scala di valutazione. Il limite superiore dell'escursionismo va a raccordarsi con il limite inferiore dell'alpinismo (1 grado o F).

È d'uso comune la suddivisione delle difficoltà escursionistiche in 3/4 livelli con differenti sigle di individuazione.

T- turistico: itinerario su stradine pedonali, carrarecce, mulattiere o evidenti sentieri.

Si sviluppa nelle immediate vicinanze di paesi, località turistiche, vie di comunicazione e riveste particolare interesse per passeggiate facili di tipo culturale o turistico -ricreativo.

E- escursionistico: itinerario segnalato tra un punto di partenza ed una meta, privo di difficoltà tecniche e indipendentemente dalla quota altimetrica; corrisponde in gran parte a mulattiere realizzate per scopi agro - silvo - pastorali o a sentieri di accesso a rifugi o di collegamento tra valli vicine.

EE- per escursionisti esperti: itinerario che si sviluppa in zone impervie e con passaggi che richiedono all'escursionista una buona conoscenza della montagna e un equipaggiamento adeguato. Corrisponde generalmente a un sentiero di traversata nella montagna medio - alta e può presentare dei tratti attrezzati (sentiero attrezzato) con infissi (funi-corrimano o brevi scale) che però non snaturano la continuità del percorso.

EEA- per escursionisti esperti con attrezzatura: itinerario che conduce l'alpinista su pareti rocciose o su aeree creste e cenge, preventivamente attrezzate con funi e/o scale senza le quali il procedere costituirebbe una vera e propria arrampicata. Richiede adeguata preparazione ed attrezzatura quali casco ed imbrago.



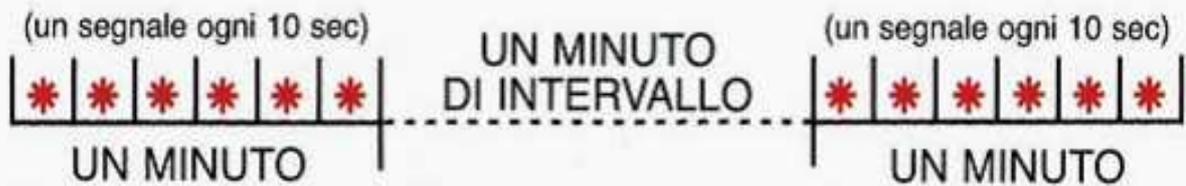
**CAMPAGNA PERMANENTE PER LA
PREVENZIONE DEGLI INCIDENTI IN MONTAGNA**

SICURI *in* MONTAGNA

Progetto del Corpo Nazionale Soccorso Alpino e Speleologico

LE MODALITÀ INTERNAZIONALI PER LA RICHIESTA DI SOCCORSO

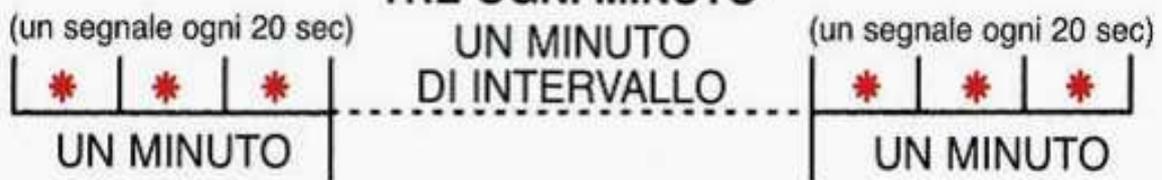
Inviare richiami acustici e/o ottici in numero di:
SEI OGNI MINUTO



Continuare l'alternanza di segnali ed intervalli fino a raggiungere la certezza di essere stati ricevuti e localizzati

LE MODALITÀ DI RISPOSTA

Inviare richiami acustici e/o ottici in numero di:
TRE OGNI MINUTO



Continuare l'alternanza di segnali ed intervalli fino a raggiungere la certezza di essere stati ricevuti e localizzati

**SEGNALAZIONI CONVENZIONALI
USATE QUANDO
ESISTE IL CONTATTO
VISIVO E NON È
POSSIBILE
QUELLO ACUSTICO**



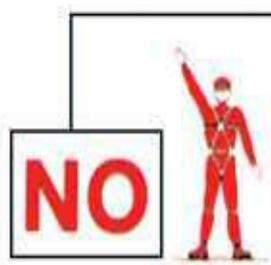
**POSIZIONE: IN PIEDI
CON LE BRACCIA ALZATE,
SPALLE AL VENTO**

**POSIZIONE: IN PIEDI
CON UN BRACCIO
ALZATO E UNO ABBASSATO,
SPALLE AL VENTO**



• RISPOSTA
AFFERMATIVA AD
EVENTUALI DOMANDE

POSTE DAI SOCCORRITORI
• ATTERRARE QUI,
IL VENTO
È ALLE MIE SPALLE

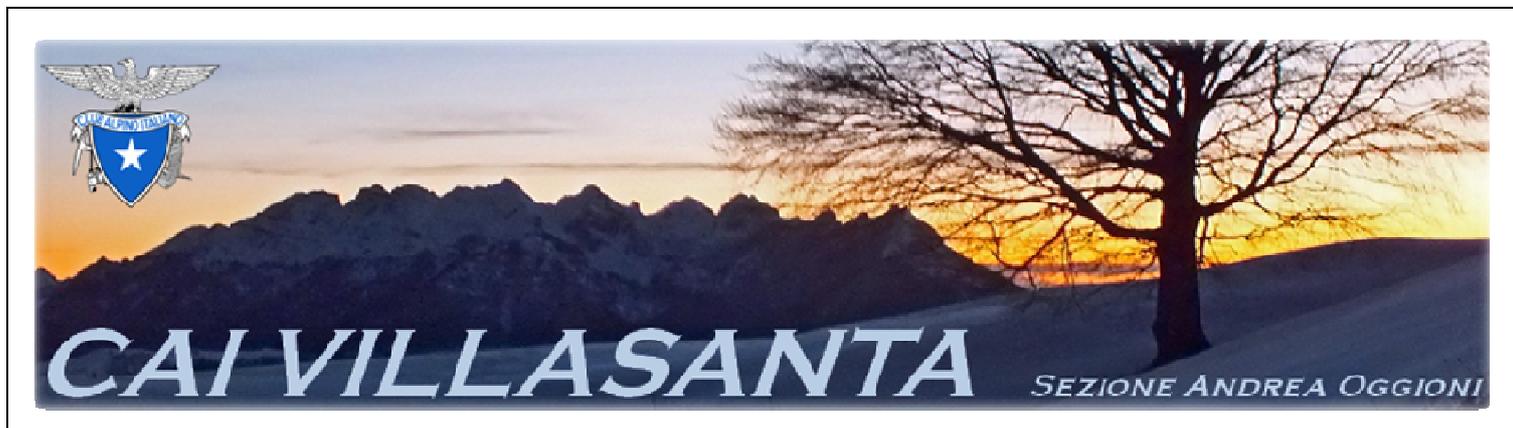


• NON SERVE
SOCCORSO
• RISPOSTA NEGATIVA

EVENTUALI DOMANDE
POSTE DAI
SOCCORRITORI

SITO INTERNET

Il sito caivillasanta.org, si conferma valido supporto per la comunicazione ed informazione ai Soci CAI Villasanta e non solo. Nel 2018 anno abbiamo cercato di snellire la struttura generale del sito, ricercando un ulteriore incremento qualitativo nella presentazione dei contenuti, al fine di migliorare la fruibilità per tutti quanti, desiderando essere quotidianamente in contatto con le attività della nostra sezione CAI. La nostra intenzione è di continuare su questa strada andando alla ricerca di soluzioni semplici e immediate per vivere sempre al meglio il meraviglioso ambiente che frequentiamo: la montagna !



BIBLIOTECA – CINETECA

La biblioteca del CAI di Villasanta conta ben più di 1800 volumi, circa 400 sono i contenuti audio-video su diversi supporti quali cassette audio/video, CD, DVD. Quest' anno è stata rivista la numerazione dei volumi dividendoli per categorie e un nuovo database informatico , consultabile dal nostro sito internet. La consultazione delle pubblicazioni è consentita a tutti i Soci CAI della nostra sezione in forma assolutamente gratuita rispettando le seguenti regole:

1. RIVOLGERSI SEMPRE al RESPONSABILE.
2. ATTENERSI ALLE CONDIZIONI di PRESA E RICONSEGNA dei LIBRI e ALTRO
- 3.LA DURATA DEL PRESTITO,E' LIMITATA A UN MESE, ed E' RINNOVABILE DOPO UNA SETTIMANA DALLA RESTITUZIONE.
- 4.IL PRESTITO E' CONSENTITO NEL LIMITE di UN SOLO VOLUME PER VOLTA.
- 5.LE GUIDE E GLI ITINERARI SONO CONSULTABILI SOLO IN SEDE.

STRUTTURE

PALESTRA di ARRAMPICATA: Situata all'aperto in Via Vittorio Veneto (dietro Palazzetto dello Sport) a Villasanta, APERTA da Aprile a Settembre, nei giorni di Martedì e Giovedì dalle ore 17.00 alle ore 19.00 e dalle ore 21.00 alle ore 23.00

PANNELLO di BOULDERING: Situata all'interno del Palazzetto dello Sport a Villasanta (per l'utilizzo chiedere in sede).

MATERIALE TECNICO

A DISPOSIZIONE dei SOCI IN SEDE: ciaspole, ramponi, piccozze, corde, caschi, imbraghi per arrampicata ... Per l'utilizzo del materiale tecnico rivolgersi in sede nei giorni di apertura versando una quota di noleggio stabilita dalla Sezione.

REGOLAMENTO per il NOLEGGIO dei materiali

Il periodo del noleggio nella forma "week end" SI INTENDE:

dal Venerdì, giorno del ritiro, al Martedì successivo, giorno della consegna.

L'eventuale smarrimento o danneggiamento anche del materiale comporta un pagamento inderogabile del valore del materiale stesso.

CALENDARIO ATTIVITA' 2019

Escursioni Invernali Estive / Sci / Eventi e Manifestazioni

GENNAIO

Sabato 5 Gennaio: Serata della Befana – Oratorio San Fiorano - Villasanta

Domenica 20 Gennaio: Sci, Sci Nordico e Ciaspolata in Valle D'Aosta

FEBBRAIO

Domenica 17 Febbraio: Sci, Sci Nordico e Ciaspolata in Lombardia

MARZO

2/3/4/5 Marzo: Carnevale sulla neve e Corso di sci al PASSO del MANIVA 1664mt. – Val Trompia - BS

Domenica 3 Marzo: Ciaspolata in maschera in Piemonte

Domenica 17 Marzo: Campionato Villasantese di Slalom Gigante e Gara di fine corso a Valtournenche - AO

29/30/31 Marzo:Weekend sulla NEVE ... aspettando la Primavera" a Braies di Fuori 1178mt.- Alta Pusteria - BZ

APRILE

Venerdì 5 Aprile: Serata premiazioni gara e corsi sci nella nostra sede

Domenica 14 Aprile: Escursione in LIGURIA: Cinque Terre - SP

25/26/27/28 Aprile: TREKKING sull'Isola del Giglio – GR

MAGGIO

Domenica 5 Maggio: Escursione IN ROSA e non ... Sentiero del Ponale da Riva del Garda al Lago di Ledro - Lago di Garda -TN

Sabato 11 Maggio: Apertura Palestra Arrampicata di Via V.Veneto - Villasanta

Venerdì 17 Maggio: Serata dedicata alla montagna "4 CAI "Agrate B. – Concorezzo - Villasanta - Vimercate

Domenica 19 Maggio: Escursione "La Via dei Franchi": da Meana di Susa al Rifugio Amprimo 1385mt. - TO

Sabato 25 Domenica 26 Maggio: Assemblea Nazionale Delegati a MILANO

GIUGNO

Sabato 8 Domenica 9 Giugno: Week end nel Parco Regionale delle Alpi Apuane

Domenica 16 Giugno: Escursione con gli amici del CAI Concorezzo al Rifugio Bozzi 2478mt. in Valle Camonica -BS

Dal 15 al 21 Giugno : Settimana turistico - culturale in Friuli Venezia Giulia

Sabato 22 Giugno: Aspettando la Monza – Resegone: tradizionale "Anguriata" in Piazza Gervasoni a Villasanta

Domenica 30 Giugno: Escursione in Valle D'Aosta e merenda valdostana con gli amici del CAI Aosta nella Valle di Cogne

LUGLIO

Sabato 13 Domenica 14 Luglio: Week end in Val Di Vizzè -BZ

27/28/29/30/31 Luglio: Trekking Monviso - CN

SETTEMBRE

Sabato 7 Settembre: Biciclettata: La "ciclabile del Naviglio Pavese": da Milano (Monza) a Pavia

Domenica 8 Settembre: Festa dello Sport

Domenica 22 Settembre: Escursione nel Parco Nazionale Val Grande: Alpe/Eremo di Vercio 900mt. - Monte Faiè 1352mt. - Rifugio Fantoli 1005mt. - VB

OTTOBRE

Domenica 6 Ottobre: Escursione in LIGURIA: Traversata da Nervi - Monte Cordona 803mt. - Sori - GE

Lunedì 14 Ottobre: Arrampicaldarroste presso la Palestra Arrampicata di Via Vittorio Veneto - Villasanta in occasione della Festa Patronale

18/19/20 Ottobre: Week end Dolomiti: "I Colori dell'Autunno" Fiemme / Fassa

NOVEMBRE

Domenica 10 Novembre : Pranzo Sociale

Venerdì 22 Novembre : Assemblea Ordinaria Rinnovo Consiglio Direttivo per il Triennio 2020/2022 presso Sala Conferenze - Villa Camperio - Villasanta

DICEMBRE

Domenica 8 Dicembre: SS. Messa Piani D' Artavaggio - Moggio - Valsassina (LC)

Venerdì 20 Dicembre : AUGURI di BUONE FESTE in sede

- DURANTE L'ANNO SONO PREVISTE MANIFESTAZIONI CULTURALI E SPORTIVE.
- PER MOTIVI ORGANIZZATIVI L'ISCRIZIONE ALLE GITE E' DA RITENERSI VALIDA SOLO DOPO VERSAMENTO DELLA QUOTA. SI PRECISA CHE PER LE ESCURSIONI /TREKKING DI 2 O PIU' GIORNI IL NUMERO MASSIMO DEI PARTECIPANTI PUO' VARIARE (20/30/40 PARTECIPANTI ...), PERTANTO VALE LA PREISCRIZIONE CON VERSAMENTO ACCONTO. - RICORDIAMO CHE PER TUTTE LE GITE E' BENE INFORMARSI SEMPRE PER TEMPO. (N° telefonico 039/2051786).
- IL CONSIGLIO SI RISERVA DI MODIFICARE IL PROGRAMMA QUALORA LO SI RENDESSE NECESSARIO, DATE, ITINERARI e ORGANIZZAZIONE POTRANNO SUBIRE VARIAZIONI IN FUNZIONE DELLA SITUAZIONE METEOROLOGICA E AMBIENTALE SI PRECISA CHE LA SINTESI DELLE ESCURSIONI PROPOSTE E DESCRITTE IN QUESTA PUBBLICAZIONE SERVONO AL SOLO INQUADRAMENTO SOMMARIO DELLE USCITE. - TIENI D'OCCHIO LE BACHECHE, CONSULTA IL NOSTRO SITO INTERNET: www.caivillasanta.org



**TIPO
LITOGRAFIA
VIGANO**

20865 Usmate Velate (MB)
Via Don Minzoni, 14
Tel. 039 671039 - 672183
Fax 039 6076776
E-mail: tipolitovigano@gmail.com



**REALE
MUTUA**

Via MODESTA 1
20861 BRUGHERIO (MB)
Tel. e Fax 039880785
Cell. 3771807019
e-mail:
massimo.crotti@realemutuamonzabrianza.it

**MASSIMO CROTTI
ASSICURAZIONI**



AUTOSERVIZI via Papa Giovanni XXIII 10/a
20882 Bellusco

DOSSENA info@autoservizidossena.com

NOTIZIE PER GLI SCIATORI

Sei un appassionato della montagna in inverno e delle piste da sci ?

Con noi potrai trovare ski-pass a prezzi scontati, convenzioni per l'acquisto ed il noleggio di tutta l'attrezzatura sciistica, servizio bus che ti accompagna direttamente sulle piste da sci. Abbiamo inoltre organizzato un corso di ginnastica presciistica dal mese di Ottobre fino a fine Marzo, per mantenerti in forma durante tutto l'inverno, e soprattutto arrivare preparato sulle piste da sci.

Potrai verificare la programmazione delle gite sciistiche, dalle bacheche in paese, dal nostro sito internet, ed ovviamente recandoti in sede.

Se vuoi mettere alla prova la tua abilità, o vorrai semplicemente divertirti tra amici, potrai partecipare alla gara di slalom gigante che abbiamo programmato per il mese di Marzo, su una pista adatta sia ai più bravi, con un tracciato omologato FISU, che ai principianti, su un percorso molto semplice, a Valtournenche - Cervinia (AO).

Se invece vorrai imparare a sciare o perfezionare il tuo stile, o semplicemente aggregarti per passare un lungo week-end all'insegna del puro divertimento, potrai partecipare al Carnevale sulla neve e corso di sci sulle piste del comprensorio sciistico del Monte Maniva in Val Trompia, provincia di Brescia.

Come vedi le attività proposte sono molte, non ti resta allora che passare in sede dove troverai tutte le informazioni dettagliate a riguardo. A presto !!!

Gli amici sciatori



Gennaio – Ciaspolata in Valnontey – Cogne - AO



Febbraio – Ciaspolata in maschera in Val Formazza



Marzo – Week end sulla neve Rif. Nambino 1728mt.– Madonna di campiglio - TN



Aprile – Aspettando la Primavera ... Week end in Val Gardena – BZ



Aprile - Sentiero balcone Monte Mao 440mt.– Savo



Domenica 14 APRILE 2019

ESCURSIONE in LIGURIA:

dai monti al mare nel Parco Nazionale delle CINQUE TERRE ...

Percorso: La Foce 240mt.- Castè 350mt.- Carpena 498mt. – La Croce 632mt.- Bivio Bramapane 622mt.- Telegrafo 516mt.- Madonna di Montenero 341mt.- Riomaggiore 35mt.

Dislivello: 450mt.

Difficoltà: E/Escursionistico

Tempo: 4.00 ore

Segnaletica: sent.N°501(ex 01) – N°3 /AVG

Note: Pranzo al sacco o bar/ristori a Riomaggiore - rientro con il treno a La Spezia



Cinque miglia di costa rocciosa racchiuse da due promontori, cinque paesini arroccati su speroni di pietra in minuscole insenature fanno della costiera ligure nella zona delle Cinque Terre un patrimonio (dell'UNESCO dal 1997) di alto valore paesaggistico e culturale, un'area naturalistica protetta finalizzata alla salvaguardia di un ambiente altamente antropizzato, di cui ne sono esempi i classici muri a secco, che sorreggono i terrazzamenti coltivati a picco sul mare e i tipici camminamenti ... da est verso ovest abbiamo: Riomaggiore, Manarola, Corniglia, Vernazza e Monterosso al Mare. Per secoli i sentieri delle Cinque Terre sono stati l'unico collegamento tra un paese e l'altro e tra questi e l'entroterra. Oggi la rete che si sviluppa per oltre 120 km consente di apprezzare e visitare tutto il territorio. L'escursione di oggi parte dall'entroterra ligure fino al mare. Arriveremo a Riomaggiore, un' antico borgo di pescatori, forse il più caratteristico delle Cinque terre in quanto costruito in un'area davvero impervia, con la tipica struttura a gradoni dei borghi situati in valli torrentizie, mentre scale e scalinate ne rappresentano le comuni strade. La via principale è un canale coperto, sotto cui scorre il torrente Rio Maior, che ha dato poi il nome al paese. Nella parte alta si trova la chiesa parrocchiale di San Giovanni Battista, costruita nel 1340 per ordine del vescovo di Luni, mentre dalla parte opposta, in posizione elevata, vi sono i resti del castello del XV-XVI secolo





25/26/27/28 APRILE 2019

TREKKING sull'ISOLA del GIGLIO **Arcipelago Toscano - GR**

L'Isola del Giglio è un luogo semplice, dove un mare verde e pulito incontra il profilo maestoso e scuro delle montagne. Permeata da un'atmosfera romantica, quasi magica, quest'isola ci racconta di mare e di vento, di natura rigogliosa e di faraglioni granitici, di prodi marinai e di templari. Navigando placidamente lungo l'*Arcipelago Toscano*, l'isola del Giglio si presenterà ai nostri occhi come un anfiteatro di case variopinte color pastello, sovrastato da torri di difesa e circondato dalla rigogliosa macchia mediterranea. Una visione poetica e maestosa che ci riempirà cuore e anima ancora prima di approdare e di esplorare l'isola. L'incantevole isola del Giglio, situata al centro del Mar Tirreno, a sole 11 miglia dal Promontorio dell'Argentario, con i suoi 21 kmq di superficie (Larghezza 4,7km Lunghezza 8,3km) risulta seconda per grandezza tra le isole dell'Arcipelago Toscano dopo l'Elba e conta circa 1500 abitanti che vivono principalmente a Giglio Porto e Giglio Castello. Per il suo patrimonio naturale, l'isola è protetta dal *Parco Nazionale dell'Arcipelago Toscano* ed è considerata zona di protezione speciale. Territorio montuoso, ricco di forte presenza di roccia granitica, le cui vette principali sono Poggio della Pagana 496mt. nella parte interna centrale dell'isola e le due cime dei Castellucci di 470mt. Il perimetro costiero è di 27 km ed è in larga parte roccioso, tranne che in alcuni punti, dove si aprono la spiaggia del Campese e altre spiagge minori situate sul versante orientale dell'isola. Il territorio invita ad avventurarsi per i numerosi sentieri, alcuni dei quali erano una volta mulattiere usati per raggiungere gli altri paesi e i campi (vecchi terrazzamenti, un tempo ben coltivati, oggi coperti dalla macchia mediterranea). Le escursioni al Giglio sono particolarmente indicate nella primavera e in autunno grazie alla mitezza del clima.



Domenica 5 MAGGIO 2019

ESCURSIONE sul Sentiero del PONALE – Alto Garda
ESCURSIONE in ROSA e NON ...

Percorso: Riva del Garda 70mt.– Belvedere/ Rist./Bar Ponale Alto240mt.- Biacesa 418mt. Prè di Ledro 501mt. - Molina di Ledro 638mt.– Lago di Ledro 660mt.

Dislivello: +650mt.

Lunghezza: 11 km circa

Difficoltà: E/Escursionistico

Tempo totale: tutto il giorno !

Segnaletica: D01 Via del Ponale

Note: pranzo al sacco / punto ristoro presso il Belvedere 240mt. / bar e ristoranti al Lago di Ledro dove ci attende l'autobus per il ritorno.



La Strada del Ponale offre una vista spettacolare sul Benaco: trasformata in sentiero pedonale e ciclabile, è una delle attrazioni del Garda trentino, per le sue caratteristiche ambientali e storiche è uno dei più belli e conosciuti sentieri europei. Il Strada del Ponale è un antico collegamento che unisce Riva del Garda alla Valle di Ledro, scavata nella roccia nella seconda metà del 1800, è stata dismessa dopo la realizzazione della galleria vent'anni fa. Dal 2004 è stata trasformata in sentiero, dove è permesso transitare anche con le biciclette. Partiamo nel centro di Riva del Garda e seguiamo la costa, passando davanti alla storica centrale idroelettrica. Dopo meno di un km, attraversiamo la strada Gardesana occ., in direzione Ledro, ci troviamo già in mezzo al bellissimo percorso panoramico del Ponale, che si aggrappa alle pareti di roccia, a tratti perforandole con piccole gallerie ... Un percorso bellissimo, che permette di alzarsi gradualmente costeggiando la montagna, con vedute mozzafiato a picco sul lago ... incantevoli scorci ad ogni curva. La Ponale è famosa anche per l'apparato militare visibile lungo il tragitto. All'altezza della seconda e terza galleria si trovano i resti della Tagliata del Ponale, imponente fortificazione realizzata dagli austriaci a partire dal 1860, costituita da cunicoli scavati nella roccia e trincee che si spingono dal livello del lago fino alle postazioni che dominano dall'alto l'attuale sentiero. Oggi il complesso della Tagliata è di norma chiuso al pubblico per motivi di sicurezza.

Domenica 19 MAGGIO 2019

**ESCURSIONE sulla VIA DEI FRANCHI : TAPPA N°3
Da Meana 700mt. al Rif. Amprimo 1385mt.- Bussoleno
- VAL di SUSA - Alpi Cozie – TO - Piemonte**

Percorso: Meana di Susa 700mt.- Borgata Assiere 750mt. – Menolzio 728mt. – Case Belmondo 1001mt. – Prà Grangia 1350mt. - Alpe Toglie 1435mt. – Casa delle Casse 1506mt.- Rifugio Amprimo 1385mt.- Cascina Nuova 1000mt.- Loc.Mattie / Giordani 695mt.

Lunghezza: 15 km circa

Dislivello: 800mt.(alcuni saliscendi)

Difficoltà: E/Escursionistico

Tempo totale: 7 ore (tutto il giorno!!)

Segnaletica: Il percorso escursionistico è indicato con segni di vernice gialla oppure con segnavia bianchi e rossi recanti la sigla "SF", oltre che con numerosi cartelli / GTA

Note: Pranzo al sacco

Il Sentiero dei Franchi, nato nel 1980 con l'intento di ripercorrere l'ipotetico cammino di avvicinamento dell'esercito di Carlo Magno alle Chiuse assediate dai Longobardi. Il nome del sentiero è dovuto all'episodio che vuole che tale sentiero fosse il percorso seguito dalle armate di Carlo Magno per sorprendere alle spalle l'esercito del re longobardo Desiderio. L'esercito era comandato da Adelchi, figlio di Desiderio e valoroso condottiero il quale, quando cavalcava durante le battaglie, "era solito portare con sé una mazza di ferro e con quella colpire con forza i nemici abbattendoli con grande strage".Una fonte leggendaria riporta che fu un traditore longobardo, un giullare, che propose a Carlo Magno di guidare la sua armata per sentieri sicuri. Il percorso segue sentieri che nei secoli hanno rappresentato un tracciato privilegiato per pellegrini e viandanti in transito lungo la Valle di Susa. Da Oulx alla Sacra di San Michele, sul versante orografico destro della Valle, oltre 60 km di sentieri sfiorano antiche Certose ed importanti insediamenti religiosi e costituiscono un importante tracciato escursionistico che offre a chi lo percorre l'opportunità di attraversare aree di notevole valore naturalistico (parchi naturali del Gran Bosco di Salbertrand e dell'Orsiera Rocciavrè) e di cogliere ovunque il senso della storia di ieri e di oggi.



Cappella Alpe Toglie



Sabato 8 Domenica 9 GIUGNO 2019

WEEK END nel PARCO REGIONALE delle ALPI APUANE
Salita alla Pania della Croce 1858mt.: *la Regina delle Alpi Apuane*

PRIMO GIORNO

Percorso: Lucca, Molazzana / Piglionico, Cappella Votiva 1127mt.- Rifugio E. Rossi 1608mt.- Pania Secca 1711mt.

Dislivello: +650mt. in salita – 200mt. in discesa

Difficoltà: E/Escursionistico

Tempo totale: 3.00 ore

Segnaletica: sent. N°7 – traccia segnalata per la cima alla Pania Secca

Note: Trattamento di mezza pensione al Rifugio Enrico Rossi (punto sosta dell'Alta Via delle Apuane, di proprietà CAI Sezione Lucca e del sentiero GT/Garfagnana Trekking) - portare sacco lenzuolo

SECONDO GIORNO

Percorso: Rifugio E. Rossi 1608mt.- Focetta del Puntone 1607mt.- Pania della Croce 1858mt. – Pizzo delle Saette 1720mt.- Cappella Votiva 1127mt.- Piglionico

Dislivello: +500mt. in salita – 900mt. in discesa (diversi saliscendi)

Difficoltà: EE/Escursionisti Esperti (alcuni brevi tratti esposti)

Tempo totale: giro ad anello da 6.00 ore con soste varie.

Segnaletica: sent. N°7/N°126 fino alla Pania della Croce - sent. N°139/N°127

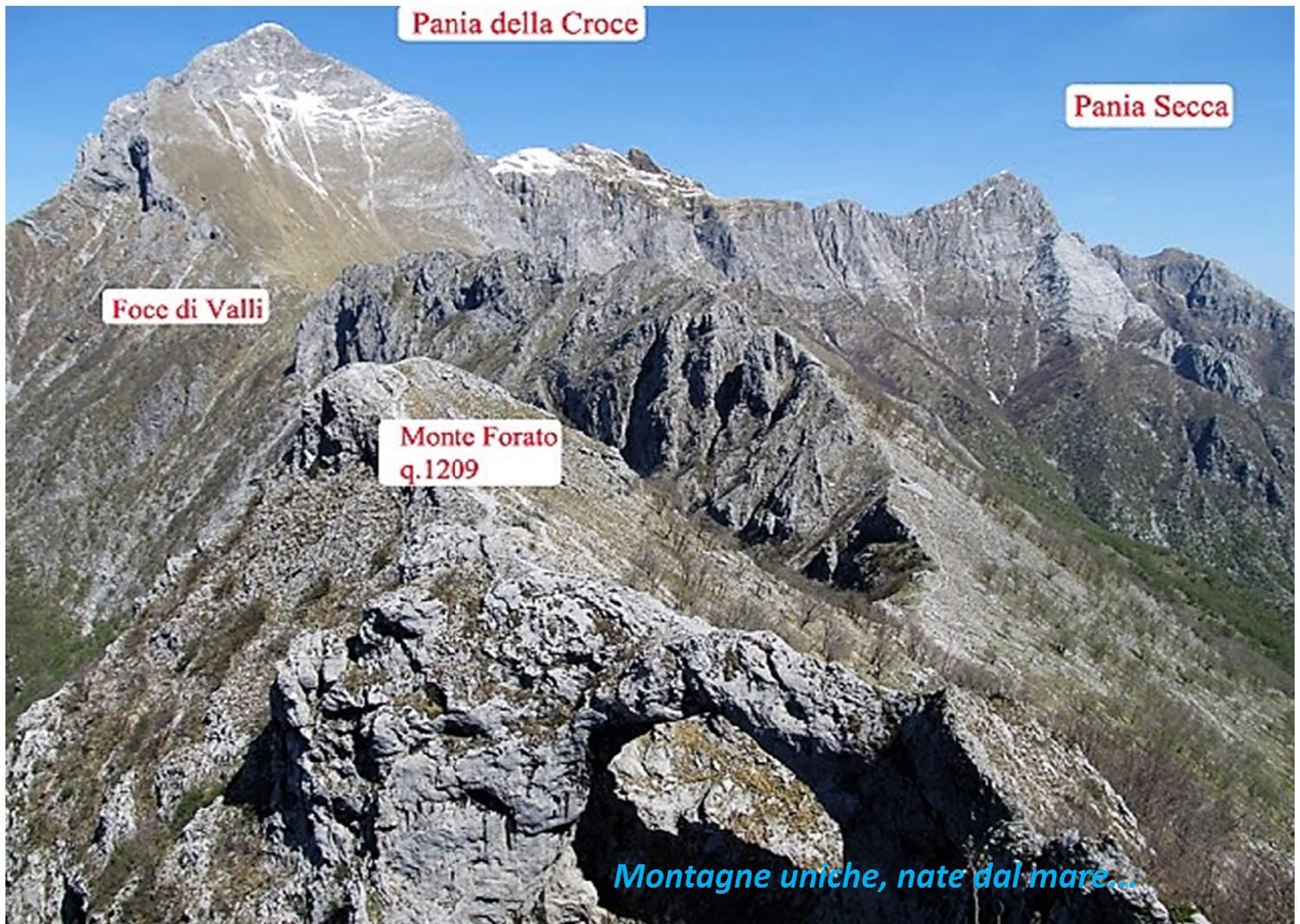
Note: pranzo al sacco

-Il programma potrebbe subire delle variazioni a seconda delle condizioni meteo.

-Il programma potrebbe subire delle variazioni, se il tempo a disposizione non ci permette rispettare la tempistica decisa o per altri motivi.

-Decideremo possibili varianti del percorso (discesa al Monte Forato 1230mt., così chiamato per la sua particolarità, grande arco naturale aperto e possibile rientro al paese di Fornovolasco 500mt.)





Le Alpi Apuane sono una catena montuosa situata nel nord-ovest della Toscana, facente parte del Subappennino toscano e delimitata a nord-ovest dal fiume Magra (Lunigiana), a est dal fiume Serchio (Garfagnana, Medievale e Piana di Lucca) e a sud-ovest dalla Versilia e dalla Riviera Apuana (province di Lucca, Massa-Carrara e La Spezia). Il territorio corrispondente al loro bacino è storicamente conosciuto anche con il toponimo Apuania, ovvero una parte del territorio della Toscana che dal 1985 è compreso nel Parco naturale regionale delle Alpi Apuane e dal 2012 è entrato nella rete dei Geoparchi tutelati dall'UNESCO. Due giorni di trekking durante i quali visiteremo uno degli angoli più spettacolari nel Parco delle Alpi Apuane, il Gruppo delle Panie. Saliremo sulla Pania della Croce, conosciuta da quelle parti come la Regina delle Alpi Apuane, la più conosciuta e frequentata vetta, una "classica" del gruppo che può essere raggiunta da varie direzioni e con vari dislivelli. Il panorama è molto ampio ma quello che colpisce di più è ovviamente la vicinanza del Tirreno con la sua linea di costa. Queste vette impressionanti e i pascoli più a valle abitati da branchi di mufloni, sono state frequentate in antichità dagli apuani liguri, che hanno lasciato sul territorio segni della loro presenza attraverso le Statue Stele (monumenti di pietra) e le incisioni rupestri. Sarà un'occasione per visitare una delle zone più remote dell'Appennino, un luogo con un carattere tutto suo, fiero, maestoso. La fitta presenza di associazioni C.A.I. nei dintorni dell'area ha favorito la realizzazione di una rete sentieristica molto ampia e variegata, integrata da vecchie mulattiere e vie di lizza (antica strada utilizzate per far slittare su tronchi a valle i marmi). La morfologia aspra e molto accidentata, combinata alla vicinanza di queste montagne al mare, fanno delle Alpi Apuane un terreno ostico e imprevedibile, le valli sono profondamente incise ed i versanti imponenti e molto inclinati (alcuni sentieri sono esposti e aerei). Le Alpi Apuane sono conosciute per la bellezza dei propri marmi, per i profondi abissi e le grandi cavità del sottosuolo carsico. La posizione geografica, l'esposizione e la diversa natura delle rocce determinano la presenza di ambienti quanto mai vari e contrastanti, che favoriscono la ricchezza della flora e della fauna del territorio.

Domenica 16 GIUGNO 2019

**ESCURSIONE al Rifugio Angelino BOZZI 2478mt.
Conca del Montozzo – Alta Val Camonica –
Gruppo Ortles/Cevedale - BS**

Percorso: Pezzo 1565mt.- Case di Viso 1763mt. – B. Casaiola 2100mt. – Rif.Bozzi 2478mt.

Dislivello: 900mt.

Difficoltà: E/Escursionistico

Tempo di salita: 3.30 ore al rifugio

Segnaletica: sentiero N°62 fino a Case di Viso – sent.N°52 fino al rifugio

Note: escursione con gli amici del CAI Concorezzo / rinfresco a chiusura della giornata.

Il Rifugio Bozzi è situato alla Conca del Montozzo in posizione sopraelevata rispetto all'omonimo laghetto. E' circondato da un gruppo di monti dall'aspetto seghettato: Punta di Montozzo 2863mt., Torrione d'Albiolo 2969mt. e Cima Casaiola 2779mt. Il rifugio è dedicato alla memoria di Angelino Bozzi, aspirante Ufficiale caduto sul Torrione d'Albiolo nel 1915. Inaugurato nel 1928, distrutto durante la seconda guerra mondiale, di seguito ristrutturato e riaperto nel 1968. A testimonianza della "Guerra Bianca" condotta quassù tra vette, rocce e ghiacciai, rimangono nei dintorni i resti di un villaggio militare trasformato in museo storico all'aperto.





Dal 15 al 21 GIUGNO 2019

GRAN TOUR del FRIULI VENEZIA GIULIA

***Aquileia - Grado e Laguna – Trieste – Udine – Cividale del Friuli
Spilimbergo – San daniele – Gemona – Venzone – Gorizia e il Collio
Redipuglia – Carso - Foiba di Basovizza – Val Rosandra – Muggia***

Il Friuli Venezia Giulia è la regione situata nell'estremità nord-est dell'Italia, al confine con la Slovenia e l'Austria. Affacciata sul mare Adriatico e circondata da alte montagne, le Alpi Carniche e le Alpi Giulie. Una piccola Regione capace di racchiudere vere e proprie perle artistiche e storiche. Una terra a sé con tante storie da raccontare ... Alla grande varietà dei paesaggi corrisponde un patrimonio storico - culturale altrettanto ricco e variegato, segnato da una storia complessa e dalla confluenza di diverse culture. Per questo motivo il Friuli Venezia Giulia si presenta come un piccolo universo, una fusione di tante e diverse tradizioni, una "Terra di Contrasti"....Le province del Friuli Venezia Giulia sono: Trieste, Gorizia, Pordenone, Udine. Trieste, il capoluogo, apparteneva in passato all'Impero austro-ungarico, fulcro della regione storico-geografica della Venezia Giulia, ma anche capitale del Friuli dal 1964. La regione fa da ponte tra Europa occidentale e centro-meridionale, mescolando caratteri mediterranei e mitteleuropei e slavi. Il suo porto, oggi per volumi complessivi può essere considerato il primo in Italia per flusso di merci



Domenica 30 GIUGNO 2019

ESCURSIONE ai Laghi di Lussert per il Vallone di Grauson Gimilian - Valle di Cogne - Alpi Graie - AO - Valle D'Aosta

Percorso: Gimilian 1787mt.-Encloseur 1947mt.- Alpe Grauson Infer. 2271mt.- Alpe Grauson Sup. 2607mt.- Laghi di Lussert (Infer. 2721mt.- Med. 2800mt - Sup. 2907mt.)

Dislivello: 1100mt.

Difficoltà: E/Escursionistico

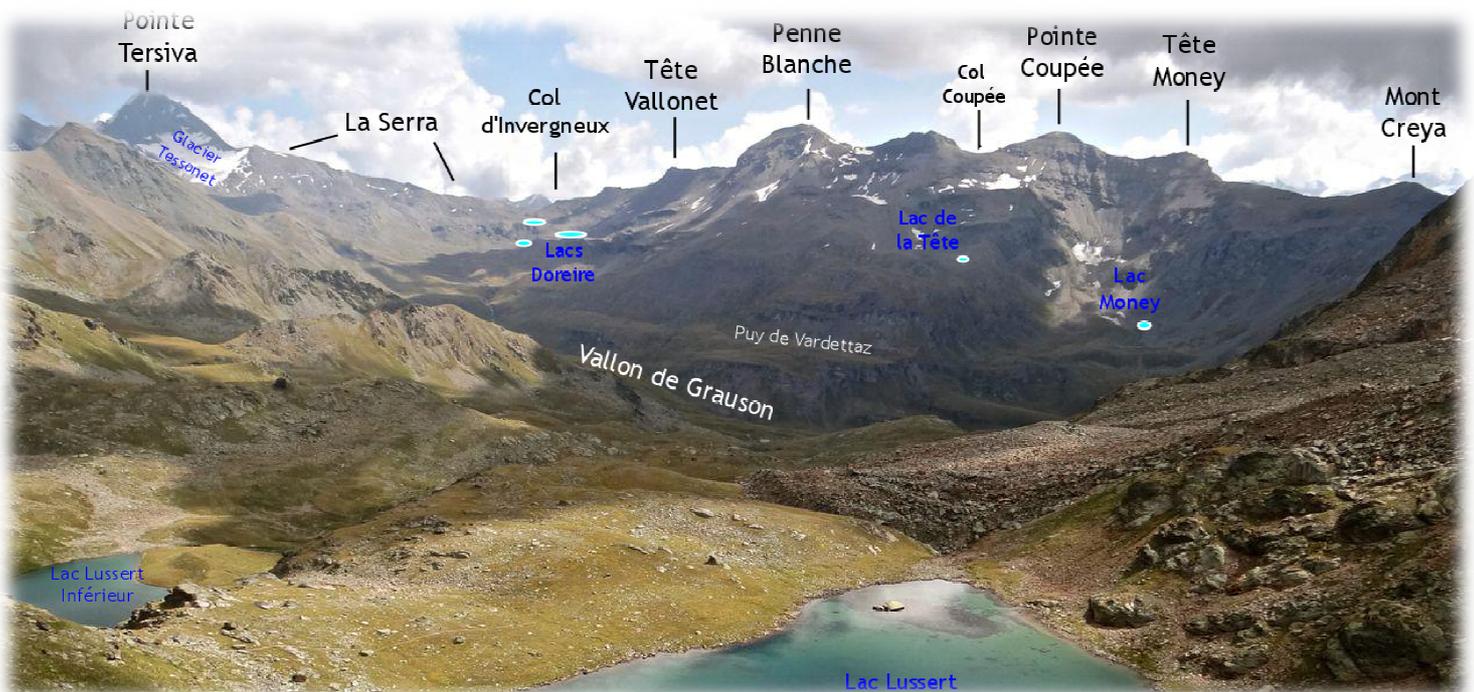
Tempo di salita: 4.00 ore fino al Lago di Lussert Sup.

Discesa: Per il medesimo itinerario di salita

Segnaletica: sentiero N°8 - N°9a

Note: Pranzo al sacco - Il sentiero è piuttosto lungo (21 km andata e ritorno), possibilità di fermarsi lungo il tragitto agli alpeggi citati. Tappa obbligatoria sul sentiero di ritorno per degustazione merenda valdostana presso l'Az. Agricola GARIN con gli amici del CAI Aosta.

Nella valle di Cogne si trova la frazione di Gimilian a 1787mt. Dal piccolo centro, balcone sulla valle, circondato da verdi pascoli, si ha una visione panoramica eccezionale su Cogne e sul Gran Paradiso. Percorso facile, un po' lungo, che attraversa il Vallone del Grauson e giunge ai bellissimi laghi di Lussert, di cui tre facilmente raggiungibili grazie ad un agevole, anche se a tratti ripido, sentiero che si snoda lungo una vallata laterale dell'immenso Vallone del Grauson. Pascoli e ambienti selvaggi, praterie alpine, lande, sorgenti, laghi e paludi d'alta quota sono gli ingredienti di questa lunga escursione in uno degli ambienti più belli della Valle di Cogne. La ricca flora presente è tra le più rare ed esclusive.





Collage eventi e manifestazioni 2018

Sabato 13 Domenica 14 LUGLIO 2019

**WEEK END in VAL DI VIZZE':
ESCURSIONE al Rifugio Passo di Vizzè 2276mt.
Traversata al Rif. Europa 2693mt. - Alpi dello Zillertal - BZ**



PRIMO GIORNO

Percorso: S.Giacomo/Anger 1474mt. – Maso Holzer 1530mt. – Rif.Passo di Vizzè 2276mt.

Dislivello: 800mt.

Difficoltà: E/Escursionistico

Tempo di salita: 3.00 ore

Segnaletica:  Via Alpina - sent.N°3 - Alta via di Landshut (del Tirolo)

Note: pranzo al sacco – obbligatorio sacco lenzuolo – al rifugio trattamento pernottamento e colazione con cena tipica tirolese su prenotazione.

SECONDO GIORNO

Percorso A : Rifugio Passo di Vizzè 2276mt. – Passo di Vizzè 2251mt.- Nusserkopf 2354mt.- bivio sent.N°3B (possibilità di discesa)- Rifugio Europa 2693mt.- Piazza 1442mt.

Dislivello: +500mt. in salita – 1250mt. in discesa (alcuni saliscendi)

Difficoltà: EE/Escursionistico Esperti

Tempo totale: 6.00 / 7.00 ore

Segnaletica: Alta via di Landshut - sent.N°3 /3A

Note: pranzo al sacco o al rifugio Europa sul percorso.

-Il programma potrebbe subire delle variazioni a seconda delle condizioni meteo e se il tempo a disposizione non ci permette di rispettare la tempistica o per altri motivi.

Percorso B : per chi non intende svolgere il percorso A (traversata al Rif. Europa) può in alternativa raggiungere il Passo di Vizzè e sui laghetti, scendere per il sent.N°4 che si incrocia salendo dal rifugio al passo, fino alla frazione Piazza, punto di ritrovo per il rientro.





Week end su un bellissimo itinerario, in alta quota, su un sentiero ideato e approntato nel 1896 dalla Sezione di Landshut (Baviera) del DOEAV e dalla Sezione Alto Isarco. Il tratto di percorso che percorreremo, corre sotto il crinale di frontiera a nord della Val di Vizze, Alto Adige e unisce il Rifugio Passo di Vizze 2276mt. (più antico rifugio privato dell'Alto Adige, gestito dalla Famiglia Volgger) al Rifugio Europa 2693mt. (ex Rif. Venna alla Gerla gestito dalla famiglia Holzer). Gran parte del percorso è consolidata con lastroni di pietra e il suo stato di conservazione e di manutenzione è buono. Bellissimi panorami sulla Val di Vizze, sui monti di Fundres e sui ghiacciai del Gran Pilastro 3510mt. e dell' Hochferner 3470mt. In Val di Vizze saremo colpiti dall'immacolato paesaggio alpino, dolci colline, rigogliosi e morbidi prati alpini, estesi paesaggi, caratterizzati da ghiacciai maestosi e imponenti ... un paradiso naturale incontaminato! La Val di Vizze si dirama presso Vipiteno e penetra per circa 30 km nel mondo delle Alpi del Zillertal ed è tra le più caratteristiche valli dell'Alto Adige tra le più amate e pittoresche. Il capoluogo della Val di Vizze è la frazione Prati, si trova all'ingresso della valle ed è uno dei comuni più grandi dell'Alto Adige, situato a 943mt. I paesi e i borghi sono sparsi qua e là in mezzo a una natura sana e rigogliosa, dove è davvero difficile riconoscere il passaggio dell'uomo, dai verdi boschi che ricoprono le erte pendici alpine, si arriva fino alla scarna vegetazione delle vette superiori ai 3.000mt., delle Alpi austriache della Zillertal che comprende la montagna più alta, il Gran Pilastro 3.510mt.



27/28/29/30/31 LUGLIO 2019

TREKKING MONVISO – Alpi Cozie
Nel cuore del massiccio del RE di PIETRA

PRIMO GIORNO

Percorso: Castello frazione di Pontechianale (Cuneo) 1608mt.- Grange del Rio 1988mt. – Rifugio Vallanta 2450mt.

Dislivello: +850mt.

Difficoltà: EE/Escursionisti Esperti

Tempo di salita: 3.00 ore

SECONDO GIORNO

Percorso: Rif. Vallanta 2450mt.- Passo di Vallanta 2811mt.- Refuge du Viso 2460mt. (Francia) – Buco di Viso 2882mt.- Rifugio Pian del Re 2020mt.

Dislivello: +850mt. in salita - 1280mt. in discesa

Difficoltà: EE/Escursionistico Esperti

Tempo: 6.00 ore

Note: Pila frontale per il Buco di Vis.

TERZO GIORNO

Percorso: Rifugio Pian del Re 2020mt.- Lago Fiorenza 2113mt. – Lago Chiaretto 2277mt.- Rifugio Quintino Sella 2640mt.

Dislivello: +650mt. in salita

Difficoltà: EE/Escursionistico Esperti

Tempo: 3.00 ore

QUARTO GIORNO

Percorso: Rifugio Quintino Sella 2640mt.- Passo delle Sagnette 2991mt. – Bivacco Andreotti 3225mt. – Monviso 3841mt./ ritorno per lo stesso itinerario di salita.

Dislivello: +1102mt. in salita

Difficoltà: EE/A Escursionistico Esperti Attrezzato(Via Alpinistica / Via Normale al Monviso)

Tempo di salita alla cima: 4.30 ore

Tempo di discesa: 4.00 ore

Segnaletica: tracce segnate

Note: E' sicuramente la giornata più lunga e impegnativa dell'intero trekking, per la salita alla cima necessita attrezzatura alpinistica (imbrago e kit per ferrata) anche per ambiente innevato in caso di neve (ramponi e piccozza).

QUINTO GIORNO

Percorso: Rifugio Quintino Sella 2640mt.- Passo Gallarino 2727mt.- Passo di S.Chiaffredo 2764mt.- deviazione per vedere il Bivacco Bertoglio 2760mt. – Grange del Rio 1988mt.- Castello 1608mt. – termina il nostro trekking , non ci resta che recuperare le macchine e rientrare a Villasanta in serata.

Dislivello: +300mt. in salita – 1150mt.in discesa

Difficoltà: EE/Escursionistico Esperti

Tempo: 5.00 ore

Note: Durante tutto il trekking il pranzo è al sacco o nei rifugi sul percorso – Pernottamento (portare sacco lenzuolo) e mezza pensione ai rifugi prenotati.

-Il programma potrebbe subire delle variazioni a seconda delle condizioni meteo.
-Il programma potrebbe subire delle variazioni, se il tempo a disposizione non ci permette rispettare la tempistica decisa o per altri motivi.

-Si precisa che la sintesi del trekking proposta e descritta in questa pubblicazione serve al solo inquadramento sommario dell'uscita, eventuali variazione e dettagli all'atto dell'iscrizione.

-Si sottolinea che tutto l'itinerario proposto non è da sottovalutare, per la salita alla cima, trattasi di Via Alpinistica necessita un'adeguata conoscenza e preparazione.



Il Giro del Monviso è uno dei più spettacolari, affascinanti e frequentati trekking di alta montagna delle Alpi Occidentali, d'Europa, nonché il più antico itinerario di più giorni intorno a una cima (Fu effettuato per la prima volta nel luglio del 1839 da James David Forbes, professore di filosofia naturale all'Università di Edimburgo ... mentre il 30 agosto del 1861 W. Matheus fu il primo a conquistarne la vetta, da Ponte Chianale passando dal Vallone Vallanta. Il primo scalatore Italiano a salire in punta al "Re di Pietra" fu Quintino Sella, con tre guide locali, il 12 agosto del 1863.) Il giro propone a noi escursionisti delle vedute uniche e sorprendenti, avvitato attorno al perno del Monviso le cui pareti incombono continuamente strapiombanti. Un vero "Re di Pietra", una piramide con tre facce, isolata, che si ammira ovunque, anche dalla pianura, non distratti dalla presenza di altre vette elevate nelle immediate vicinanze. Di questa montagna si è scritto e detto tutto o quasi! Anche noi quest'anno vogliamo vivere il "trekking del Viso"(come lo chiamano i piemontesi), un percorso che attraversa, una natura, dove gli ambienti cambiano di continuo, l'ambiente è a volte aspro e severo, più dolce e quasi gentile quando il profilo della montagna si specchia nei bellissimi laghetti alpini. Stupendi e ampi panorami ci lasceranno un profondo senso di appagamento, sicuramente sarà un'esperienza unica, da gustare, da osservare, da contemplare, un'esperienza da vivere con il giusto ritmo senza fretta passo dopo passo...





Sabato 7 SETTEMBRE 2019

BICICLETTATA: La ciclabile del NAVIGLIO PAVESE

Percorso: Partenza da Monza FS in treno per Milano FS (partiamo da Villasanta ? lo decideremo strada facendo!!)

Lunghezza: 33 km solo andata (da Milano/Porta Ticinese a Pavia)

Tempo totale: tutto il giorno

Dislivello: pianeggiante / in discesa

Difficoltà: Facile

Tipologia percorso: pista ciclabile in sede protetta con alcuni tratti di traffico promiscuo.

Fondo stradale: prevalente asfalto / **Segnaletica:** Alzaia Naviglio Pavese.

Note: Pranzo al sacco sul percorso-Scorta d'acqua-Faremo una deviazione sul percorso verso la Certosa di Pavia, monumento di fama mondiale.

Pista ciclabile nella Bassa milanese, in parte all'interno del Parco agricolo Sud Milano, lungo la storica via d'acqua del naviglio di Pavia. La pista del Naviglio Pavese è un classico per tutti i ciclisti milanesi e lombardi. Si parte dalla città e in giro di pochi km la frenesia e il traffico del centro cittadino è già alle spalle, lungo l'Alzaia del Naviglio Pavese il ciclista si trova a pedalare sul lato opposto a quello delle automobili e la sensazione di essere già in fuga dall'ambiente urbano è palpabile, anche se l'espansione edilizia sta togliendo spazio alle zone verdi, soffocandole.



Domenica 22 SETTEMBRE 2019

ESCURSIONE nel



PARCO NAZIONALE

ValGrande

**Da Bracchio all'Eremo di Vercio 900mt. – Cima Faiè 1352mt.
Rif.Fantoli 1000mt. – Prov.Verbania.Cusio.Ossola**

Percorso: Bracchio 286mt.- Alpe/Eremo Vercio 900mt. – Colma di Vercio 1260mt. – M.Faiè 1352mt. – Rif.Fantoli 1005mt. – Ruspeso 937mt.- Alpe/Eremo Vercio – Bracchio (Percorso breve: Bracchio 286mt.- Alpe/Eremo Vercio 900mt.- Bracchio)

Dislivello: 1000mt.

Difficoltà: E/Escursionistico – EE/Escursionisti esperti per la cima e la discesa al rifugio.

Tempo di salita alla cima: 3.30 ore

Discesa: Per il medesimo itinerario di salita o possibile variante dal Rif.Fantoli

Segnaletica: sentiero N° A52 fino alla cima   – A54 dal rifugio alla Colma di Vercio

Note: Pranzo al sacco o al rifugio (per chi fa il giro completo)

Il Parco Naz. della Val Grande, l'area selvaggia più estesa delle Alpi è una vallata fuori dal mondo, dominata dal silenzio dove la natura è regina. Il Monte Faiè è uno tra i punti più panoramici e suggestivi del Verbano, confine tra la selvaggia Val Grande e la zona collinare dei laghi Maggiore e Mergozzo. Un confine tra due mondi. La zona di fondovalle, verso Mergozzo e l'Ossola, in epoca antica era già popolata da genti che frequentavano le alture circostanti, ne da testimonianza la presenza di alpeggi e coltivazione del castagno. Il suo nome Faiè indica qual è l'aspetto che lo contraddistingue, un'estesa e ombrosa faggeta.



Domenica 6 OTTOBRE 2019

ESCURSIONE in LIGURIA:

Traversata Nervi – Monte Cordona 803mt. - Sori - GE

Percorso : Nervi – loc. Molinetti – chiesetta San Rocco 206mt.-Passo della Crocetta 483mt.- Monte Cordona 803mt.- Monte e cappella Santa Croce 518mt. – Pieve Ligure 70mt.– Sori 14mt.

Dislivello: 800mt.

Difficoltà: E/Escursionistico / Media difficoltà

Tempo totale: tutto il giorno

Segnaletica: ▲▲ in salita ■■ in discesa / Itinerario Storico Colombiano segnava ISC.

Note: pranzo al sacco in vetta "se non c'è troppo vento" !! – sosta al mare

Andremo a Est di Genova verso la Riviera di Levante dove si innalza un piccolo gruppo montuoso costituito dai monti Fasce e Cordona a ridosso del mare, qui si comincia a respirare già l'atmosfera solare e mediterranea della riviera. Questo ambiente ci riserva sempre un panorama che ogni volta sorprende con alternarsi di piantumazioni antropiche che si innestano con le piantumazioni spontanee. I ripidi versanti meridionali di questo gruppo danno luogo ad un paesaggio singolare, caratterizzato da pendici brulle e sassose in cui appare evidente la struttura geologica di questi monti, modellati nel calcare e separati da valli incassate sui cui fianchi affiorano strati rocciosi deformati da faglie, pieghe e ribaltamenti, testimonianze del sollevamento della catena appenninica. La nostra escursione segue un'antica mulattiera (parte dell'Itinerario Storico Colombiano, percorso dagli avi di Colombo nel XV secolo per raggiungere il mare dalla Valle di Fontanabuona) che rimonta il panoramico crinale tra la Valle del Rio di Nervi e la Valle di Bogliasco e riportato all'attenzione durante la celebrazione del centenario dalla scoperta delle "Americhe". I panorami sono sempre più ampi sul mare con sullo sfondo il promontorio di Portofino. Il percorso è a tratti immerso nel bosco ed a tratti taglia ampie praterie, prima della vetta del M.Cordona 803mt. incontreremo un bosco di pini chiaramente piantati in loco segno evidente dell'uomo. Dopo aver goduto dell'ampio panorama scenderemo per un ripido sentiero in direzione di Sori, tralasciamo la deviazione per Bogliasco e passando per il piccolo santuario del Monte Santa Croce 518mt. proseguiamo sul sentiero di discesa che ci porta a Sori.



18/19/20 OTTOBRE 2019

WEEK END in DOLOMITI : "I COLORI dell'AUTUNNO"

In autunno anche la natura indossa il vestito migliore! Giallo e rosso!

Le foglie e gli alberi iniziano a colorarsi, i profumi ed i suoni del bosco si fanno sempre più intensi. Quando tra il verde degli abeti e dei pascoli spuntano sfumature di rosso, arancione, bruno, giallo, le montagne diventano uno spettacolo! Il nostro sguardo impazzirà guardandoci intorno, cercando lo scorcio migliore da cogliere. I paesaggi autunnali non annoiano mai, stupiscono l'animo e colpiscono sempre l'occhio di chi osserva. Colori, colori, colori dappertutto! Le chiome degli alberi illuminate dal sole sembrano quasi prendere fuoco, mentre le foglie cadute sui sentieri sembrano formare un morbido tappeto. Il bosco d'autunno è un mondo di scoperte ... ci sembrerà di camminare in un dipinto. In autunno come d'inverno il cielo è più limpido, è blu! Le mattine iniziano a essere più fresche e dopo qualche giornata di pioggia, l'aria è tersa, pulita, tutto è più limpido. E quando il colore degli alberi contrastano col blu del cielo l'effetto lascia senza parole ... e quando l'effetto dei colori che si sdoppiano specchiandosi nell'acqua di un lago, beh, l'effetto a specchio è stupefacente, amplifica i colori delle chiome sulla riva creando quasi un nuovo mondo a filo d'acqua! Archiviata l'estate, l'autunno è la stagione più magica dell'anno, in Trentino Alto Adige è un'esplosione di colori. Tutto intorno si è circondati dalla tranquillità ed è il momento migliore per partire alla scoperta della Natura che ci circonda, scoprire le mille sfaccettature e bellezze del territorio ... colori, suoni, ma anche sapori....!!!





ATTIVITA' GRUPPO SENIOR

Nell'anno 2018 l'attività escursionistica del Gruppo Senior è stata vissuta con passione. Un altro anno è passato lasciandoci ricordi di belle escursioni che, nonostante la fatica, sono state vissute in armonia ed allegria grazie ad un gruppo di amici che condividono la passione per la montagna. Per l'anno 2019, l'attività escursionistica continua! Ricordo a chi è interessato a partecipare alle uscite, sempre di giovedì (tempo permettendo), ci troviamo in sede CAI, il mercoledì dalle ore 11:00 alle ore 12:00, per la scelta del luogo e organizzare le macchine. **Edgardo**



Alcune foto delle escursioni 2018

**Maggio : Escursione in rosa e non ...
Sulla Via Francigena - Tappa 2: da Eschevennoz ad Aosta**



Maggio – Escursione monti Lessini : Monte Sparavieri 1797mt. - VR



Giugno - Week end tra Francia e Italia – Colle Melosa -IM



Giugno - Settimana turistico - culturale in Calabria



Giugno - Escursione con gli amici CAI Concorezzo in Valle D'Aosta



Giugno - Anguriata ... aspettando il passaggio della Monza - Resegone



Luglio – Escursione con gli amici del CAI Aosta in Valpelline



Luglio – Escursione in Dolomiti, Rif. Vandelli 1926mt. al Lago del Sorapiss



Agosto – Trekking Gran Sasso , Corno Grande 2912mt.



Settembre – Bicilettata CAI con GERBY "90 km per 90 anni" da Piona a Villasanta



Settembre – Trekking Isola Lanzarote – Isole Canarie – Spagna



Ottobre – Escursione in Liguria: da Bocca di Magra a Lerici



Ottobre – Escursione a Treiso nelle Langhe – Cuneo



RIASSUNTO ATTIVITA' 2018

Venerdì 5 Gennaio: Serata della Befana – Oratorio San Fiorano - Villasanta
Venerdì 12 Gennaio: Il nostro socio Federico Citterio ha presentato video proiezione :
"SHIMSHAL VALLEY – Pamir Pakistano"
Domenica 21 Gennaio: Sci a Pila , Sci Nordico e Ciaspolata in Valnontey – Cogne Valle
D'Aosta... bellissima ciaspolata, incontri ravvicinati con camosci!!
10/11/12/13 Febbraio: Carnevale sulla neve e Corso di sci a Champorcher - AO
Domenica 11 Febbraio: Ciaspolata in maschera a Riale in Val Formazza al Rifugio Maria
Luisa ... una classica ! Giornata stupenda, ci siamo divertiti!
Domenica 11 Marzo: Campionato Villasantese di Slalom Gigante e Gara di fine corso a
Valtournenche - AO ... che tempaccio!!
Sabato 17 e Domenica 18 Marzo: Week end sulla NEVE Rifugio Nambino 1728mt. al lago
Madonna di Campiglio – Parco Adamello Brenta –TN ... due giorni completamente immersi
nella neve, atmosfera da fiaba!
6/7/8 Aprile: Week end a San Pietro in LAION – Val Gardena – BZ ... aspettando la
PRIMAVERA! veramente quest'anno tarda ad arrivare, ancora tanta neve.
Venerdì 13 Aprile: Serata premiazioni gara e corsi sci in sede CAI
Domenica 15 Aprile: Assemblea Regionale Delegati a Porto Mantovano
Venerdì 20 Aprile: Serata dedicata alla montagna in Villa Camperio, Roberto Ciri ha
presentato " 3000 delle Dolomiti - Vie Normali".
Domenica 22 Aprile: Escursione in LIGURIA: Sentiero balcone del Monte Mao 440mt.: da
Spotorno a Bergeggi – Savona con noi il Gruppo Alpinismo Giovanile che gruppo
numeroso per la prima uscita al mare e che caldo !!
Domenica 6 Maggio: Escursione IN ROSA e non ... sulla VIA FRANCIGENA da Eschevennoz
ad Aosta con sosta pranzo - merenda valdostana preparata con cura da alcuni soci !
Venerdì 18 Maggio: Serata "a teatro" dedicata alla montagna "4 CAI "Agrate B. –
Concorezzo - Villasanta - Vimercate "Un altr(o) Everest di e con Matteo Fabbris e Jacopo
Bicocchi al TEATRORENO di Vimercate
Sabato 12 Maggio: Apertura Palestra Arrampicata di Via V.Veneto - Villasanta
Domenica 20 Maggio: Piacevole , interessante escursione con la guida Paolo nel Parco
Naturale Regionale della Lessinia -VR ... il tempo è stato favorevole , nonostante le
previsioni siamo stati fortunati!
Sabato 26 Domenica 27 Maggio: Un week end di "lavori" all' Assemblea Nazionale Delegati
che quest'anno 2018 si è tenuta nella bellissima città di TRIESTE.
Sabato 2 Domenica 3 Giugno: Entusiasmante week end tra Italia e Francia: Pernottamento
al Rifugio Allavena - Colle Melosa – IM , la domenica salita al M.Toraggio e spettacolare
escursione lungo il Sentiero degli Alpini.
Dal16 Giugno al 23 Giugno : SETTIMANA turistico - culturale in CALABRIA
Domenica 17 Giugno: Escursione con gli amici del CAI Concorezzo al Rifugio Sogno di
Berdzè da Lillaz – Cogne - AO ... l'itinerario era piuttosto lungo, ma la bellezza del
paesaggio ha ripagato la fatica ...tra monti, cascate, fiori...
Sabato 23 Giugno: Aspettando la Monza – Resegone: tradizionale "Anguriata" in Piazza
Gervasoni a Villasanta, anche quest'anno il CAI Villasanta era presente con una squadra, il
nostro affezionato terzetto: Claudio Cernuschi – Marco Panizzari - Roby Vegetti.
Venerdì 29 Giugno: Serat di proiezione in sede: "Islanda...l'isola di ghiaccio ... la terra dei
sogni" a cura dei soci Walter Corno e Gloria Re Calegari
Domenica 8 Luglio: Escursione in Valpelline al Rifugio Cretes Seches 2410mt. Gemellaggio
CAI Aosta **90°CAI** con noi il Gruppo Alpinismo Giovanile ... piacevole escursione in una
giornata di sole bellissima e un continuo gioco di colori ed ... emozioni particolari!
Straordinaria la presenza di Don Ivano (Presidente CAI Aosta e Parroco di Bionaz)!!Alla
prossima

Sabato 21 Domenica 22 Luglio : Week end in DOLOMITI al Rifugio Vandelli 1926mt. al Sorapiss – Cortina D’Ampezzo – BL ... nonostante la pioggia di sabato , le Dolomiti affascinano sempre ! Bel giro , bell’ambiente!

4/5/6/7 Agosto: Trekking nel Parco Nazionale Gran Sasso e Monti della Laga per il anniversario **90°CAI Villasanta**. Bellissimo e impegnativo trekking , alle prime luci, dell’alba entusiasmante la salita alla cima del Corno Grande per i 15 partecipanti ... giorni caldi ma non troppo in un’ ambiente straordinario, fuori dalle mondo!!

Domenica 9 Settembre: Festa dello Sport , sempre un grande successo per la nostra palestra d’arrampicata!!

Sabato 15 Settembre: “90km x 90anni” Biciclettata CAI con GERBI – da PIONA a VILLASANTA per il **90°del nostro sodalizio**. Bellissima giornata in bicicletta, anche se un pochino calda, dopo il giro del paese siamo giunti per la celebrazione della SS.Messa in parrocchia Sant’Anastasia delle ore 18.00 e dopo rinfresco per tutti!! Complimenti e bravi ai ciclisti/escursionisti!!

Dal 24 Settembre al 1 Ottobre: TREKKING sull’isola di LANZAROTE: l’isola di fuoco dove la lava incontra il mare, sembrava di essere su di un altro pianeta! Arcip.I.Canarie - Spagna

Domenica 7 Ottobre: Escursione in LIGURIA : le previsioni erano incerte , invece il sole ci ha accompagnato durante il percorso da Bocca di Magra a Lerici (La Spezia)... e a Montemarcello breve spuntino con la focaccia !!!

Lunedì 15 Ottobre: Arrampicaldarroste in occasione della Festa Patronale presso la Palestra Arrampicata di Via Vittorio Veneto – angolo Cinema Lux - Villasanta

Domenica 28 Ottobre: Partecipazione numerosa (in 58) all’escursione con degustazione finale nelle Langhe a Treiso, anche se la giornata è stata uggiosa, ci siamo divertiti e “abbian bevuto”!! del buon vino nell’Azienda Rusel a Barbaresco.

Dal 4 al 11 Novembre: Mostra fotografica Soci CAI presso Sala Mostre di Villa Camperio **“90°Anniversario CAI Villasanta i primi 90 anni li abbiamo vissuti ... quest’anno 2018 lo abbiamo vissuto così!!”**

Domenica 11 Novembre: Visita guidata della città di Reggio Emilia a seguire il pranzo sociale presso la “Trattoria Vecchia Reggio”

Sabato 1 Dicembre : Rassegna Cori popolari e di montagna presso la Chiesa di San Fiorano a Villasanta : piacevole serata in compagnia dei cori, bravissimi!

Sabato 8 Dicembre: SS. Messa ai Piani D’ Artavaggio – Moggio – Valsassina (LC)

Venerdi’ 21 Dicembre : AUGURI di BUONE FESTE in sede



