



Pieghevole ciclostilato in proprio



# CLUB ALPINO ITALIANO

## Sezione di Nerviano



# Programma Attività 2012

Sede: Via C.Battisti angolo Circonvalazione, 20014 Nerviano (MI)

apertura: Martedì e Venerdì 21.00-22.30

[www.cainerviano.it](http://www.cainerviano.it)

Tempi e difficoltà sono puramente indicativi.

Itinerari, riferimenti e indicazioni non implicano assunzione di responsabilità da parte dello scrivente.

## ATTIVITA' 2012

<u>4 Dic.'11</u> <u>11 Dic.'11</u>	Pizzo della Croce Valtournenche	Ciaspole Sci
<u>14 Gennaio</u> <u>28 Gennaio</u>	Passo San Lucio Domobianca	Ciaspole Corso Sci Bambini
<u>4 Febbraio</u> <u>11 Febbraio</u> <u>19 Febbraio</u> <u>24-25-26 Febbraio</u>	Domobianca Domobianca Monte Lema Pozza di Fassa	Corso Sci Bambini Corso Sci Bambini Ciaspole Sci
<u>11 Marzo</u> <u>18 Marzo</u>	Champoluc Val d'Otro	Sci Ciaspole
<u>15 Aprile</u>	Sentiero del Fiume	Escursione
<u>6 Maggio</u> <u>27 Maggio</u>	Sacra di San Michele Monte Legnone	Escursione-Ferrata Escursione
<u>9-10 Giugno</u> <u>30 Giu.-1 Luglio</u>	Rifugio Trona Soliva Mont Gelè	Escursione-Ferrata Escursione-Alpinistica
<u>13-14 Luglio</u>	Punta Castore	Alpinistica
<u>7-8-9 Settembre</u> <u>23 Settembre</u>	Marmolada Monte Malamot	Alpinistica Escursione
<u>6 Ottobre</u> <u>23 Ottobre</u>	Carrega do Diaio Pranzo Sociale	Ferrata Turistica

**Le relazioni inserite sono indicative (non usare per le proprie attività) e riferite agli itinerari "Ciaspole - Ferrate - Escursionismo - Alpinistici".**

## I vostri commenti

*Escursione del* \_\_\_\_\_ : .....

.....

.....

*Escursione del* \_\_\_\_\_ : .....

.....

.....

*Escursione del* \_\_\_\_\_ : .....

.....

.....

*Escursione del* \_\_\_\_\_ : .....

.....

.....

*Escursione del* \_\_\_\_\_ : .....

.....

.....

*Escursione del* \_\_\_\_\_ : .....

.....

.....

*Escursione del* \_\_\_\_\_ : .....

.....

.....

## I vostri commenti

Escursione del \_\_\_\_\_ : .....

.....

.....

Escursione del \_\_\_\_\_ : .....

.....

.....

Escursione del \_\_\_\_\_ : .....

.....

.....

Escursione del \_\_\_\_\_ : .....

.....

.....

Escursione del \_\_\_\_\_ : .....

.....

.....

Escursione del \_\_\_\_\_ : .....

.....

.....

Escursione del \_\_\_\_\_ : .....

.....

.....

## Domenica 4 Dicembre 2011 Pizzo della Croce - 1491mt



E' una cima dai panorami da torcicollo, che può regalare, neve permettendo, una discesa da sbalzo compiendo un anello di tutto rispetto.

E' una ciaspolata adatta a chi vuole cominciare a gustare le belle sensazioni che le escursioni sulla neve offrono: il dislivello è modesto, ma non da trascurare (non venire da mesi di fermo gambe), il terreno facile e le soddisfazioni saranno tutte da raccontare, ma alla fine.

**Punto di partenza:** Alpe Bolla (quota 1041mt.)

**Abbigliamento/Attrezzatura:** Escursionistica Invernale – Ghette – Ciaspole - Bastoncini

**Tipo di salita:** Sentiero e traccia su neve

**Difficoltà:** EAI

**Dislivello totale in salita:** 462mt.

**Tempo di salita:** 2h30'

**Itinerario:** Lasciata l'auto nel grande parcheggio davanti al ristorante in località Alpe Bolla, prendiamo la strada che sale verso il bosco prima del tornante e la seguiamo fino a Orimento senza tanta pendenza. Appena prima del rifugio si prende a sinistra per l'evidente promontorio e lo si segue fino alla croce. In questi ultimi 200m di dislivello la salita si fa sentire senza tanti complimenti, ma i panorami ripagano ampiamente la fatica.

Se le condizioni meteo ci assisteranno, dalla cima lo spettacolo è mozzafiato come mostra bene la foto qui sopra.

### **Discesa**

La discesa si può effettuare per lo stesso sentiero di salita.

Neve permettendo, potremo scendere lungo l'altro versante, anche qui senza tanti complimenti: ma sarà uno sbalzo, oltre che un'ottima opportunità per imparare le tecniche di discesa con le racchette da neve.

## Sabato 14 Gennaio Passo San Lucio - 1540mt (notturna)



Sulla scia delle ben riuscite escursioni notturne degli anni scorsi, quest'anno intendiamo proporre la gita al Passo San Lucio con partenza da Dasio in Val Cavargna ; arrivati al passo, si riescono a vedere molto vicini i laghi di Lugano e Como; il valico funge peraltro da confine tra Svizzera e Italia.

**ATTENZIONE:** E' NECESSARIO AVERE CON SE UN DOCUMENTO VALIDO PER L'ESPATRIO.

**Punto di partenza:** Località Dasio (quota 1104mt).

**Abbigliamento/Attrezzatura:** Escursionistica Invernale - Ghette - Ciaspole - Bastoncini - Frontale

**Tipo di salita:** Traccia su neve

**Difficoltà:** E .A.I.

**Dislivello totale in salita:** 450mt

**Tempo salita:** 2h

### **Itinerario:**

L'itinerario parte da Dasio usufruendo di una strada bianca che risale per prati fino alla cappella del Cepp, di recente ristrutturata.

Da qui la strada spiana ed entra in una bella faggeta fino a sbucare ancora sulla strada che, in traverso e in soli 10 minuti ci porta al Passo San Lucio ove si trova anche una bella chiesetta, l'omonimo Oratorio di San Lucio, risalente al 1300 e che un tempo serviva al ricovero dei viandanti che da Lugano e provenienti dal San Gottardo, si recavano in Valtellina.

La discesa si effettua per lo stesso itinerario di salita.

## I vostri commenti

**Escursione del** \_\_\_\_\_ : .....

.....

.....

**Escursione del** \_\_\_\_\_ : .....

.....

.....

**Escursione del** \_\_\_\_\_ : .....

.....

.....

**Escursione del** \_\_\_\_\_ : .....

.....

.....

**Escursione del** \_\_\_\_\_ : .....

.....

.....

**Escursione del** \_\_\_\_\_ : .....

.....

.....

**Escursione del** \_\_\_\_\_ : .....

.....

.....

## I vostri commenti

Escursione del \_\_\_\_\_ : .....

.....

.....

Escursione del \_\_\_\_\_ : .....

.....

.....

Escursione del \_\_\_\_\_ : .....

.....

.....

Escursione del \_\_\_\_\_ : .....

.....

.....

Escursione del \_\_\_\_\_ : .....

.....

.....

Escursione del \_\_\_\_\_ : .....

.....

.....

Escursione del \_\_\_\_\_ : .....

.....

.....

## Domenica 19 Febbraio Monte Lema - 1621mt



Il Monte Lema gode di un ottimo panorama sul lago di Lugano e sul Lago Maggiore ed è un balcone panoramico su buona parte dell'arco alpino e della pianura padana. La salita fino alla sua cresta finale è una normale ciaspolata in un bel bosco di faggi mentre l'ultimo tratto di salita fino alla stazione di arrivo della funivia e della vetta è piuttosto ripida.

**ATTENZIONE:** E' NECESSARIO AVERE CON SE UN DOCUMENTO VALIDO PER L'ESPATRIO.

**Punto di partenza:** Località Novaggio loc.Paz (quota 640mt).

**Abbigliamento/Attrezzatura:** Escursionistica Invernale - Ghettoni - Ciaspole - Bastoncini

**Tipo di salita:** Sentiero e traccia su neve

**Difficoltà:** E .A.I.

**Dislivello totale in salita:** 980mt

**Tempo salita:** 2h30'

**Itinerario:** Da Paz si prende la mulattiera che interseca la strada interpodereale costruita per arrivare con i mezzi fino a Forcola. Si arriva così all'Alpe Cima Pianca, caratterizzata da una malga ben conservata e da faggi secolari giganteschi.

Qui si prende il sentiero che porta a Moncuoco e poi per l'evidente dosso meridionale si giunge in vetta.

### **Discesa**

La discesa si effettua per lo stesso sentiero di salita oppure, con una variante, seguiamo il dosso sgombro da vegetazione fino a Forcola e poi prendiamo la strada interpodereale per Novaggio.

## Weekend 24-25-26 Febbraio Pozza di Fassa - 1650mt Malga Gardeccia



### Week-end è aperto a tutti gli sciatori e ciaspolatori.

In Hotel 3 stelle situato al centro della Val di Fassa nel comune di Pozza

Possibilità di sciare in diverse località, ski area del Catinaccio a 200mt.

A pochi chilometri si può raggiungere Campitello e quindi la possibilità di effettuare il Sella Ronda, una meravigliosa cavalcata con gli sci ammirando fantastici panorami attraverso i passi dolomitici.

Per chi non scia c'è la possibilità di effettuare indimenticabili ciaspolate in ambienti unici, oppure rilassarsi alle Terme.

Posti limitati.

## REGOLAMENTO GITE

1. L'organizzatore è il C.A.I. NERVIANO, rappresentato dal Consiglio Direttivo in carica.
2. Le iscrizioni si ricevono solamente in sede, e s'intendono valide solo se accompagnate dalla relativa quota.  
**Con l'iscrizione si accetta il presente REGOLAMENTO**
3. Le quote sono valide per i soci in regola con il tesseramento.
4. I minori devono essere accompagnati da un adulto che se ne assume la responsabilità.  
L'organizzatore non è tenuto a verificare che tale disposizione sia adempiuta.
5. Le partenze avvengono da Nerviano dal luogo prefissato.
6. L'orario di partenza per il rientro è tassativo.  
**Il capogita ha la facoltà di lasciare sul posto i ritardatari, i quali si assumono la responsabilità del ritardo.**
7. La gita può essere modificata o sospesa dall'organizzatore per cause di forza maggiore.  
Se l'annullamento avviene di là dal tempo utile per la disdetta del mezzo di trasporto, nessun rimborso sarà dovuto agli iscritti.
8. Il capogita ha potere decisionale.  
Eventuali rimostranze saranno esaminate, IN SEDE, dal Consiglio Direttivo.
9. L'organizzatore respinge ogni responsabilità derivante da eventuali incidenti occorsi a persone o cose, smarrimenti e furti che avvengano durante le gite.

APPROVATO DAL CONSIGLIO DIRETTIVO IL 31 MAGGIO 1990



DIFFICOLTÀ ESCURSIONISMO	
<b>T turistico</b>	Itinerari su strada, mulattiera o sentiero evidente e ben marcato; dislivello non superiore ai 1000 metri; elementare equipaggiamento da gita.
<b>E escursionistico</b>	Itinerari più lunghi e non sempre su sentieri evidenti, possono comprendere tratti senza tracce o zone rocciose più ripide con passaggi in genere non molto esposti, a volte anche attrezzati; equipaggiamento adeguato, da montagna.
<b>EE per escursionisti esperti</b>	Itinerari che possono richiedere anche facile arrampicata su roccia, con problemi d'esposizione, passaggi su nevaie ed in generale l'attraversamento di zone impervie; equipaggiamento adeguato anche alla sicurezza individuale.
<b>EEA per escursionisti esperti con attrezzatura</b>	Itinerari su vie ferrate o percorsi alpinistici attrezzati, dove la frequenza delle attrezzature, l'impegno fisico richiesto e la notevole esposizione rendono necessario l'uso di attrezzature per l'autoassicurazione e l'eventuale assicurazione reciproca.

DIFFICOLTÀ ALPINISMO - Scala UIAA (Welzenbach)	
<b>I Facile</b>	È la forma più semplice di arrampicata, bisogna scegliere l'appoggio per i piedi e con le mani si utilizzano frequentemente appigli, ma solo per equilibrio.
<b>II Poco difficile</b>	Si richiede lo spostamento di un arto per volta ed una corretta impostazione dei movimenti. Appigli ed appoggi sono abbondanti.
<b>III Abbastanza difficile</b>	La struttura rocciosa è ripida o addirittura verticale, appigli ed appoggi sono meno abbondanti e può richiedere talvolta l'uso della forza. I passaggi non sono ancora obbligati.
<b>IV Difficile</b>	Appigli ed appoggi sono più rari e/o esigui, si richiede una buona tecnica ed un certo grado di allenamento.
<b>V Tremendamente difficile</b>	Appigli ed appoggi sono rari ed esigui, l'arrampicata richiede tecnica e/o impegno muscolare. È necessario normalmente l'esame preventivo del passaggio.
<b>VI Estremamente difficile</b>	Appigli ed appoggi sono esigui e disposti in modo da richiedere una combinazione particolare di movimenti ben studiati. La struttura rocciosa può costringere ad un'arrampicata molto delicata in aderenza o decisamente faticosa su strapiombo. Necessita allenamento e notevole forze nelle braccia e nelle mani.

DIFFICOLTÀ ALPINISMO - Scala Francese	
<b>F F+</b>	Facile (non presenta particolari difficoltà)
<b>PD- PD PD+</b>	Poco difficile (presenta qualche difficoltà alpinistica su roccia e neve, pendii di neve/ghiaccio fino a 35-40°)
<b>AD- AD AD+</b>	Abbastanza difficile (difficoltà alpinistiche su roccia e ghiaccio, pendii di neve/ghiaccio fino a 40-50°)
<b>D- D D+</b>	Difficile (difficoltà alpinistiche su roccia e ghiaccio, pendii di neve/ghiaccio fino a 50-70°)
<b>TD- TD TD+</b>	Molto difficile (forti difficoltà alpinistiche su roccia e ghiaccio, ghiaccio fino a 70-80°)
<b>ED- ED ED+</b>	Estremamente difficile (difficoltà alpinistiche estreme su roccia e ghiaccio, ghiaccio fino a 90°)

## Domenica 18 Marzo Val d'Otro - 1854mt



Bellissima ciaspolata in un luogo che regala emozioni in ogni stagione dell'anno. In particolare l'inverno qui non delude mai! La piana di Otro è un piccolo gioiello incastonato tra una corona di cime dai profili severi (tra cui ben visibile il Monte Tagliaferro). I suoi 5 villaggi dalle tipiche architetture Walser sono tra i meglio conservati di tutto l'arco alpino e rendono questo ambiente unico e suggestivo.

**Punto di partenza:** Alagna (quota 1191mt.)

**Abbigliamento/Attrezzatura:** Escursionistica Invernale – Ghettoni – Ciaspole – Bastoncini

**Tipo di salita:** Sentiero e traccia su neve

**Difficoltà:** EAI

**Dislivello totale in salita:** 663mt.

**Tempo di salita:** 3h

### Itinerario

Dal centro di Alagna (Piazza Grober) si seguono le indicazioni per la Val d'Otro (sentiero n. 3) sino alla frazione Reale Superiore. Una scalinata a lastroni sale a tratti ripidamente nel bosco, per diventare un sentiero più ampio ben visibile anche d'inverno. Lungo la salita si incontra qualche cappelletta e case di sassi. Si continua superando il Casolare Stigia fino ad un bivio dove si prende a destra il sentiero che con numerosi tornanti nel bosco giunge alla piana di Otro, con i 5 nuclei abitativi di Follu, Feglierec, Ciuche, Scarpia e Weng e la chiesetta dedicata alla Madonna della Neve. Si prosegue per una salita moderata fino alle prime case di Pianmisura, si scende al torrente che si attraversa su un ponticello e, superata una ripida salita, si raggiunge la chiesetta.

### Discesa

La discesa si effettua per lo stesso sentiero di salita.

## Domenica 15 Aprile Sentiero del Fiume - 850mt



Un sentiero che si sviluppa in una spettacolare forra, risalendo il corso del fiume (numerosi attraversamenti); attrezzato quando serve, ma mai difficile.

**Punto di partenza:** Sonvico (quota 350m).

**Abbigliamento/Attrezzatura:** Escursionistica

**Tipo di salita:** sentiero, con alcuni tratti attrezzati

**Difficoltà:** EE.

**Dislivello totale in salita:** 500

**Tempo salita:** 2h

**Itinerario:** Parcheggiata l'auto a Sonvico (frazione di Mandello del Lario – pochi posti disponibili) si seguono le numerose indicazioni per il sentiero 15B che in pochi minuti attraversa la Val Meira e ci porta nella Valle di Era, dove ci attende subito un semplice guado.

Il sentiero segue sempre il **letto del fiume** impegnandoci nei diversi guadi, ora a destra ora a sinistra, sempre immersi in un ambiente affascinante ed a stretto contatto con la natura. Raggiungiamo quindi le prime ampie **cascatelle** e colorate **marmitte dei giganti**, che ci accompagneranno fino a raggiungere la cascata finale, simbolo del sentiero, alta 25 metri.

Poco oltre incrociamo il sentiero 15, proveniente da Somana, che seguiremo fino all'Alpe d'Era.

**Discesa:** Per la discesa si può seguire a ritroso il sentiero 15 che ci porta a Somana in circa 1h, oppure se le condizioni lo permettono, è possibile seguire le indicazioni per il Rif. Bietti e salire fino alla Gardata (si aggiungono circa 200m di dislivello) per poi tornare all'auto col sentiero 18 che ci riporta a Rongio in circa 2h passando per la grotta della Ferriera.

## Domenica 21 OTTOBRE Pranzo Sociale Pian dei Resinelli

Come ogni fine stagione di appassionate escursioni in montagna concluderemo con una gita socialmente aggregante **“con visita alle Miniere”** e mangereccia.

Sarà una sorpresa e Vi possiamo assicurare che rimarrete a pancia piena.

**Punto di partenza:** Parcheggio “Piazza Mercato” di Nerviano

**Abbigliamento/Attrezzatura:** da Passeggio

**Tipo di salita:** Strada

**Difficoltà:** Turistica

**Dislivello totale in salita:** il meno possibile

**Durata percorso:** quasi niente





## Sabato 6 Ottobre Ferrata Carrega do Diaio - 959mt



Via ferrata molto panoramica, varia e non lunga adatta sia a chi vuole cimentarsi con passaggi esposti verticali e in qualche caso strapiombanti ma anche a chi vuole semplicemente godersi una facile arrampicata con numerosi e comodi appoggi e appigli (grazie alle varianti più semplici) anche se su roccia molto particolare. Il conglomerato di Savignone, infatti, è composto da detriti rocciosi cementificati, ma gli elementi più grossolani tendono a volte a sfilarsi dalla matrice legante.

**Punto di partenza:** Crocefieschi (quota 740m).

**Abbigliamento/Attrezzatura:** Escursionistica - + Mat. Ferrata (Imbrago - Caschetto - Kit omologato - Cordini /Moschettoni)

**Tipo di salita:** Sentiero, Ferrata

**Difficoltà:** EE - EEA

**Dislivello totale in salita:** 219m

**Tempo salita:** 2h30'

**Itinerario :** Dalla piazza della chiesa prendiamo il percorso segnalato con un quadrato giallo vuoto che seguiamo anche sulla carrareccia fino ad un tornante dove a sinistra si prende un sentiero pianeggiante (attenzione alla scritta "ferrata" su una pianta). Incontriamo così le indicazioni per la ferrata che parte alla base dello sperone roccioso che delimita a destra la parete sud dell' Anchise, la prima cima che raggiungeremo. La ferrata è prevalentemente di cresta ed è composta da 4 settori: l' Anchise, la Biurca, con le due cime Sud e Nord, il traverso, la Carega Do Diaio.

**Discesa:** Dalla vetta della Carega si scende per un canalino attrezzato, aggirando il pilastro verticale dove si sviluppa il tracciato della ferrata. Si continua lungo la cresta sopra al traverso e si riguadagna la cima della Biurca Nord. Da qui per rocce e tracce di sentiero si scende ripidamente la cresta Ovest. Alla base, si piega a sinistra costeggiando la parete meridionale della Biurca fino al colletto da cui attaccata il 2° settore della ferrata. Da qui per facile sentiero si torna in breve a Crocefieschi.

## Domenica 06 Maggio Sacra di San Michele - 962mt



Un posto unico, all'imbocco della Val di Susa, che ha ispirato Umberto Eco per il romanzo Il nome della rosa: l'abbazia benedettina della Sacra di San Michele sorge proprio sulla cima del Monte Pirchiriano (la cima del monte è visibile sotto il basamento di un pilastro della cattedrale) e ci permette di coniugare turismo culturale e passione per la montagna. Viene data la possibilità di salire sia per sentiero che per via ferrata; l'escursione si concluderà con la visita guidata alla Sacra (€5, prezzo 2011)

**Punto di partenza:** S. Ambrogio Torinese (quota 350m).

**Abbigliamento/Attrezzatura:** Escursionistica (Gruppo 1)- + Mat. Ferrata (Imbrago - Caschetto - Kit omologato - Cordini /Moschettoni) (Gruppo 2)

**Tipo di salita Gruppo 1:** Sentiero lastricato (Via Crucis)

**Tipo di salita Gruppo 2:** Ferrata

**Difficoltà:** E / EEA (PD).

**Dislivello totale in salita:** 612m

**Tempo salita:** 2h (Gruppo 1) - 4h (Gruppo 2)

**Itinerario Gruppo 1 (sentiero):** Dalla chiesa di S. Ambrogio si seguono le indicazioni per la Sacra che ci portano prima in via Pirchiriano e poi in via alla Sacra, dove comincia la Via Crucis che ci porterà prima all'abitato di S. Antonio e quindi alla Sacra.

**Itinerario Gruppo 2 (ferrata):** Dalla chiesa di S. Ambrogio si prosegue verso l'uscita dell'abitato in via Susa, al termine della quale si imbecca il percorso pedonale che ricalca l'antica via Francigena; dopo pochi minuti si trova il cartello che indica l'attacco della ferrata. La salita si sviluppa prima su grandi placconate, sempre con la Sacra sopra la testa, per poi cambiare versante con un lungo traverso nel bosco e portarci, per rocce più articolate, direttamente sotto le mura; dovremo quindi costeggiare la costruzione sulla dx per giungere nel piazzale principale.

**Discesa:** Per la discesa si segue a ritroso l'itinerario della Via Crucis, che in circa 2h ci riporterà alle auto.

## Domenica 27 Maggio Monte Legnone - 2609mt



Salita sulla cima soprannominata “sentinella della Valtellina” perché, con la sua mole e la sua posizione domina l’ingresso della valle appena sopra Colico e Morbegno.

**Punto di partenza:** Rifugio Roccoli (quota 1463mt)

**Abbigliamento/Attrezzatura:** Escursionistica

**Tipo di salita:** Sentiero

**Difficoltà:** EE

**Dislivello totale in salita:** 1146mt

**Tempo salita:** 4h

### **Itinerario:**

Si percorre un primo tratto panoramico che fa guadagnare non molti metri di dislivello, poi ad un tratto, dopo un alpeggio, il sentiero comincia a salire ripido, e da qui inizia la vera salita.

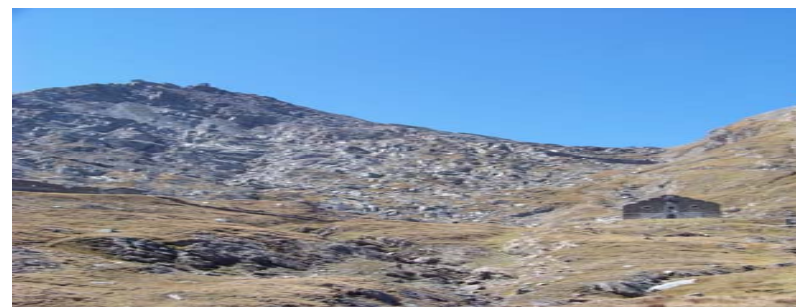
Il sentiero zigzaga, sempre seguendo il filo di cresta, fino a passare sotto la Punta dei Merli, per raggiungere il Bivacco Silvestri.

Da qui il sentiero diventa impegnativo per alcuni facili passaggi su roccia (sporadiche corde metalliche), dove bisogna prestare attenzione.

Poco sotto la cima si arriva ad un tratto costituito da sfasciumi che porta alla cima. In cima si gode un impareggiabile panorama su Valsassina, Grigne, cime della Val Masino, Val Chiavenna, Bernina, Disgrazia e tante altre cime.

La discesa si effettua per lo stesso itinerario di salita.

## Domenica 23 Settembre Monte Malamot - 2914mt



Proponiamo una gita in val di Susa, storicamente poco esplorata dalla nostra Sezione, più precisamente siamo alla fine della Val Cenischia, in territorio Francese, proprio sopra il lago di Moncenisio. L’itinerario si sviluppa interamente sulla vecchia strada militare, anche se noi approfitteremo del sentiero che, in più punti, taglia la strada per ridurre lo sviluppo, già peraltro considerevole.

**ATTENZIONE:** E’ NECESSARIO AVERE CON SE UN DOCUMENTO VALIDO PER L’ESPATRIO.

**Punto di partenza:** Fort Variselle (quota 2010mt)

**Abbigliamento/Attrezzatura:** Escursionistica

**Tipo di salita:** Sentiero

**Difficoltà:** E

**Dislivello totale in salita:** 904mt

**Tempo salita:** 3h30’

**Itinerario:** La partenza è nei pressi di Fort Variselle, proprio sopra il lago e arriveremo al Forte Malamot, entrambi eretti dopo il 1860, anno in cui venne ceduta la Savoia alla Francia, e l’Italia ritenne di difendersi costruendo i forti, che rimasero inutilizzati nella Prima Guerra Mondiale ma dove si videro ancora combattimenti durante la Seconda; oramai dei forti rimane ben poco, ma si può ammirare ancora l’architettura militare.

Durante la salita vedremo il lago del Moncenisio, la cima Rocciamelone, il Lamet e, nell’ultimo tratto, il massiccio innevato della Vanoise.

Dalla cima è possibile, in pochi minuti, salire anche la Point Drosset e quindi compiere un periplo scendendo direttamente ai laghi Giasset e Blanc, per poi ricongiungersi all’itinerario di salita nei pressi di alcuni dormitori militari e rientrare al punto di partenza.

## Weekend 7-8-9 Settembre Marmolada “Punta Penia” - 3343mt



**Punto di partenza:** Alba di Canazei - Loc. Palua (1517mt)

**Abbigliamento/Attrezzatura:** Escursionistica - Mat. Ferrata (Imbrago – Caschetto – Kit omologato) – Ramponi – Picozza - Corda – Cordini /Moschettoni

**Tipo di salita:** Alpinistica

**Difficoltà:** PD+

**Dislivello totale in salita:** 1° giorno 499mt - 2° giorno +1327mt/-710mt – 3° giorno +400mt circa /-569mt

**Tempo salita:** 1° giorno 2 h - 2° giorno 6 h – 3° giorno circa 3/4 h

**Itinerario 1° giorno:** Bella salita percorrendo il sentiero 602 che porta ad attraversare pascoli, il fiume Rio di Cirelle ed infine al Rifugio Contrin.

**Itinerario 2° giorno:** Dal Rifugio, attraverso la val Rosalia, la forcella della Marmolada dove inizia la ferrata. Percorrendola si raggiunge la cresta ovest della Marmolada, dove per corde fisse si arriva al nevaio sotto la cima, e successivamente su neve si raggiunge la cima dove si trova la Capanna Punta Penia . Magnifica la vista in tutte le direzioni, in particolare sul massiccio del Sella con il Piz Boè. La discesa; sfrutta la via normale di accesso alla Punta Penia, tra nevai e ripide roccette si arriva a un tratto dove bisogna procedere con l'autoassicurazione. Si attraversa il ghiaione fino ad arrivare al rifugio Pian dei Fiacconi dove pernosteremo.

**Itinerario 3° giorno:** La discesa al passo Fedaià è prima su roccia e poi su agevole sentiero dove si incontrano interessanti fortificazioni risalenti alla grande guerra. Con panoramico sentiero si arriva al rifugio Baita Fredarola e al Pian dei Rossi, dove si scende in funivia a Canazei e rientro ad Alba dove recupereremo le nostre auto per il ritorno a casa.

## Weekend 9-10 Giugno Rifugio Trona Soliva - 1907mt



La Val Gerola è un piccolo paradiso ricco di storia e di tradizioni e in questi due giorni vogliamo offrire la particolarità di un'esperienza in rifugio con escursioni facili o impegnative per tutti.

**Punto di partenza:** Laveggiolo (quota 1471 mt.)

**Abbigliamento/Attrezzatura:** Escursionistica

**Tipo di salita:** Carrozzabile, Sentiero, Roccette, Cresta

**Difficoltà:** T, EE

**Dislivello totale in salita:** 1° giorno 436 mt. – 2° giorno 603 mt.

**Tempo di salita:** 1° giorno 2h - 2° giorno 2h 30'

**Itinerario 1° giorno:** Presso le case di Laveggiolo si segue la sterrata che entra nella Val Vedrano fino a un bivio dove prendiamo il sentiero che scende a sinistra ad attraversare il torrente e poi sale ripidamente per immergersi sulla sterrata proveniente dall'abitato. Proseguiamo a mezza costa fino al rifugio. Da quest'ultimo tratto di percorso, la vista sugli ampi spazi della parte terminale della Val Gerola, sulle cime e i laghi artificiali è senza ostacoli.

**Itinerario 2° giorno:** Dal rifugio si raggiunge il Lago d'Inferno e si sale a sinistra un erto pendio per raggiungere la cresta che collega il Pizzo Trona ai Dentini di Trona. Si abbandona poi la cresta per continuare verso sinistra lungo una successione intuibile di canali e di camini (passaggi fino al III-) che rimontano la piramide terminale. Qui una croce di ferro oramai segnata dal tempo e, poco lontano verso Est, uno slanciato ometto segnalano la vetta. Chi non salirà al Pizzo Trona potrà raggiungere dal Lago d'Inferno in breve il Rifugio Falc e tornare al Rifugio Trona passando dalla storica Bocchetta di Trona.

**Discesa:** La discesa dal Pizzo Trona si può effettuare per lo stesso sentiero di salita, oppure si può scendere per il versante Sud-Ovest lungo quella che viene indicata come la “via normale”.



## Weekend 30 Giugno 1 Luglio Monte Gelè - 3519mt



Panoramica montagna posta al confine tra Italia e Svizzera; abbastanza frequentata per le facili vie normali di salita. La cima domina l'estesa **Conca di By** che, con i suoi prati, i laghetti e i torrenti, circondata dalle montagne, è veramente un luogo piacevole e rilassante.

**Punto di partenza:** Ruz (quota 1692mt)

**Abbigliamento/Attrezzatura:** Escursionistica - Imbrago - Caschetto - Ramponi - Picozza - Corda - Cordini / Moschettoni

**Tipo di salita:** Alpinistica

**Difficoltà:** F+

**Dislivello totale in salita:** 1° giorno 700mt - 2° giorno 1100mt

**Tempo salita:** 1° giorno 2h30' - 2° giorno 4h + la discesa

**Itinerario 1° giorno:** dalla borgata di Ruz si segue la stradina che si alza sulla destra orografica del torrente seguendola fino al suo termine, poco prima dell'alpeggio Berrier. Ai margini del ripiano dove si trova l'alpeggio si diparte un sentiero che volge decisamente a sinistra salendo in diagonale fino ad una diramazione da dove si tiene la destra raggiungendo senza problemi il rifugio Crete Sèche.

**Itinerario 2° giorno:** Dal rifugio il sentiero prosegue sulla destra del torrente in direzione nord sino a raggiungere il bivacco Spataro. Qui il vallone si allarga in un grande pianoro che si percorre, ormai senza sentiero, sino a quando è possibile imboccare a sinistra il canale che può essere detritico o nevoso. Lo si rimonta per arrivare ad una sella da dove si prosegue su ghiacciaio sino al colle del Mont Gelé. Da qui volgendo a destra si sale il pendio glaciale, puntando alla vetta.

La discesa si effettua per lo stesso itinerario di salita.

## Venerdì 13 e Sabato 14 Luglio Punta Castore - 4228mt



Il Castore è il più alto delle due vette chiamate "i Gemelli", l'altro più basso invece è, ovviamente, il Polluce 4.091mt; ha una forma molto compatta ed è quasi interamente innevato

**Punto di partenza:** Gressoney La Trinitè

**Abbigliamento/Attrezzatura:** Escursionistica - Imbrago - Caschetto - Ramponi - Picozza - Corda - Cordini / Moschettoni

**Tipo di salita:** Alpinistica

**Difficoltà:** F+ , 40° e cresta

**Dislivello totale in salita:** 1° giorno 871mt - 2° giorno 636mt

**Tempo salita:** 1° giorno 3h30' - 2° giorno 3h + la discesa

**Itinerario 1° giorno:** si sale in funivia fino al Colle di Bettaforca. Si segue una strada sterrata e un comodo sentiero, si obliqua a destra su detriti e roccette fino ad arrivare su un ripiano. Da questo punto, per pietrame alternato a piccoli nevai, si sale fino ad oltrepassare la culminazione. Da qui un percorso in quota, attrezzato con code fisse, che segue la cresta che porta al Rifugio Quintino Sella.

**Itinerario 2° giorno:** Dal rifugio si formano le cordate che procedendo su ghiacciaio pianeggiante porta con un traverso a sinistra e poi a destra superando un tratto ripido che porta sulla cresta nevosa. Seguendo la cresta si passa prima la Punta Felik (quota 4088mt) e successivamente si raggiunge il colle Felik. Si supera un ripido pendio che porta all'anticima e poi per sottile cresta si raggiunge la vetta del Castore.

La discesa si effettua per lo stesso itinerario di salita.