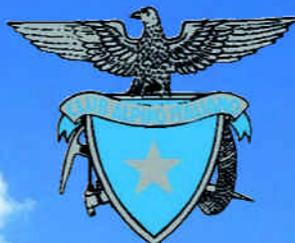


“Fino a Toccare il Cielo”



Programma Escursionistico 2009

Club Alpino Italiano sezione di Vittuone:

Sede: via Villaresi, 42 - Vittuone - martedì e venerdì dalle ore 21

[e-mail: cai.vittuone@gmail.com](mailto:cai.vittuone@gmail.com) - www.caivittuone.it

AI NOSTRI SOCI

Anche quest'anno il CAI di Vittuone ha deciso di distribuire ai soci questo fascicolo che include tutte le gite proposte nella stagione 2009. Esso non sostituisce i volantini di ciascuna gita, ai quali occorrerà fare riferimento per i prezzi e gli orari di partenza, però consente di avere una visione panoramica di tutto il programma all'inizio della stagione, in modo da programmarla il più comodamente possibile.

DOMENICA 19 APRILE - AUTO TORNAVENTO

Dove nasce il Naviglio Grande

Tempo di percorrenza 2,30 ore
Difficoltà: nessuna

Dalla piazza di Tornavento, da cui si ha una vista grandiosa sulle Alpi e il Parco Ticino, si raggiunge l'antica dogana austriaca ora adibita a centro parco. Si scende quindi nella valle per un sentiero che conduceva all'antico porto sul Ticino e si raggiunge il fiume dove anticamente cominciava il Naviglio. Quindi si risale e, riattraversando il Villorosi, si ritorna nella piazza di Tornavento.

DOMENICA 26 APRILE - AUTO CORNO RAT - VIA FERRATA

Difficoltà: EEA, **Tempo di salita:** 4 ore
Dislivello: 950 m

Da Valmadrera si raggiunge il panoramico ripiano di S. Tomaso e, in breve, si arriva ai piedi del Corno RAT. Attrezzata interamente con funi e catene, la parete non è lunga ma quasi sempre verticale. Procedendo sempre in

sicurezza e toccando dei punti divertenti si raggiunge la sommità del Corno Rat (mt. 900) e da qui il rifugio SEV posto in ambiente molto panoramico su Lecco, il lago e le Grigne. La discesa avviene in mezzo al bosco, attraverso un comodo sentiero.

VENERDÌ 1 MAGGIO - PULLMAN LIGURIA: BOCCA DIMAGRA - LERICI

L'ultimo promontorio ligure, il più bello

Difficoltà: E **Dislivello:** 350 m.
Tempo di percorrenza: 5 ore (complessive)

Il Parco di Montemarcello offre ambienti splendidi, spesso solitari e selvaggi che sembrano sospesi sul turchese mare di Tellaro e sulla foce del Magra. L'itinerario si svolge quasi interamente su vie selciate. Dal paese di Bocca di Magra si prende il viottolo che si inerpica sul promontorio e tocca prima il monastero di Santa Croce, quindi Montemarcello attraversandone il centro storico. Si continua su un percorso a balcone prima di scendere a Tellaro. Terminata la visita al piccolo borgo con i suoi terrazzi a picco sul mare e la splendida chiesa di San Giorgio, si risale nuovamente nel bosco e nella macchia mediterranea per ridiscendere infine a Lerici, meta della nostra escursione.

DOMENICA 10 MAGGIO - AUTO RIFUGIO BOFFALORA (CO)

Da Ossuccio per il Santuario della Madonna del Soccorso

Ritrovo: ore 7.00 **Difficoltà:** E
Tempo di salita: 2,30 **Dislivello:** 947 m.

Con la statale 340 seguiamo il lago di Como



fino ad Ossuccio, paese situato di fronte all'isola Comacina e alla penisola di Bellagio. Inizialmente il percorso segue la strada delle cappelle votive che conducono al Santuario della Madonna del Soccorso (419m.). Quindi un ripido strappo ci porta a fianco dell'Orrido del Tufo alle spalle del santuario. Si riprende a salire sino a raggiungere le prime case dell'Alpe Boffalora (m. 1265) e poi, dopo aver superato un cancello, si nota sulla destra il rifugio. La discesa avviene per la medesima strada.

DOMENICA 17 MAGGIO - AUTO
MONTE MOREGALLO - 1276 m (LC)

Ritrovo: ore 7.00 **Difficoltà:** EE
Disl. Salita: 1000 m. **Tempo di salita:** 2.30
Punto di partenza: Valmadrerafr. Belvedere (235m.)

Una lunga cresta frastagliata con venature di rocioso calcare che affiorano da ripidi prati che domina Lecco ed il suo lungo lago, forse ricorda la testa di un gallo da cui il toponimo; sicuramente una montagna particolare, affascinante e tutt'altro che di breve conquista, visto che al minimo bisogna risalire 900 metri per godere dei favolosi panorami della cima. Si parte dal centrostorico di Valmadrera, risalendo i vicoli verso la frazione Belvedere, dove terminano le strade car-raie e parte il sentiero 6-7, ben lastricato immerso nel bosco che risale i pendii della Val Sambrosera. Una volta in vetta, seguendo il sentiero 6, si può fare un percorso ad anello calandosi per una ventina di metri con l'aiuto di catene e traversando i ripidi pendii che si sviluppano sul versante sud.

DOMENICA 24 MAGGIO - AUTO
LA CIMA E TESTA DEL MATER (1846 M)

Ritrovo: ore 7.00 **Difficoltà:** E
Tempo di salita: 2 ore **Dislivello:** 650 m.

La Testa del Mater è una bella e facile cima escursionistica, posta fra la Val Cannobina (Val di Finero) e la Val Vigezzo. Il panorama su queste due valli è interessante, ma lo sguardo spazia dalle cime dell'Ossola a quelle del Ticino. A Cannobio, appena fuori dal paese, si imbecca la strada per la Val Loana sino alla Cappella del

Sasso Broglio, dove poco dopo, sulla sinistra, si inerpica un sentiero che attraversa magnifici boschi di faggi prima e di larici poi. Usciti dal bosco si raggiunge la Cima (1810 m) e quindi subito dopo la Testa del Mater. La discesa avviene per il medesimo sentiero.

30 MAGGIO - 2 GIUGNO
CALANQUES DI MARSIGLIA

Lungo le falesie del leggendario Gaston Rebuffat

Trasporto: auto
Pernottamento: albergo o pensione

Iscrizioni e informazioni in sede a partire da fine gennaio

La costa della Provenza a est di Marsiglia è caratterizzata da falesie rocciose che si estendono per circa 20 chilometri. La scogliera bianchissima, costituita da rocce calcaree, assume forme molto variabili e fantasiose, alternando guglie e pareti alte fino a 300 metri. Il manto vegetale, praticamente intatto, comprende pini marittimi e macchia mediterranea. Proprio su queste pareti si sono allenate generazioni di alpinisti e scalatori estremi di ogni nazionalità. Chi percorre il trekking, sempre al bordo delle alte pareti, dominando dall'alto le piccole cale e l'orizzonte marino, avverte il fascino psicologico delle vie tracciate su questi singolari e sfuggenti strapiombi. Le nostre escursioni ci permetteranno di visitare i luoghi e le calette più affascinanti, nonché i caratteristici villaggi del parco naturale: Sormiu, Sorgiu e Cassis, il borgo più grande delle calanques.



Non mancherà l'opportunità di qualche bagno fuori stagione.

DOMENICA 7 GIUGNO - PULLMAN E BATTELLO MONTISOLA (LAGO D'ISEO)

Il giro completo dell'isola di lago più grande d'Europa

Difficoltà: *E*, **Tempo Complessivo:** 4 ore
Dislivello: 400 m.

Il lago d'Iseo offre una gradita sorpresa: l'isola più grande di tutti i laghi europei e un angolo di natura spettacolare e intatta. Non si tratta di un'isola piatta: dai 185 metri di quota della superficie del lago, la cima balza ai 600 metri, dove è posto il santuario della Cerignola, in posizione panoramica eccezionale. Noto è anche il contrasto tra i due versanti dell'isola: a sud e a est scendono ripidissimi pendii di bosco e macchia, mentre la sponda bergamasca è più dolce, terrazzata, punteggiata da case isolate e borgate. Anche a causa della dimensione, a Monte Isola non sono ammesse auto e sulle poche strade asfaltate circolano frequenti corse di minibus che collegano i villaggi. L'anello proposto tocca quasi tutti i punti di maggiore interesse: dalla rocca imponente che si erge sul crinale tra Sensio e Menzino, ai paesi interessanti di Peschiera Maraglio e Siviano, fino al santuario che sorge sul punto più alto. Si cammina per viottoli, sentieri, ed anche sull'asfalto, ma la cosa non dà soverchio fastidio (il traffico è inesistente): Monte Isola è un luogo specialissimo, tranquillo, assolutamente ideale per chi vuole andare a zonzo a piedi, ai ritmi tranquilli e silenziosi di una volta.



DOMENICA 14 GIUGNO - AUTO RIFUGIO BARMASSE (2169 M) E LAGO DI CIGNANA

Difficoltà: *E* **Tempo di salita:** 2,15 ore
Dislivello: 665 m.

Gita escursionistica nella Valtournanche, non molto lunga, che arriva sino al lago di Cignana dove sorge il rifugio utilizzato come posto tappa dell'altavia n°1.

DOMENICA 21 GIUGNO - AUTO CASA DI CACCIA DEL GRAN PIANO (2222 M)

Da Noasca su una delle mulattiere reali del Gran Paradiso

Difficoltà: *T* **Tempo di salita:** 2,30 ore
Dislivello: 822 m

L'itinerario segue una mulattiera reale, anzi è il tratto iniziale di un sistema di mulattiere reali che da Noasca, attraverso le valli dell'Orco, Savarenche e Cogne, porta fino a Campiglia in Val Soana e a Dondena. Lungo il percorso, a inizio estate, si possono avvicinare stambecchi e camosci in quantità, mentre si avviano gradatamente agli alti pascoli.

DOMENICA 28 GIUGNO - PULLMAN MONVISO - ALLE SORGENTI DEL PO

Da Crissolo fino alle sorgenti del Po, là dove inizia la spina dorsale della Pianura Padana

Difficoltà: *E* **Tempo di salita:** 2,30 ore
Dislivello: 687

Il luogo comunemente identificato come Sorgenti del Po si trova a 2020 m in un pianoro denominato Pian del Re, nell'Alta Valle del Po in provincia di Cuneo, ai piedi del Monviso. Qui si estende la torbiera dove vive la Salamandra di Lanza: raro anfibio endemico. Si giunge in pullman fino alla località Villa, il capoluogo di Crissolo (1333 m). A piedi, seguendo il suggestivo percorso della "Via del Sale", si risale il sentiero che da Crissolo con-

duce al Pian del Re. Sembra che il nome del piano derivi dalla fermata di truppe francesi, le quali vi si posero a campo sotto il regno di Ludovico XII. Rimangono infatti le rovine di antichi muri destinati forse a baracche per i soldati o a fortificazioni. Le acque scaturiscono da alcune pozze tra il terreno arenario e paludoso per ingrossarsi subito grazie all'apporto di innumerevoli piccoli affluenti laterali. Al piano sorge un albergo (albergo Pian del Re). Il ritorno è previsto lungo lo stesso itinerario dell'andata. Rientro in pullman da Crissolo. Pian del Re è anche il punto di partenza del Parco del Po Cuneese, primo tratto del parco regionale che protegge i 235 Km del fiume in Piemonte.

DOMENICA 5 LUGLIO - AUTO RIFUGIO CESARE DALMAZZI (M 2590)

In visita alle seraccate e al granito del Monte Bianco

Difficoltà: *EE con ferrata PD*
Tempo di salita: 3 ore **Dislivello:** 821 m.

Il rifugio Dalmazzi al Triolet si trova ai piedi di uno sperone roccioso che sale alla quota 3260 nel gruppo dei Monts Rouges de Triolet. Il rifugio si trova in posizione molto panoramica sulla morena che domina dall'alto la lingua terminale del ghiacciaio del Triolet; intorno ad esso si innalzano vette prodigiose e pareti stupefacenti. Da Aosta si segue la statale sino a Courmayeur e da qui si imbecca la Val Ferret sino ad Arnouva. Qui inizia il sentiero che conduce attraverso una facile e divertente ferrata, al rifugio.

DOMENICA 12 LUGLIO - AUTO CORNO MARA (2807 M) - SONDRIO

Difficoltà: *EE* **Dislivello:** 1250 m.

L'ascensione al Corno di Mara (Corna Mara) non presenta particolari difficoltà e permette di conoscere una cima che fa parte della storia delle prime ascensioni in Valtellina e di raggiungere un osservatorio estremamente panoramico sulle cime della Valmalenco e sulla catena orobica. Da Sondrio, si raggiunge il piccolo paese di Montagna in Valtellina, traversato il

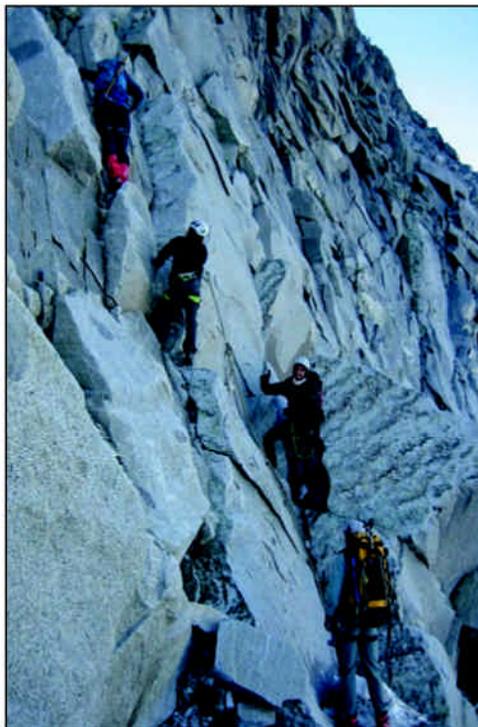
quale si giunge all'Alpe Mara (1749 m) al limitare del bosco. Da qui inizia il panoramico sentiero che conduce alla la vetta.

DOMENICA 19 LUGLIO - PULLMAN SAN BERNARDINO, SVIZZERA

Passi sul Selciato: è il suono della storia lungo le antiche mulattiere delle Alpi Centrali

Difficoltà: *T* **Tempo di percorrenza:** 3,30 ore
Dislivello: 490 m
Percorso: mulattiera e sentiero segnato.

Il passo del San Bernardino, posto in Val Mesolcina, nel Cantone dei Grigioni, non ha la fama del Gottardo e dello Spluga, ma fra i valichi storici ha una peculiarità. Percorrendolo a piedi si ha modo di osservare tre tracciati succedutisi nel tempo: il sentiero medievale, ma forse ancora più antico; la mulattiera di età moderna e la carrozzabile del XIX secolo. Quest'ultima, fra l'altro, fu una delle prime "strade commerciali" di concezione moderna. Si parte da San Bernardino Villaggio (m 1608) sino ad arrivare



al passo omonimo e quindi all'ospizio posto a 2065 m. La zona del passo è molto ampia, l'insenatura copre una superficie modellata dai ghiacciai in dossi e piccole depressioni occupate da torbiere e laghetti. Brughii e sfagni, carezzati dal vento popolano questi suggestivi ambienti naturali.

DOMENICA 25-26 LUGLIO - AUTO ROCCIAMELONE (3528M) Val DISUSA

Pernottamento al Rifugio Ca' D' Asti (2854 m)

Durata percorso

Primo giorno: 1,5 ore per il rifugio **disl.** 500 m.

Secondo giorno: 3,30 per la vetta **disl.** 1200 m

Difficoltà: EE

Molto conosciuto e tanto amato dai torinesi, dalla cui città è ben visibile, è un monte dalle bizzarre caratteristiche. Innanzitutto è facilmente confondibile con il Monviso da chi lo vede dalla pianura piemontese, inoltre è chiamato anche "Il piccolo Cervino" per la sua somiglianza con questo. Dal rifugio si sale seguendo l'ottima segnaletica bianco-rossa su pietraie stabili se asciutte e con una serie di tornanti si arriva alla Crocetta di Ferro (3306 m. +1h). Inizia qui la parte dove bisogna prestare un minimo di attenzione perché il percorso è facile ma esposto. Allo scopo di tranquillizzare anche il più ansioso dei pellegrini sono state installate delle corde fisse che accompagnano la salita fino al santuario e quindi alla vetta (+40min). La salita non comporta alcuna difficoltà tecnica, si deve però tener presente l'altitudine ed è necessario un abbigliamento consono allo zero termico. Il panorama dalla vetta è spettacolare su tutto l'arco alpino e la pianura.

5 - 6 SETTEMBRE - AUTO MONT GELE' (3519 M)

Val D'Aosta – Valpelline

Difficoltà: EEA - I -F **Dislivello:** totale 1800m.

La montagna si trova sullo spartiacque tra Svizzera e Italia; il versante italiano si colloca nel Comune di Ollomont. La via normale alla vetta si sviluppa sulla cresta principale risalendo dal Colle del Mont Gelé. La salita è di tipo alpinistico essendo necessari corda, picozza e ramponi per la presenza di ghiacciaio. Si pernotta al rifugio Crete Seche.

DOMENICA 13 SETTEMBRE - AUTO CIMA DELLA LAURASCA - VAL GRANDE

Difficoltà: E **Tempo di salita:** 3 ore

Dislivello: 939 m.

Bella gita escursionistica nell'Alta Val Grande: la Laurasca (m. 2193) si trova tra le valli Loana, Pogallo e Portaiola e offre uno sguardo a 360 gradi dalle Alpi al Lago Maggiore. Da Domodossola si segue la statale della Val Vigezzo sino a Malesco: Seguendo la strada per Finero, circa trecento metri dopo la piazza della chiesa, ci si immette sulla carrabile per la Valle Loana. Dopo 5 chilometri si arriva in località Fondighebi dove si posteggia. Qui inizia il sentiero di salita

DOMENICA 20 SETTEMBRE - AUTO PASSO BALDISCIO (2350)

Val Febraro (Val Chiavenna)

Difficoltà: E **Tempo di salita:** 3,30 ore

Dislivello: 1150 m.



La gita proposta ha come meta il Passo Baldiscio, la più comoda comunicazione fra l'alta Val San Giacomo e l'alta Mesolcina. Di sicuro tale importante aspetto non sfuggì ai primi uomini che si spinsero fra questi monti, nel cuore delle Alpi. Recenti scavi archeologici condotti sul margine settentrionale dell'altopiano, a 2000 m circa, hanno portato alla luce reperti che testimoniano di una ripetuta frequenza umana riconducibile almeno a 7000 anni or sono. E' un agevole percorso che si svolge in parte su sentiero e in parte su tracce lungo i dossi erbosi del Piano dei Cavalli. Consigliabile agli amanti dei grandi spazi.

DOMENICA 27 SETTEMBRE
PULLMAN + TRAGHETTO
SAN BENEDETTO PO - MANTOVA

Dal Po alla reggia dei Gonzaga.
Per risalire il fiume della poesia.

Pranzo: *al sacco oppure al ristorante del traghetto*

Imbarco a San Benedetto Po, passaggio per la conca di Governolo, il paese dove si fermò Attila, e risalita del Mincio, contro corrente. Di fronte ad Andes, nel luogo natale del grande poeta Virgilio (oggi Pietole), galleggiano le ninfee. Spettacolare, entrando nel lago Inferiore, la visione della Reggia dei Gonzaga.



DOMENICA 11 OTTOBRE - PULLMAN
POLENTA AL RIFUGIO MARTINA

Una facile escursione nel bel mezzo del triangolo lariano che ha come meta un bellissimo e panoramico rifugio dove pranzare a base di polenta. Il rifugio Martina si trova sul versante nord del monte S. Primo in una zona molto

panoramica da dove è possibile, nelle giornate più limpide, godere di una spettacolare vista sul Lago di Como.

DOMENICA 18 OTTOBRE - AUTO
L'ANELLO DI ARCUMEGGIA

Tempo complessivo: 6 ore **Dislivello:** 650 m
Arcumeggia è un piccolo centro, nella provincia di Varese, situato su una sella montagnosa che chiude quasi il passo a chi voglia salire dalla Valcuvia verso il magnifico panorama che, dall'alto del Monte Nudo, si presenta sul bacino del Verbano. La riscoperta di Arcumeggia avvenne ai primi del secolo da parte di modesti villeggianti milanesi che si contentavano di qualche stanza ariosa, del latte fresco e dell'aria pulita. Ma di una vera ripresa si poté parlare solo quando l'Ente Provinciale per il Turismo di Varese nel 1956 pensò di ambientare ad Arcumeggia una serie di affreschi, chiamando a coprire le pareti esterne delle case i maggiori pittori contemporanei. L'idea, che era sorta nell'ambito delle iniziative turistiche, arrivò ad imporsi come avvenimento artistico per merito dei Maestri chiamati all'impresa, fra i quali si possono riconoscere i nomi più resonanti della pittura contemporanea italiana. L'itinerario proposto percorre suggestive strade militari, compiendo un anello attorno al Monte della Colonna.

DOMENICA 25 OTTOBRE - PULLMAN
CASTAGNATA CON IL CSE DI ARLUNO

Si raggiunge il Comune di Cercino dove la raccolta delle castagne è libera. A mezzogiorno, polenta concia e costine cucinate dagli alpini del paese.

27 - 28 - 29 NOVEMBRE - PULLMAN
MONACO DI BAVIERA
MERCATINI DI NATALE

Programma di massima:

Primo giorno: visita ai graziosi paesini di Mittenwald e Oberammergau famosi per le case affrescate e decorate.

Secondo giorno: visita guidata alla città di Monaco di Baviera ed ai mercatini di Natale.

Terzo giorno: visita ai castelli di Linderhof o Neuschwanstein.



SEZIONE DI VITTUONE

Programma Escursionistico 2009

REGOLAMENTO GITE C.A.I. VITTUONE

La quota di partecipazione deve essere versata all'atto dell'iscrizione. Essa viene rimborsata in caso di annullamento della gita, oppure se l'iscritto comunica la propria rinuncia alla gita entro il martedì precedente. I partecipanti alla gita, durante l'escursione, devono osservare scrupolosamente le disposizioni impartite dal capo gita ed adottare tutti gli accorgimenti atti a garantire la propria e l'altrui incolumità. Iscrivendosi alla gita i partecipanti si impegnano ad osservare le norme del presente regolamento. Il capo gita ha la facoltà di individuare tra gli iscritti i necessari collaboratori ai quali affidare la responsabilità del materiale collettivo, l'incombenza di seguire i più lenti o di tracciare il percorso e particolari incarichi in relazione a particolari circostanze che si dovessero presentare. Durante lo svolgimento della gita il capo gita può disporre variazioni di percorso e di orario. Nelle escursioni che presentano difficoltà alpinistiche, gli accompagnatori possono consentire la partecipazione solo ad elementi ritenuti idonei e adeguatamente attrezzati. I minorenni devono essere accompagnati da un adulto che ne assuma completa responsabilità. L'escursione può essere sospesa per condizioni atmosferiche avverse. E' data facoltà agli

organizzatori di apportare eventuali variazioni al programma. I partecipanti devono essere sempre equipaggiati in maniera adeguata alla difficoltà della gita, alla quota ed alla stagione, in particolare seguendo i consigli riportati nelle schede delle gite. Il C.A.I. e gli accompagnatori non assumono responsabilità od onere alcuno per incidenti o danni che dovessero capitare durante lo svolgimento delle escursioni. Si precisa che gli accompagnatori, mettendo a disposizione la loro esperienza e le loro conoscenze dei luoghi, svolgono unicamente funzioni di proposta e animazione. I soci sono coperti dall'assicurazione offerta dal C.A.I. contestualmente all'iscrizione annuale. Essa copre i costi del soccorso alpino in montagna e dell'infortunio secondo i massimali stabiliti dal CAI. Nella scheda propositiva della gita sono indicati i servizi acquisiti tramite la quota di iscrizione. Il Direttivo si riserva la facoltà di fissare priorità a favore dei soci nelle iscrizioni alle gite.



Consiglio direttivo

Ravani Carlo:	338 2042781	Presidente
Bigogno Giorgio:	340 2978051	Organizzazione gite
Faletti Franco	347 0899777	Organizzazione gite
Albizzati Mauro:	339 8815446	Responsabile gite invernali
Giubileo Luciano:	338 8284635	Segretario
Lagarde Alain	328 0555881	Vicepresidente
Pobbiati Luigi	339 8724807	Responsabile relazioni esterne
Olivares Laura	333 3855377	Contabile

Club Alpino Italiano Sezione di Vittuone:

Sede: via Villorosi, 42 - Vittuone - martedì e venerdì dalle ore 21
 e-mail: cai.vittuone@gmail.com - Sito internet: www.cai.vittuone.it