

CLUB ALPINO ITALIANO

Sezione di Merate



Attività Sezioneale 2011

In collaborazione con:



Comune di
MERATE

www.caimerate.it

merate@cai.it

Sede sociale: *Via Matteotti, 2 c/o Centro Tennis Roseda 23807 - Merate (LC)*

GITE SCIALPINISTICHE

- | | | |
|-----|--|------------------|
| 1. | Col Serena (2547 m), Valle del Gran San Bernardo | 18 dicembre 2010 |
| 2. | Colle Piglimò (2485 m), Val Sermenza | 9 gennaio |
| 3. | Pizzo Camino (2491 m), Val di Scalve | 23 gennaio |
| 4. | Periplo del Rosso (2374 m), Prealpi biellesi | 6 febbraio |
| 5. | Corno di Nefelgiù (2864 m), Val Formazza | 20 febbraio |
| 6. | Val Maira | 4-6 marzo |
| 7. | Val di Rhêmes | 13 marzo |
| 8. | Palla Bianca (3738 m), Alpi Venoste | 26-27 marzo |
| 9. | Monte Vélan (3731 m), Alpi Pennine | 9-10 aprile |
| 10. | Bishorn (4153 m), Alpi Pennine | 7-8 maggio |

GITE ESCURSIONISTICHE E ALPINISTICHE

- | | | |
|-----|--|--------------|
| 11. | Notturna al Grignone (2410 m), Valsassina | 15 gennaio |
| 12. | Gita ciclistica, Val Seriana | 27 marzo |
| 13. | Alpe del Vicerè, Triangolo Lariano | 3 aprile |
| 14. | Gita in Liguria | 16 aprile |
| 15. | Ferrata della Sacra di San Michele, Bardonecchia | 12 giugno |
| 16. | Gita in tenda per famiglie | 26 giugno |
| 17. | Breithorn (4165 m), Alpi Pennine | 3 luglio |
| 18. | Cervino (4478 m), Alpi Pennine | 16-17 luglio |
| 19. | Piz Languard (3262 m), Engadina | 4 settembre |
| 20. | Monte Legnone (2609 m), Valvarrone | 18 settembre |
| 21. | Castagnata | 2 ottobre |

ATTIVITA' SOCIALE

- | | | |
|-----|----------------|-------------|
| 22. | Pranzo Sociale | 20 novembre |
| 23. | Panettone | 23 dicembre |

1. COL SERENA (2547 m)



Località di partenza: *Crevacol (AO)*

Dislivello: *877 m*

Tempo di salita: *3h*

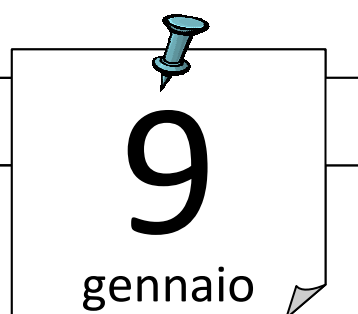
Difficoltà: *MS*

Esposizione: *NE*

Responsabile gita: *Alessandro Fassò (cell: 338 655 1631, email: alessandro.fasso@unibg.it)*

Classica salita sci alpinistica nella Valle del Gran San Bernardo che permette di immergersi in una bellissima valle ampia e circondata da belle cime rocciose. Moderato dislivello, lungo sviluppo e difficoltà tecniche contenute.

2. COLLE PIGLIMO' (2485 m)



Località di partenza: *Rima (VC) in Val Sermenza*

Dislivello: *1074 m*

Tempo di salita: *3 h*

Difficoltà: *BS*

Esposizione: *SE*

Responsabile gita: *Alessandro Fassò (cell: 338 655 1631, email: alessandro.fasso@unibg.it)*

Visione mozzafiato della parete Sud del Monte Rosa.

3. PIZZO CAMINO (2491 m)

Località di partenza: *Schilpario (BG) in Val di Scalve*

Dislivello: *1150 m*

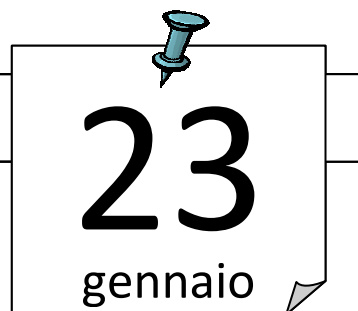
Tempo di salita: *4h ½*

Difficoltà: *BSA+*

Esposizione: *NO*

Responsabile gita: *Alessandro Fassò (cell: 338 655 1631, email: alessandro.fasso@unibg.it)*

Il Pizzo Camino domina la conca di Schilpario con pareti e creste rocciose dal tipico aspetto dolomitico.



Engadina, Cima Flix

4. PERIPLO DEL ROSSO (2374 m)



Località di partenza: *Oropa (BI)*

Dislivello: *1400 m*

Tempo di salita: *4h*

Difficoltà: *MS*

Esposizione: *Varie*

Responsabile gita: *Alessandro Fassò (cell: 338 655 1631, email: alessandro.fasso@unibg.it)*

Suggestivo itinerario di scialpinismo, abbastanza lungo, che segue il classico percorso dell'omonima gara di scialpinismo.

5. CORNO DI NEFELGIU' (2864 m)



Località di partenza: *Cascate del Toce in Val Formazza*

Dislivello: *1183 m*

Tempo di salita: *3h ½*

Difficoltà: *BS*

Esposizione: *NE*

Responsabile gita: *Alessandro Fassò (cell: 338 655 1631, email: alessandro.fasso@unibg.it)*

Itinerario interessante in ambiente selvaggio che, data l'esposizione, è comunemente affrontato in condizioni di neve farinosa. Si svolge su pendenze poco accentuate, ad eccezione del traverso di metà gita.

6. VAL MAIRA



Località di partenza: *Val Maira (CN)*

Dislivello: *vario*

Tempo di salita: *vario*

Difficoltà: *varia*

Esposizione: *Varia*

Responsabile gita: *Alessandro Fassò (cell: 338 655 1631, email: alessandro.fasso@unibg.it)*

La Val Maira offre un grande numero di gite molto belle e diverse per dislivello e difficoltà. Il programma dettagliato sarà definito in relazione al livello dei partecipanti.

7. VAL DI RHEMES



Località di partenza: *Rhèmes de Notre Dame*


Responsabile gita: *Ivano Del Fabbro*

(cell: 333 972 1195)

Gita sulla neve in Val di Rhèmes, accessibile a tutti grazie alle diverse alternative disponibili per i partecipanti:

- *Impianti per lo sci di discesa e di fondo;*
- *Escursioni con le ciaspole;*
- *Gita sci alpinistica alla Cima di Entrelor (dislivello: 1700 m, difficoltà: BS, Esposizione: NO).*

8. PALLA BIANCA (3738 m)



26-27
marzo

Località di partenza: *Melago (BZ) in Valle Lunga*

Dislivello: *1900 m*

Tempo di salita: *2 giorni*

Difficoltà: *MSA/OSA*

Esposizione: *E*

Responsabile gita: *Alessandro Fassò (cell: 338 655 1631, email: alessandro.fasso@unibg.it)*

Entusiasmante escursione d'alta quota su ghiacciaio. Richiede esperienza, buone condizioni meteo e adeguata preparazione fisica. Offre delle stupende impressioni paesaggistiche.

9. MONTE VÉLAN (3731 m)



9-10
aprile

Località di partenza: *Bourg Saint Pierre*

Dislivello: *1900 m*

Tempo di salita: *2 giorni*

Difficoltà: *BSA*

Esposizione: *N*

Responsabile gita: *Alessandro Fassò (cell: 338 655 1631, email: alessandro.fasso@unibg.it)*

Gita suggestiva di buon impegno e grande soddisfazione in ambiente glaciale, che offre uno splendido panorama, in particolare sul vicino Grand Combin. Date le caratteristiche dell'itinerario è richiesta una discreta esperienza ed un buon allenamento. Pernottamento presso il Rifugio Cabane du Vèlan.

10. BISHORN (4153 m)



Località di partenza: *Zinal in Val de Zinal, Vallese.*

Dislivello: *2481 m*

Tempo di salita: *2 giorni*

Difficoltà: *BSA*

Esposizione: *O e NO*

Responsabile gita: *Alessandro Fassò (cell: 338 655 1631, email: alessandro.fasso@unibg.it)*

Salita di grande impegno e soddisfazione al 4000 noto come la "Signora delle Alpi Vallesi".



Le cime sopra le nuvole, dalla vetta del Grignone

11. GRIGNONE (2410 m)

Località di partenza: *Balisio*

Dislivello: *1600 m*

Tempo di salita: *3h ½*

Difficoltà: *Escursionistica*

Responsabile gita: *Carlo Perego (cell: 348 883 1969)*

Gita notturna al chiaro di luna sull'itinerario invernale che sale al rifugio Brioschi, in vetta alla Grigna Settentrionale.



15

gennaio

12. GITA CICLISTICA IN VAL SERIANA

Località di partenza: *Alzano Lombardo*

Responsabile gita: *Carlo Perego (cell: 348 883 1969)*

Itinerario affascinante sull'agevole pista ciclabile che costeggia il fiume Serio, che permette di godere della quiete della natura lontano dal rombo dei motori.



27

marzo

13. ALPE DEL VICERE' - CAPANNA MARA

Località di partenza: *Erba*

Dislivello: *530 m*

Tempo di salita: *1h ½*

Difficoltà: *Escursionistica (E/EE)*

Responsabile gita: *Sandro Biella (cell: 335 769 3004)*

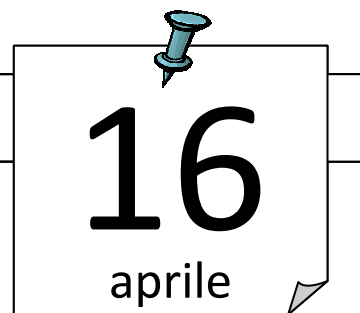
Itinerario suggestivo, che raggiunge l'Alpe del Vicerè per il sentiero delle scale. Corre sul bordo della forra del torrente Bova, attrezzato con una scala e qualche catena. Possibilità di prosecuzione per la Capanna Mara e Monte Palanzone.



3

aprile

14. GITA IN LIGURIA



Località di partenza: *Sestri Levante*

Dislivello: *550 m*

Durata percorso: *4h*

Difficoltà: *Turistica*

Responsabile gita: *Ivano Del Fabbro (cell: 333 972 1195)*

Facile gita aperta tutti sul panoramico sentiero che, con leggeri saliscendi tra boschi di lecci e pini, collega Riva Trigoso (Sestri Levante) al paese di Moneglia. Il sentiero, immerso nella vegetazione mediterranea, permette di poter ammirare il mare con degli scorci sempre suggestivi.



Lago di Trona, Val Gerola

15. FERRATA DELLA SACRA DI SAN MICHELE



12

giugno

Località di partenza: *S. Ambrogio (TO)*

Dislivello: *600 m*

Tempo di salita: *3h*

Difficoltà Via ferrata: *PD*

Responsabile gita: *Fausto Maggioni (tel: 039 990 6734)*

La Sacra è un santuario dell'anno mille, costruita sulla cima di uno sperone roccioso a 1200-1300 metri. Si può raggiungere sia con la ferrata, non difficile ma un poco esposta, sia con un facilissimo sentiero. La gita, validissima anche sotto il profilo culturale, risulta quindi accessibile a tutti.

16. GITA IN TENDA PER FAMIGLIE



26

giugno

Località di partenza: *Boriolo (Sondrio)*

Responsabile gita: *Ivano Del Fabbro (cell: 333 972 1195)*

Gita in Valtellina aperta a tutte le famiglie che desiderano trascorrere in compagnia un weekend in montagna.

17. BREITHORN (4165 m)

Località di partenza: *Cervinia*

Dislivello:

Tempo di salita: *2 giorni*

Difficoltà: *Alpinistica (F)*

Responsabile gita: *Gianmario Riva (tel: 039 671 175)*

Salita che non presenta particolari difficoltà tecniche ma da non sottovalutare per la considerevole quota, l'impegno fisico e l'attraversamento di un ghiacciaio. Panorama stupendo, che abbraccia un incredibile numero di cime, che vanno dal Cervino al Rosa, passando per le montagne del Vallese svizzero.



18. CERVINO (4478 m)

Località di partenza: *Cervinia*

Dislivello: *2400 m*

Tempo di salita: *2 giorni*

Difficoltà: *Alpinistica (D)*

Responsabile gita: *Carlo Perego (cell: 348 883 1969) e Gianmario Riva (tel: 039 671 175)*

Ascesa alla vetta del Cervino salendo il versante italiano, percorrendo quasi integralmente la cresta Sud-Ovest. Da Cervinia si sale al rifugio Jean-Antoine Carrel, dove si pernotta. Il giorno successivo salita in vetta. Si tratta di una impegnativa gita alpinistica, aperta perciò esclusivamente ad alpinisti esperti.





Ortles, 4 luglio 2010 – Foto di vetta

19. PIZ LANGUARD (3262 m)

Località di partenza: *Pontresina*

Dislivello: *1100 m*

Tempo di salita: *3h*

Difficoltà: *Escursionistica (E/EE)*

Responsabile gita: *Sandro Biella (cell: 335 769 3004)*

Famosa vetta dell'Alta Engadina. Possibilità di rientro passando da Muottas Mural e Chamanna Segantini, dedicata all'omonimo pittore divisionista italiano, che ivi operò e morì per una banale peritonite.



20. MONTE LEGNONE (2609 m)



18

settembre

Località di partenza: *Premana*

Dislivello: *1500 m*

Tempo di salita: *3h ½*

Difficoltà: *Escursionistica (E)*

Responsabile gita: *Luigi Bosisio*

Classica ascensione sulla “sentinella della Valtellina”, dalla cui cima si può godere di uno spettacolare panorama a 360° che abbraccia tutte le Alpi Centrali. Itinerario a tratti faticoso ma indubbiamente molto appagante. Nelle giornate terse si potranno facilmente riconoscere il Pizzo Badile, il Cengalo e il Monte Disgrazia.

21. CASTAGNATA



2

ottobre

Castagnata aperta a tutti presso la località Roccoli d'Artesso, in Valvarrone. Area attrezzata in prossimità di un bel laghetto adagiato su un pianoro e ombreggiato da larici maestosi.

22. PRANZO SOCIALE



20

novembre

Consueto ritrovo annuale al ristorante per una bella mangiata in compagnia. Informazioni più precise verranno comunicate per tempo.



Roccoli d'Artesso – Castagnata 2010

23. PANETTONE

*Tutti invitati al classico appuntamento per ritrovarsi
assieme prima delle feste presso la nostra sede.*

*Un'occasione per scambiarsi gli auguri di Buon Natale e mangiare in
compagnia una fetta di panettone.*



23
dicembre

L'iscrizione alle gite è valida con il pagamento dell'eventuale caparra.

Per l'iscrizione e per eventuali informazioni (luogo e orario di ritrovo, costi, attrezzatura) rivolgersi al responsabile della gita.

Le gite in pullman e/o su più giorni vengono confermate al venerdì della settimana precedente: **iscrivetevi per tempo !**

Le gite scialpinistiche sono confermate il venerdì e possono essere modificate nella destinazione e nella data in relazione alle condizioni nivo-meteorologiche.

Mailing list: aperta a tutti i simpatizzanti che desiderano essere tempestivamente informati sulle iniziative promosse dalla sezione. Per iscriversi inviare un'email a merate@cai.it riportando in oggetto: "richiesta d'iscrizione alla mailing list CAI-Merate".

Ginnastica presciistica: da settembre a maggio, il lunedì e il venerdì alle 21 presso la palestra dell'Istituto Viganò in via Lodovichi 2, Merate.

Corsi di alpinismo: il CAI di Merate con la Scuola di Alpinismo Alta Brianza organizza i seguenti corsi di alpinismo:

- Corso di alpinismo base (ARG1): in primavera;
- Corso di perfezionamento roccia (AR2): a settembre;
- Corso di arrampicata libera (AL1): in autunno.

Per ulteriori informazioni rivolgersi in sede oppure visitare il sito: <http://scuolaalpinismoaltabrianza.wordpress.com/>.

Notizie dalla sezione ...

Dal 1° gennaio 2011 il nuovo direttivo della Sezione CAI di Merate è composto dalle seguenti persone:

Carica	Nome	Telefono	Referente Attività
Presidente	GianMario Riva	039 671175	Scuola Alpinismo
Vice Presidente	Roberto Tamandi	338 3124477	Scuola Alpinismo
Segretario	Diego Airoidi	039 9906112	Arrampicata
Consigliere	Albino Codara	339 7360496	Mountain Bike
Consigliere	Carlo Perego	348 8831969	Scuola Alpinismo
Consigliere	Vittorino Castelli	039 9920622	Escursionismo
Consigliere	Gaia Colombo	039 510934	Biblioteca e Cultura Montana
Consigliere	Gianluigi Codara	039 9908237	Escursionismo
Consigliere	Giulio De Cani	329 4929155	Sci
Consigliere	Ivano del Fabbro	333 9721195	Escursionismo e Giovanissimi
Consigliere	Marco Panzeri	349 7437998	Giovani

Il presente programma è stato approvato dal C.D.

Si ricorda ai soci che fino al 31 marzo è possibile rinnovare il bollino della tessera CAI presso la nostra sezione all'indirizzo: Via Matteotti, 2 c/o Centro Tennis Roseda 23807 - Merate (LC). Orario d'apertura: Venerdì sera (21:15-23:30)

Per maggiori informazioni in merito alle quote associative di quest'anno e riguardo tutte le iniziative proposte potete visitare il nostro sito:

www.caimerate.it