



CLUB ALPINO ITALIANO
SEZIONE VALTELLINESE SONDRIO

PROGRAMMA
escursioni

2024



CLUB ALPINO ITALIANO
SEZIONE VALTELLINESE DI SONDRIO

| Programma 2024 |



SEZIONE VALTELLINESE

Sede sociale:

Via Trieste, 27 - 23100 Sondrio

Tel. e Fax 0342.21.43.00

info@caivaltellinese.it - www.caivaltellinese.it

Apertura sede: martedì e venerdì (ore 21-22.30)

BERBENNO

Via alle Scuole 103 - 23010 Berbenno

Tel. 392 2821181

infocaiberbenno@gmail.com

PONTE IN VALTELLINA

Piazza Luini - 23026 Ponte in Valtellina

info@caiponteinvalltellina.it

TEGLIO

Via Valtellina, 2 - 23036 Teglio

Tel. 347 3578756

info@caiteglio.it

TIRANO

Via Garibaldi 8 - 23037 Tirano

Tel. 348 7428339

caitirano@gmail.com

VALDIDENTRO

Via Nazionale 18 - 23038 Isolaccia

valdidentro@caialtavaltellina.it

CONDIZIONI PER LA PARTECIPAZIONE ALLE ESCURSIONI

- La partecipazione è aperta a tutti. È comunque raccomandabile l'iscrizione al CAI.
- Il coordinatore è il responsabile dell'escursione (iscrizioni, assicurazione, scelta degli itinerari, variazioni agli stessi, conduzione del gruppo); il secondo accompagnatore è di ausilio al coordinatore durante l'effettuazione della escursione; negli itinerari classificati EEA, è presente un accompagnatore con qualifica CAI responsabile della sicurezza durante l'escursione. Le due figure possono coesistere nella medesima persona. Negli itinerari classificati A sono sempre presenti gli istruttori della Scuola di alpinismo.
- Qualsiasi comportamento dei partecipanti che pregiudichi l'ottimale conduzione dell'escursione o che ne metta a repentaglio la sicurezza, sarà motivo di non accettazione successiva. Il coordinatore dell'escursione ha la facoltà di non accettare persone che non siano ritenute in grado di affrontare, per difficoltà del percorso e/o per carenza o mancanza di attrezzature e/o materiali idonei, l'escursione stessa.
- L'iscrizione all'escursione deve avvenire, tassativamente, entro il venerdì antecedente la data di effettuazione o entro la data indicata nella descrizione dell'escursione; la mancata iscrizione comporterà la non accettazione della partecipazione alla escursione.
- Le escursioni con pernottamento in rifugio e trat-

tamento di 1/2 pensione, comportano, a carico dei partecipanti, il versamento anticipato di una caparra e l'iscrizione con almeno 15 giorni di anticipo.

- In caso di uso del mezzo proprio i trasportati dovranno accordarsi col proprietario per le spese di trasferimento.
- Gli iscritti al CAI partecipanti alle attività, organizzate e deliberate dalla Sezione, usufruiscono della copertura assicurativa che riguarda l'infortunio, la responsabilità civile e l'intervento del Soccorso Alpino. Per i non iscritti al CAI, partecipanti alle attività deliberate dalla Sezione CAI, è garantita la copertura per responsabilità civile; per loro è obbligatoria una ulteriore copertura assicurativa, riguardante sia l'infortunio sia l'intervento del Soccorso Alpino, che avviene dietro versamento di una quota prefissata all'atto dell'iscrizione all'escursione. La quota versata, in caso di non effettuazione della gita, non verrà restituita in quanto la stessa è già stata versata alla sede del CAI Centrale.
- È necessario munirsi di attrezzatura ed abbigliamento adeguati per l'effettuazione dell'escursione (scarponcini, zaino, vestiario leggero e pesante, guanti, occhiali da sole, copricapo, crema solare, pila, telo termico, bussola, altimetro, ecc.), kit di pronto soccorso, bevande analcoliche in contenitori possibilmente non di plastica, cibo.
- Per le escursioni contrassegnate con EEA è inoltre obbligatorio munirsi di imbracatura, set omologato da ferrata, casco.
- Date, itinerari e organizzazione potranno subire variazioni in rapporto alla situazione meteorologi-

ca e ambientale: eventuali cambiamenti verranno comunicati tempestivamente ai partecipanti.

- Per ragioni di sicurezza, durante le escursioni non è consentito portare cani al seguito.
- I tempi di percorrenza sono indicativi; per le gite escursionistiche si riferiscono ad una progressione verticale di circa 350 metri all'ora.
- Le escursioni sono organizzate con cura. Sono però sempre possibili imprevisti che possono far modificare il programma anche durante lo svolgimento.

CONDIZIONI PER LA PARTECIPAZIONE ALLE GITE ALPINISTICHE

Le gite comportano per i partecipanti un adeguato allenamento su percorsi in roccia e ghiaccio, un ottimo senso dell'equilibrio, la capacità di procedere in cordata, conoscenze a livello alpinistico. È obbligatoria la seguente attrezzatura: imbraco, casco, ramponi, piccozza, alcuni moschettoni, cordini, occhiali da sole, vestiario da alta montagna.

In caso di necessità di attrezzature per trasporto disabili l'associazione "dappertutto OdV" mette a disposizione gratuitamente joëlette, handbike, cargobike ecc.

Per prenotazioni ed eventuale formazione su montaggio e utilizzo delle attrezzature inviare una richiesta a consulenza@dappertutto.org

DEFINIZIONE E TIPOLOGIE DI SENTIERO

T = TURISTICO

Percorsi su carrarecche, mulattiere o evidenti sentieri che non pongono incertezze o problemi di orientamento, con modeste pendenze e dislivelli contenuti.

ABILITÀ E COMPETENZE

Richiedono conoscenze escursionistiche di base e preparazione fisica alla camminata.

ATTREZZATURE

Sono comunque richiesti adeguato abbigliamento e calzature adatte.

E = ESCURSIONISTICO

Percorsi che rappresentano la maggior parte degli itinerari escursionistici, quindi tra i più vari per ambienti naturali. Si svolgono su mulattiere, sentieri e talvolta tracce; su terreno diverso per contesto geomorfologico e vegetazionale (es. pascoli, sottobosco, detriti, pietraie). Sono generalmente segnalati e possono presentare tratti ripidi. Si possono incontrare facili passaggi su roccia, non esposti, che necessitano l'utilizzo delle mani per l'equilibrio. Eventuali punti esposti sono in genere protetti. Possono attraversare zone pianeggianti o poco inclinate su neve residua.

ABILITÀ E COMPETENZE

Richiedono senso di orientamento ed esperienza escursionistica e adeguato allenamento.

ATTREZZATURE

È richiesto idoneo equipaggiamento con particolare riguardo alle calzature.

EE= ESCURSIONISTI ESPERTI

Percorsi quasi sempre segnalati che richiedono capacità di muoversi lungo sentieri e tracce su terreno

impervio e/o infido (pendii ripidi e/o scivolosi di erba, rocce o detriti sassosi), spesso instabile e sconnesso. Possono presentare tratti esposti, traversi, cenge o tratti rocciosi con lievi difficoltà tecniche e/o attrezzati, mentre sono escluse le ferrate propriamente dette. Si sviluppano su pendenze medio-alte. Può essere necessario l'attraversamento di tratti su neve, mentre sono esclusi tutti i percorsi su ghiacciaio.

ABILITÀ E COMPETENZE

Necessitano di ottima esperienza escursionistica, capacità di orientamento, conoscenza delle caratteristiche dell'ambiente montano, passo sicuro e assenza di vertigini, capacità valutative e decisionali nonché di preparazione fisica adeguata.

ATTREZZATURE

Richiedono equipaggiamento e attrezzatura adeguati all'itinerario programmato.

EEA = ESCURSIONISTI ESPERTI CON ATTREZZATURE

Per ferrata si intende un itinerario i cui tratti su roccia sono appositamente attrezzati con strutture metalliche: cavi, catene, scale, pediglie e staffe, che ne facilitano e consentono la progressione.

Prevedono l'uso dei dispositivi di protezione individuali certificati secondo le normative vigenti (imbragatura, kit da ferrata e casco) e una adeguata preparazione tecnica.

Sono segnalate alla partenza da apposita tabella e rispettano precisi criteri costruttivi e normativi.

EEA - F (FERRATA FACILE)

Percorso poco esposto, ben protetto e poco impegnativo tecnicamente. Il cavo e/o catena e gli altri eventuali infissi ben agevolano la progressione insieme ai numerosi appoggi e appigli naturali.

Possono essere presenti brevi tratti verticali. Richiede un uso corretto e attento dei dispositivi di protezione individuale.

EEA - PD (FERRATA POCO DIFFICILE)

Ferrata su tracciato articolato con presenza di canali e camini, passaggi verticali e tratti esposti. Attrezzata con cavo e/o catena, può presentare vari infissi metallici (gradini, pediglie, staffe e scale metalliche).

Richiede attenzione nella progressione, appoggi e appigli sono presenti con varietà di soluzione per i passaggi.

Necessita un uso corretto e attento dei dispositivi di protezione individuale.

EEA - D (FERRATA DIFFICILE)

Ferrata il cui tracciato è in prevalenza verticale e può superare qualche breve tratto strapiombante, in cui l'esposizione si sussegue con una certa continuità.

Sono presenti cavo e/o catena oltre a una varietà di strutture fisse utili anche per la progressione.

Richiede preparazione fisica e tecnica con la capacità di ottimizzare appoggi e appigli per non affaticare gli arti superiori.

Necessita di un uso corretto e particolarmente attento dei dispositivi di protezione individuale.

EEA - MD (FERRATA MOLTO DIFFICILE)

Ferrata che si sviluppa su pareti ripide, articolate, con pochi appoggi e appigli naturali evidenti. Supera tratti strapiombanti con scarsi elementi artificiali.

Esposizione elevata con passaggi tecnici ed aerei che richiedono adeguata forza fisica e buona preparazione tecnica. Necessita di un uso corretto e molto attento dei dispositivi di protezione individuale.

EEA - ED (FERRATA ESTREMAMENTE DIFFICILE)

Ferrata prevalentemente verticale e strapiombante. Per la maggior parte attrezzata con il solo cavo e/o catena, gli appoggi e appigli naturali esistenti sono limitati e solo in maniera occasionale vi è presenza di staffe, pediglie o gradini.

Richiede elevata capacità tecnica e molta forza fisica. Necessita di un uso corretto ed estremamente attento dei dispositivi di protezione individuale.

EAI = ESCURSIONISMO IN AMBIENTE INNEVATO

Percorsi che si svolgono in ambiente innevato con l'utilizzo di racchette da neve, entro i limiti dell'escursionismo e quindi su pendenze medio-basse ($\leq 25^\circ$). Sono suddivisi su tre diversi livelli di difficoltà (facile, poco difficile e difficile) in ragione del dislivello, del contesto ambientale in cui si svolgono, della preparazione tecnica e dalle problematiche relative alla valutazione del pericolo di valanga che presentano. Prevedono tutte le cautele derivanti dalle specifiche e contestuali condizioni ambientali, tipiche dell'ambiente montano innevato differenti a seconda di altitudine e latitudine dell'itinerario.

EAI - F (FACILE)

CARATTERISTICHE

Percorso pianeggiante o con modeste pendenze, pari a un'inclinazione media inferiore ai 10° . Privo di difficoltà in normali condizioni ambientali. Non esposto a pendii ripidi, quindi, il pericolo di valanghe è molto ridotto. Si svolge su tracciati ampi, facilmente riconoscibili. Il dislivello è generalmente contenuto entro i 400 metri.

ABILITÀ E COMPETENZE

Non richiede particolari tecniche di utilizzo del-

le racchette da neve. Necessita di conoscenze base dell'ambiente innevato e richiede un minimo di allenamento, variabile in base alle condizioni della neve e in funzione dello sviluppo dell'itinerario.

Esente da pericoli di scivolamenti o cadute esposte.

ATTREZZATURE

È richiesto un abbigliamento idoneo alla stagione. La dotazione di ARTVA, pala e sonda è consigliata fatte salve le normative locali.

EAI - PD (POCO DIFFICILE)

Percorso con pendenze per lo più modeste, pari a un'inclinazione media tra i 10° e i 15° .

Può attraversare tratti a ridosso o in prossimità di pendii con forte inclinazione e, quindi, potenzialmente soggetti al pericolo valanghe.

ABILITÀ E COMPETENZE

Necessità di padronanza nell'utilizzo delle racchette da neve e, anche in normali condizioni ambientali, di buona capacità di valutazione locale del tracciato oltre alla corretta interpretazione del bollettino nivometeo. Non è escluso il pericolo di brevi scivolamenti. È richiesta capacità di pianificazione.

ATTREZZATURE

Indispensabile la dotazione di ARTVA, pala e sonda e la conoscenza delle tecniche di autosoccorso.

EAI - D (DIFFICILE)

CARATTERISTICHE

Percorso che presenta pendenze anche accentuate pari a inclinazioni anche fino ai 25° , su terreno variegato per morfologia ed esposizione e con versanti potenzialmente soggetti al pericolo di valanghe.

ABILITÀ E COMPETENZE

Necessità esperienza e ottima capacità nell'utilizzo

delle racchette da neve tali da poter affrontare tratti con pericolo di scivolamento.

Richiede avanzate capacità di pianificazione e ottima conoscenza dell'ambiente in funzione del manto nevoso e del pericolo valanghe, abbinata a una corretta interpretazione del bollettino nivo-meteo oltre che preparazione fisica adeguata.

ATTREZZATURE

Indispensabile la dotazione di ARTVA, pala e sonda e la conoscenza delle tecniche di autosoccorso. Può essere necessario dotarsi di piccozza e ramponi a seconda del tracciato previsto e delle condizioni ambientali.

CICLOESCURSIONISMO

Si considerano separatamente le valutazioni della difficoltà fisico/atletica e della difficoltà tecnica di un percorso. L'identificazione della difficoltà di un percorso si esprime mediante le seguenti indicazioni obbligatorie:

Per descrivere la difficoltà tecnica, si definiscono le seguenti sigle: **TC - MC - BC - OC** si deve indicare una sigla per la salita e una per la discesa, separate da una barra (/)

Alle sigle può essere aggiunto il segno + se sono presenti tratti significativi con pendenze sostenute.

Per descrivere l'impegno fisico: dislivello in metri, lunghezza in chilometri. Per descrivere la difficoltà tecnica:

TC (TURISTICO)

Percorso su strade sterrate dal fondo compatto e scorrevole, di tipo carrozzabile.

Rientrano sotto questa sigla tutti i percorsi che si svolgono su strade agevolmente percorribili dalle co-

muni autovetture: sterrati inghiaciati, tratturi inerbiti o di terra battuta senza solchi, ecc.; anche se esulano dal cicloescursionismo, si faranno rientrare sotto questa sigla le strade pavimentate (asfaltate, cementate, acciottolate, lastricate...)

Richiede un uso corretto del mezzo e capacità ciclistica di base.

MC (PER CICLOESCURSIONISTI DI MEDIA CAPACITÀ TECNICA)

Percorso su sterrate con fondo poco irregolare (tratturi, carrarecce...) o su sentieri con fondo scorrevole.

Tutte le strade rientranti nelle categorie di tratturi, carrarecce, piste agro-silvo-pastorali o di servizio a impianti, strade militari alpine ecc., che sono agevolmente percorribili da veicoli fuoristrada e non da una comune autovettura, segnate da solchi e/o avvallamenti o con presenza di detrito che non penalizza la progressione (ma che induce a cambiare la traiettoria per cercare un passaggio più agevole). Mulattiere selciate, sentieri inerbiti o in terra battuta, con fondo scorrevole, senza ostacoli (solchi, gradini) rilevanti, dove l'unica difficoltà di conduzione è data dalla presenza di passaggi obbligati che impongano precisione di guida.

Richiede capacità di conduzione in passaggi obbligati, saper applicare la tecnica del fuori-sella, un minimo di equilibrio e conduzione attiva, oltre a un uso corretto del mezzo e buona padronanza dei fondamentali della ciclismo di base.

BC (PER CICLOESCURSIONISTI DI BUONE CAPACITÀ TECNICHE)

Percorso su sterrate molto accidentate o su mulat-

tiere e sentieri dal fondo abbastanza scorrevole ma irregolare, con qualche ostacolo naturale (per es. gradini di roccia o radici).

Strade sterrate percorribili solo ed esclusivamente da veicoli fuoristrada, dal fondo irregolare o molto irregolare, con solchi e piccoli gradini. Mulattiere e sentieri dal fondo irregolare con presenza significativa di modesti ostacoli elementari (detrito che non penalizza la progressione, radici, gradini non molto alti, avvallamenti, tornanti stretti) sufficientemente distanziati.

Richiede applicazione di tutti i fondamentali, buona conduzione e precisione di guida in passaggi obbligati, da discreto a buon equilibrio, capacità di superare ostacoli semplici in piano, in salita e in discesa, capacità di conduzione attiva, ricerca della massima aderenza in salita.

OC (PER CICLOESCURSIONISTI DI OTTIME CAPACITÀ TECNICHE)

Percorso come per il BC ma su sentieri dal fondo molto irregolare, con presenza significativa di ostacoli. Mulattiere e sentieri con presenza di frequenti ostacoli compositi e in rapida successione (grossi ciottoli, detrito grossolano, gradoni, radici, tornanti...). Richiede padronanza di tutti i fondamentali, ottimo equilibrio, massima sensibilità, grande precisione di guida, ottime capacità di conduzione attiva a bassa velocità e di applicazione di diverse tecniche in contemporanea a causa della rapida successione di ostacoli compositi, senza peraltro la necessità di dover applicare tecniche trialistiche.

Per completezza, la scala indica una quinta classe di difficoltà, che esula dalle attività proposte dal CAI:

EC (ALTRE ATTIVITÀ CICLISTICHE ESTREME)

Percorsi su sentieri caratterizzati da gradoni e ostacoli in continua successione, non superabili con le tecniche cicloescursionistiche ma che richiedono tecniche di tipo trialistico, ottime doti di equilibrio e di destrezza.

AMBITI DI FORMAZIONE E VALUTAZIONE

I Qualificati e Titolati dell'escursionismo e cicloescursionismo del CAI sono formati e valutati per operare nell'ambito delle seguenti difficoltà:

ASE / AE / ANE

escursionismo

T / E / EE

specializzazione EEA

F / PD / D

specializzazione EAI

F / PD / D

ASC / AC / ANC

cicloescursionismo

TC / MC / BC / OC

escursionismo

T / E

META	CIASPOLATA PRATO VALENTINO
Data	SABATO 6 GENNAIO
Percorrenza	2 ore - 3.5 ore complessive
Difficoltà	RN-E
Dislivello	350 m
Quota massima	2100 m Dos Laù
<p>Presso il rifugio Baita del Sole a Prato Valentino di Teglio si imbecca il tracciato scialpinistico che si snoda all'interno del bosco fino ad arrivare in località Dos Laù. Si prosegue quindi scendendo in località Saline per poi rientrare alla Baita del Sole.</p>	
Attrezzatura	Racchette da neve, ARTVA, pala, sonda.
Ritrovo	Presso il rifugio Chalet Baita del Sole a Prato Valentino di Teglio alle ore 9,30
Coordinamento	CAI Teglio 347 3578756
Info utili	Trasporto con mezzi propri.

META	LUNA PIENA IN VAL DI MELLO
Data	DOMENICA 21 GENNAIO
Percorrenza	3-4 ore
Difficoltà	E
Dislivello	200 m
Quota massima	1087 m
<p>Passeggiata al chiaro di luna in val di Mello con partenza da San Martino e arrivo al rifugio Luna Nascente a Cascina Piana per la cena.</p>	
Attrezzatura	Da escursionismo invernale. In caso di neve ciaspole e attrezzature di autosoccorso.
Ritrovo	Berbenno, Piazza del Mercato - ore 16,00
Coordinamento	Bertini Roberto 339 4828001 Fontana Ugo 335 6886839
Info utili	Trasporto con auto propria. Cena in rifugio.

META	GUSTA E VAI XIII EDIZIONE
Data	DOMENICA 4 FEBBRAIO
Percorrenza	6 ore
Difficoltà	EAI - PD
Dislivello	500 m
Quota massima	1750 m
<p>Percorso eno-gastronomico a base di piatti tipici valtellinesi con tappe nelle baite presenti lungo il percorso, da località La Piana di Teglio a Prato Valentino e ritorno lungo un tracciato ad anello.</p>	
Attrezzatura	Racchette da neve
Ritrovo	Teglio, [P] La Piana - ore 8,00
Coordinamento	CAI Teglio 347 3578756 Gianluigi Martinelli 339 8573020 Luca Panizzolo 340 0828040
Info utili	L'evento si svolgerà con qualsiasi condizione metereologica e di innevamento. Possibilità di partecipazione anche con sci da alpinismo.

META	CIASPOLATA ARMISOLA
Data	DOMENICA 3 MARZO
Percorrenza	3 ore di salita
Difficoltà	EE (RN)
Dislivello	650 m
Quota massima	1800 m
<p>Partenza dal Dosso del Grillo in località Briotti; passando da Paiosa si percorre la strada agrosilvopastorale fino ad arrivare all'Alpe di Armisola.</p>	
Attrezzatura	Artva, pala, sonda, abbigliamento invernale, ciaspole, bastoncini da neve, scarponi.
Ritrovo	Ponte in Valtellina Piazza della Vittoria - ore 8,00
Coordinamento	Jan Bures 328 613 1596
Info utili	Prenotazioni entro Venerdì 1 Marzo

META	ESCURSIONE SULLA NEVE IN ENGADINA
Data	DOMENICA 24 MARZO
Percorrenza	4 ore
Difficoltà	E
Dislivello	100 m
Quota massima	1805 m
Escursione su percorsi invernali tra Saint Moritz e Pontresina.	
Attrezzatura	Da escursionismo invernale. Possono essere utili i ramponcini.
Ritrovo	Berbenno, Piazza del Mercato - ore 8,00
Coordinamento	Bertini Roberto 339 4828001 Fontana Ugo 335 6886839
Info utili	Trasporto con auto propria. Pranzo al sacco.

META	PUNTA SAN MATTEO
Data	DOMENICA 24 MARZO
Percorrenza	5 ore
Difficoltà	BSA
Dislivello	1600 m
Quota massima	3678 m
Dal parcheggio del Rifugio Forni si segue stradina verso la Diga. Si prosegue lasciando il Rifugio Branca sul costone a sx. superando un ampio vallone che scende dal Pizzo S.Giacomo si prosegue nella stessa direzione per raggiungere i ripidi pendii verso la cima San Matteo. Costeggiando una ripida seraccata e risalendo verso sx si raggiunge la base dei pendii terminali. Verso la cima prima su ripidi pendii e successivamente sulla facile cresta finale. Discesa lungo la salita.	
Attrezzatura	Da scialpinismo: ramponi, picozza, imbrago, casco, A.R.TVA, pala e sonda
Ritrovo	Tirano, Piazza Marinoni - ore 4,00
Coordinamento	CAI Tirano Panizza Gianluca 347 9036021 CAI Teglio Bertini Simone 393 5444796 In collaborazione con CAI Teglio
Info utili	Trasporto con mezzi propri.

META	CORNO BIRONE MONTE RAI
Data	DOMENICA 7 APRILE
Percorrenza	8 ore e 30 minuti
Difficoltà	E
Dislivello	960 m
Quota massima	1260 m
Da Valmadrera si imbecca il sentiero Lucio Vassena e passando dal ceppo della Forcola si giunge prima al Corno Birone e dopo al Monte Rai. Si giunge quindi al Rifugio Marisa Consiglieri e successivamente al Santuario di San Pietro al Monte e di qui, chiudendo l'anello, si torna a Valmadrera.	
Attrezzatura	Da escursionismo.
Ritrovo	Chiuro, [P] Ristornate Baffo - ore 6,00
Coordinamento	Ferruccio Molinari 329 8031031 Aldo Bendotti 340 8770447
Info utili	Trasporto con mezzi propri. Pranzo al sacco.



META	LA VIA DEI TUSCI
Data	DA DOMENICA 7 A VENERDÌ 12 APRILE
Percorrenza	Circa 20 km al giorno
Difficoltà	E
La Via dei Tusci è un giro ad anello di circa 80 km che si trova nell'alto Lazio al confine con l'Umbria. Questo itinerario passa tra borghi, calanchi e campagne della Tuscia, terra un tempo abitata dagli Etruschi.	
Attrezzatura	Da escursionismo.
Ritrovo	Berbenno, Piazza del Mercato.
Coordinamento	Bertini Roberto 339 4828001 Dell'Oca Carlo 3429210988
Info utili	Trasporto con pullman. Soggiorno in hotel con trattamento di mezza pensione.

META	MONTE ALTISSIMO
Data	DOMENICA 21 APRILE
Percorrenza	8 ore (20 km)
Difficoltà	E
Dislivello	1353 m
Quota massima	1703 m
Da Erbanno si sale lungo una ripida e continua mulattiera giungendo prima ad un punto panoramico sulla valle e poi verso la cima. Per differente percorso si giunge nuovamente a Erbanno.	
Attrezzatura	Da escursionismo.
Ritrovo	Tresenda, [P] dopo il ponte, ore 6,00
Coordinamento	Ferruccio Molinari 329 8031031 Aldo Bendotti 340 8770447
Info utili	Trasporto con mezzi propri. Pranzo al sacco.

META	CORNI DI CANZO
Data	DOMENICA 21 APRILE
Percorrenza	5 ore A.R.
Difficoltà	E
Dislivello	800 m
Quota massima	1250 m
Da Canzo risaliamo la val Ravella lungo il sentiero geologico Achermann. Oltrepassato il rifugio Terz'Alpe il sentiero costeggia le pendici dei Corni di Canzo e raggiunge il rifugio Sev, con panorama sul ramo del lago di Lecco. Possibilità di salire al Corno centrale	
Attrezzatura	Da escursionismo.
Ritrovo	Berbenno, Piazza del Mercato - ore 7,30
Coordinamento	Arnaldo Fumasoni 393 5181860 Roberto Bertini 339 4828001 Ugo Fontana 335 6886839
Info utili	Prenotazione entro Venerdì 19 Aprile. Trasporto con mezzi propri. www.caiberbenno.eu - 392 2821181

META	ANELLO ALPE LENDINE
Data	DOMENICA 12 MAGGIO
Percorrenza	5 ore A.R.
Difficoltà	E
Dislivello	700 m
Quota massima	1750 m
Dall'abitato di Olmo in Valchiavenna ci incamminiamo lungo la Val Drogo su comodo sentiero attraversando boschi di pino e di larice, arriviamo in fine all'iconica alpe Lendine, si continua passando dall'alpe Laguzzolo, e in discesa si fa ritorno a Olmo.	
Attrezzatura	Da escursionismo.
Ritrovo	Berbenno, Piazza del Mercato - ore 7,45
Coordinamento	Arnaldo Fumasoni 393 5181860 Roberto Bertini 339 4828001 Fausto Leusciatti 320 4337798
Info utili	Prenotazione entro Venerdì 10 Aprile. Trasporto con mezzi propri. www.caiberbenno.eu - 392 2821181

SEZIONE VALTELLINESE

META	GEMELLAGGIO CON LOANO
Data	DAL 3 AL 6 MAGGIO
3/05 Borgio Verezzi; 4/05 Rifugio Pian delle Bosse - Monte Carmo; 5/05 Dolceacqua; 6/6 Laigueglia-Alassio.	
Coordinamento e info	Massimo Gualzetti 347 0707148 Agostino Scarinzi

META	BIVACCO PRIMALPIA, ALLA SCOPERTA DELLA VAL DEI RATTI
Data	DOMENICA 12 MAGGIO
Percorrenza	3,30 ore (6 ore complessive)
Difficoltà	E
Dislivello	1000 m
Quota massima	1980 m
Parcheggiamo l'auto e, dopo aver oltrepassato i binari del tracciolino, seguiamo le indicazioni per Frasnedo. Ora attraversiamo il paese e proseguiamo in leggera discesa fino a raggiungere le baite di Corveggia e le indicazioni per il Rifugio Volta. Dopo aver superato la località Tabiate, troviamo la deviazione per il nostro bivacco. Continuiamo in leggera discesa e poi saliamo con pendenza costante. Oltrepassiamo l'alpe Primalpia inferiore e superiore, poi percorrendo una lunga diagonale verso sinistra, raggiungiamo il nostro bivacco.	
Attrezzatura	Da escursionismo.
Ritrovo	[P] ristorante Baffo di Chiuro ore 7,00
Coordinamento	Monica Messina Mauro Lazzarini 347 3578756
Info utili	Trasporto con mezzi propri. Pranzo al sacco.

META	LA STRADA DEGLI EROI, PIAN DELLE FUGAZZE, RIFUGIO PAPA E STRADA DEGLI SCARRUBBI.
Data	SABATO 18 E DOMENICA 19 MAGGIO
Percorrenza	5/6 ore
Difficoltà	EE/MC
Dislivello	1078 m, poi come spiegato qui sotto si potrebbe fare una piccola deviazione con circa 100 m dsl+
Quota massima	1928 m Rifugio Papa, poi a scelta si sale ancora per un centinaio di metri per raggiungere la Cappella dei caduti

Un anello tra i più classici del monte Pasubio che separa Trentino e Veneto. Si percorrono la strada degli eroi che fu costruita per recuperare le salme dei caduti della prima guerra mondiale e la strada degli Scarubbi. Tra di esse la strada delle 52 gallerie (giustamente vietata alle MTB!) che fa in parte rivivere le tragiche condizioni in cui i soldati combatterono. Oltre alla storia, anche la natura e i panorami montani accompagnano questo semplice ma piacevole percorso sul Pasubio in mountain bike o gravel bike, adatto anche agli amanti del trekking.

Attrezzatura	Mtb/E.Mtb. Casco, Guanti, Occhiali, zaino con attrezzatura da primo intervento (pompa, bombole, camere d'aria, caccia gomme)
Ritrovo	Sabato 18/5 primo pomeriggio partenza da Berbenno, pernottò in zona e Domenica 19 escursione. Auto proprie o shuttle Valtelbike.
Coordinamento	Ivano Rizzieri 335 5893024
Info utili	Iscrizioni e conferme entro 20 aprile 2024. Trasporto con mezzi propri. Pranzo al sacco. www.caiberbenno.eu - 392 2821181

META	VALTREBBIA - ANELLO DELLE PIETRE (PERDUCA E PARCELLARA)
Data	SABATO 18 E DOMENICA 19 MAGGIO
Percorrenza	1°giorno: viaggio 4 ore + 4 ore per l'anello 2°giorno: visita ad alcuni borghi, tra cui Castell'Arquato e Vigoleno
Difficoltà	E
Dislivello	600 m per l'anello
Quota massima	836 m per l'anello
In auto fino a Perino (PC). Si prende il sentiero che conduce prima alla Pietra di Perduca e poi alla Pietra Parcellara, da cui si gode di un ampio panorama. Le Pietre sono due distinti blocchi di rocce magmatiche alte rispettivamente 548 m e 836 m circa. Nel percorso si passerà per l'Oratorio di S.Anna e per le vasche dei Tritoni.	
Attrezzatura	Abbigliamento sportivo, scarpe da trekking.
Ritrovo	Ponte in Valtellina Piazza della Vittoria - ore 5,00
Coordinamento	Alessandra Pedrucci 340 4020032
Info utili	Prenotazioni entro Venerdì 26 Aprile

SEZIONE VALTELLINESE

META	VIAGGIO TREKKING A GRAN CANARIA
Data	DAL 20 AL 27 MAGGIO 2024
Coordinamento e info	Bongiolatti Luciano 3284863095 Cittarini Maurizio 3476200516

META	GIORNATA PULIZIA SENTIERI POLENTATA A PRATO MASLINO
Data	DOMENICA 26 MAGGIO
Giornata dedicata alla pulizia dei sentieri di competenza al CAI Berbenno di Valtellina con arrivo a Prato Maslino alla consueta polentata in alpe.	
Attrezzatura	Da escursionismo, guanti da lavoro.
Ritrovo	Berbenno di Valtellina (seguiranno info).
Coordinamento	CAI BERBENNO
Info utili	Aperta a tutti con prenotazione entro Venerdì 24 Maggio ore 14 www.caiberbenno.eu - 392 2821181

META	GIORNATA DI MANUTENZIONE SENTIERI
Data	DOMENICA 26 MAGGIO
Difficoltà	E
Attrezzatura	Attrezzatura da lavoro (guanti, trance, motosega, rastrelli, ramponi)
Ritrovo	Ponte in Valtellina Piazza della Vittoria - ore 6,30
Coordinamento	Jan Bures 328 6131596

META	VALLE DEL DROGO
Data	DOMENICA 9 GIUGNO
Percorrenza	8 ore e 30 minuti
Difficoltà	E
Dislivello	1270 m
Quota massima	2160 m
Da Olmo (centrale idroelettrica) si risale la valle del Drogo prima pianeggiante e successivamente via via più ripida, attraverso incantevoli pascoli e piccoli gruppi di case sempre attraverso una suggestiva mulattiera ottimamente conservata. Raggiunto un piccolo ristoro e in poco tempo la diga del Truzzo, la si costeggia fino a giungere in breve al Rifugio Carlo Emilio (non custodito). Di qui si ridiscende su altro percorso per raggiungere prima Alpe Prosto, poi la graziosa Alpe Lendine e ridiscesa la valle incontrare nuovamente l'ultimo tratto di sentiero già percorso.	
Attrezzatura	Da escursionismo.
Ritrovo	Chiuro, [P] Ristornate Baffo - ore 6,30
Coordinamento	Luca Panizzolo 340 0828040 Andrea Saini 347 6927049 Laura Cavallo 338.9309538 In collaborazione con CAI Ponte
Info utili	Trasporto con mezzi propri. Pranzo al sacco.

META	ITINERARIO ESCURSIONISMO RELIGIOSO AD ARDESIO
Data	SABATO 15 E DOMENICA 16 GIUGNO
Percorrenza	1° giorno 5 ore / 2° giorno 3 ore
Difficoltà	EE
Dislivello	1450 m
Quota massima	2692 m
<p>1° giorno: lasciata l'auto a Carona (1150 m) si prosegue a piedi per la Val Caronella e quindi al passo di Caronella da dove si scende al lago del Barbellino e si pernotta al rifugio qui presente. 2° giorno: si scende al rifugio Curò e lungo l'agevole sentiero si arriva all'abitato di Bondione da dove con il pullman si raggiunge Ardesio.</p>	
Attrezzatura	Da escursionismo e per il pernottamento al rifugio (obbligo sacco-lenzuolo).
Ritrovo	[P] San Giacomo di Toglio - ore 7,00
Coordinamento	Gianluigi Martinelli 339 8573020 Gemma Giana 399 8573020
Info utili	Rientro in Valtellina con pullman.

META	ALPE, RIFUGIO BERNASCA (VALMADRE)
Data	DOMENICA 16 GIUGNO
Percorrenza	5.30 ore A.R.
Difficoltà	E
Dislivello	880 m
Quota massima	2134 m
<p>Oltrepassato l'abitato di Valmadre parcheggiamo, attraversiamo il torrente Madrasco e risaliamo la fitta pineta fino a sbucare negli alpeggi di Cogola poi in traversata fino alla bella conca che ospita il rifugio e il lago di Bernasca. Bellissima vista delle montagne che sovrastano Berbenno e l'alta Valmalenco.</p>	
Attrezzatura	Da escursionismo.
Ritrovo	Berbenno, Piazza del Mercato - ore 7,45
Coordinamento	Arnaldo Fumasoni 393 5181860 Roberto Bertini 339 4828001 Ugo Fontana 335 6886839
Info utili	Prenotazione entro Venerdì 14 Giugno. Trasporto con mezzi propri. Pranzo al sacco. www.caiberbenno.eu - 392 2821181

META	DIGA DI GLENO
Data	DOMENICA 23 GIUGNO
Percorrenza	4 ore complessive
Difficoltà	EE
Dislivello	600 m
Quota massima	1534 m
In auto si raggiunge Vilminore di Scalve in Val Seriana. Si prende il sentiero per raggiungere i ruderi della diga e il laghetto in prosimità. Dopo una sosta, si ridiscende per altro sentiero in modo da percorrere un anello.	
Attrezzatura	Abbigliamento sportivo, scarponi o scarpe da trekking
Ritrovo	Ponte in Valtellina Piazza della Vittoria - ore 7,00
Coordinamento	Jan Bures 328 613 1596
Info utili	Prenotazioni entro Venerdì 21 Giugno

META	MONTE MASUCCIO
Data	DOMENICA 30 GIUGNO
Percorrenza	5 ore
Difficoltà	EE
Dislivello	1100 m
Quota massima	2816 m
Dalla località di Pracampo (che si raggiunge in auto) si sale nel bosco oltrepassando Pian Cavallino e poi costeggiando il confine italo-svizzero fino al cippo 13. Da qui lungo la cresta a tratti esposta (alcune catene) si raggiunge la vetta. Discesa passando dal Rifugio Schiazzera.	
Attrezzatura	Escursione alta montagna
Ritrovo	Tirano, Piazza Marinoni - ore 6,30
Coordinamento	Damiano 348 7058994 Paolo 347 72363949
Info utili	Trasporto con mezzi propri.

META	LAGO DI TSCHEPPA - SVIZZERA
Data	DOMENICA 30 GIUGNO
Percorrenza	5 ore e 30 minuti
Difficoltà	E
Dislivello	600 m
Quota massima	2675 m
Escursione panoramica sul lago di Silvaplana, gruppo del Bernina, val di Fex e le montagne della val Bregaglia.	
Attrezzatura	Da escursionismo.
Ritrovo	Berbenno, Piazza del Mercato - ore 6,45 Madonna di Tirano, [P] alla rotonda- ore 7,30
Coordinamento	Sarotti Bruna 373 5086943 Bertini Roberto 339 4828001
Info utili	Trasporto con mezzi propri. Pranzo al sacco.

META	DOLOMITI DI BRENTA A GROSÈ - LAGO DI TOVEL
Data	SABATO 6 E DOMENICA 7 LUGLIO
Percorrenza	Primo giorno 2 ore e 30 minuti Secondo giorno 5 ore e 30 minuti
Difficoltà	E
Dislivello	Primo giorno 600 m (salita) Secondo giorno 250 m (salita) 1260 m (discesa)
Quota massima	2430 m
<p>1° giorno: Dal passo Carlo Magno (Madonna di Campiglio) si sale tra prati e boschi attraversando il comprensorio sciistico del Grosè fino al monte Spinale, si continua in traversata fino al rifugio Graffer (Cai-Sat) dove soggiorniamo.</p> <p>2° giorno: Saliti all'ampio passo Grosè 2430 m si scende a est fino al fondo della suggestiva valle di Santa Maria Flavona, aggriamo la curiosa struttura rocciosa del Monte Turion, attraversiamo ampie praterie e superata la malga Flavona 1860 m\pm continuiamo in direzione del passo del Termoncello; magnifica è ora la vista sul lago di Tovel 700 m più in basso, circondato da ampie pinete; più ripidamente raggiungiamo infine le sue rive.</p>	
Attrezzatura	Da escursionismo.
Ritrovo	Berbenno, Piazza del Mercato. L'orario di partenza sarà comunicato in seguito.
Coordinamento	Roberto Bertini 339 4828001 Arnaldo Fumasoni 393 5181860 Carlo Dell'Oca 342 9210988
Info utili	www.caiberbenno.eu - 392 2821181

META	CIMA AVIOLO
Data	DOMENICA 7 LUGLIO
Percorrenza	8 ore
Difficoltà	EE
Dislivello	1330 m
Quota massima	2881 m
<p>Il primo tratto è nel bosco e sale abbastanza rapidamente permettendo di guadagnare quota velocemente fino ad uscire dal bosco. Seguiamo sempre i bolli e ci avviciniamo al vallone pieno di grossi massi. Si mantiene la direzione della piramide rocciosa dell'Aviolo, che vediamo proprio davanti a noi, raggiungendo la base e continuando sempre lungo il sentiero. Qui pieghiamo verso sx, sempre seguendo i bolli, e troviamo subito il primo canalino attrezzato. Lo percorriamo per poi proseguire sempre su rocce, cenge, canalini attrezzati e roccette, raggiungendo la nostra meta.</p>	
Attrezzatura	Escursionismo
Ritrovo	Tirano, Piazza Marinoni - ore 7,00
Coordinamento	Luca Oggiano 371 1296859
Info utili	Trasporto con mezzi propri. Pranzo al sacco.

META	MANUTENZIONE SENTIERO ITALIA RIF.CEDERNA-PASSO FORAME
Data	DOMENICA 7 LUGLIO
Difficoltà	EE
Dislivello	1200 m
Quota massima	2833 m
<p>Giornata dedicata alla segnalazione del tratto di Sentiero Italia dal Rifugio Cederna al Passo del Forame.</p>	
Attrezzatura	Scarponi, attrezzatura da lavoro.
Ritrovo	Ponte in Valtellina Piazza della Vittoria - ore 6,00
Coordinamento	Jan Bures 328 613 1596

META	LAGO LAGAZZUOLO, BOCHEL DEL CANE, LAGO PIROLA
Data	DOMENICA 7 LUGLIO
Percorrenza	7 ore complessive
Difficoltà	EE
Dislivello	1000 m
Quota massima	2548 m
<p>Dal parcheggio scendiamo in riva al torrente Mallero e attraversato il ponte risaliamo il ripido sentiero verso Alpe Piroлина. Sempre per sentiero si giunge in prossimità del lago Lagazuolo e all'alpeggio omonimo. Risalendo ora per sfasciumi costeggiamo un secondo e minuscolo laghetto chiamato "Lagüsc" per poi dirigerci sempre per sfasciumi fino alla sella denominata Bocchel del Cane (2548 m). Ridiscesi per medesimo terreno subito ci troviamo dinnanzi il lago Piroला che costeggiamo mantenendoci in quota. Sulla nostra destra vediamo il Torrione Porro e poco sotto la cima ridiscendiamo sempre per rocce montonate e larici fino a giungere alla piana dove sorgono i due rifugi Gerli Porro e Ventina. Di qui lungo sentiero si ridiscende a Chiareggio.</p>	
Attrezzatura	Da escursionismo.
Ritrovo	Chiuro, [P] Ristorante Baffo - ore 7,00
Coordinamento	Gianluigi Martinelli 339 8573020 Simone Bertini 393 5444796
Info utili	Trasporto con mezzi propri. Pranzo al sacco.

META	LAGO DELLE TROTE (ALTA VAL BREMBANA)
Data	DOMENICA 14 LUGLIO
Percorrenza	6 ore
Difficoltà	EE
Dislivello	1000 m
Quota massima	2109 m
<p>Da Fusine raggiungeremo in auto la località Valmadre a 1163 m. La strada che percorreremo entra nel profondo solco della valle con pendenze dolci per poi proseguire con rampe e tornanti nel bosco. A metà del nostro percorso troveremo la Casera Dordona (1950 m), dove è aperto un accogliente rifugio, per poi risalire verso il Passo Dordona (2061 m) che ci immette nell'alta Val Brembana e nei pressi del quale sono ancora visibili alcune trincee risalenti alla prima guerra mondiale. Da qui imbrocheremo il panoramico sentiero n° 213 che ci permetterà di raggiungere il Lago delle Trote situato a monte di Foppolo (2109 m)</p>	
Attrezzatura	Da escursionismo.
Ritrovo	Berbenno, Piazza del Mercato - ore 8,00
Coordinamento	Dell'Oca Carlo 3429210988
Info utili	Per raggiungere la località Valmadre da Fusine è necessario acquistare il pass giornaliero in paese.

META	CIMA FONTANA
Data	DOMENICA 21 LUGLIO
Percorrenza	7 ore complessive
Difficoltà	EE
Dislivello	1070 m
Quota massima	3070 m
<p>Dallo sbarramento della diga di Alpe Gera, si costeggia per l'intera lunghezza il bacino artificiale fino a giungere alla caratteristica Alpe Gembré. Risalito il ripido costone e giunti in un ampio altipiano si inizia ad intravedere presso il passo di Confinale il Bivacco Anghileri-Rusconi. Giunti nei pressi, si prosegue per traccia risalendo una piccola balza rocciosa per raggiungere la detritica e ampia cresta nord est fino a giungere sulla panoramica cima. Discesa per la via di salita.</p>	
Attrezzatura	Da escursionismo.
Ritrovo	Chiuro, [P] Ristorante Baffo - ore 7,30
Coordinamento	Daniela Giudice 349 6864394 Stefania Ascar 384 722527
Info utili	Trasporto con mezzi propri. Pranzo al sacco.

META	PASSO DEL FOSCAGNO, VAL FEDERIA, CANCANO, TRELA
Data	DOMENICA 21 LUGLIO
Percorrenza	5/6 ore
Difficoltà	EE/MC
Dislivello	972 m
Quota massima	2308 m Passo di Trela
<p>Lasciamo l'auto presso il Passo del Foscagno, imboccheremo la traccia in direzione Tresenda/Val Vezzola, qui giunti scenderemo fino ad imboccare la decauville che ci porterà alle Torri di Fraele ed al Lago di Cancano. Attraversata la diga percorreremo la sponda orografica sinistra fino in fondo al Lago di san Giacomo, pedaleremo fino all'inizio della Val Mora per poi piegare a sinistra per rientrare sulla strada che costeggia il lago; arrivati all'imbocco della Val Pettini ci inerpicheremo su irta salita, assistenza a tutta, fino all'alpe Trela. Da qui lungo un sentiero ben tracciato e manutenuto arriveremo al Passo di Trela, 2308 m, punto più alto della ns.escursione. La discesa tutta su bel sentiero fino a Trepalle per poi risalire al Passo del Foscagno.</p>	
Attrezzatura	Mtb/E.Mtb. casco, guanti, occhiali, zaino con attrezzatura da primo intervento (pompa, bombole, camere d'aria, caccia gomme).
Ritrovo	Berbenno ore 8. Sondrio, [P] Tennis Clu b- ore 8,15
Coordinamento	Ivano Rizzieri 3355893024
Info utili	In autonomia con proprie auto. Possibile trasporto Valtelbike in base alle presenze.

META	FESTA AL RIFUGIO PESCIOLA
Data	DOMENICA 21 LUGLIO
Percorrenza	2.30 ore
Difficoltà	E
Dislivello	1000 m
Quota massima	2005 m
Festa al Rifugio Pesciola con pranzo a base di polenta cropa e prodotti tipici. Si raggiunge in autonomia il rifugio, partendo dalla Centrale Armisa. Si segue la strada agro-silvo-pastorale fino all'alpe Campeï per poi prendere il sentiero che raggiunge il rifugio.	
Attrezzatura	Da escursionismo
Ritrovo	Presso il Rifugio Pesciola- ore 12,00
Coordinamento	Ivan Simonini 340 5638511
Info utili	Prenotazioni entro Venerdì 19 Luglio

META	LAGHI SEROTI
Data	DOMENICA 28 LUGLIO
Percorrenza	5 ore e 30 minuti
Difficoltà	E
Dislivello	650 m
Quota massima	2750 m
Un' escursione molto panoramica sul gruppo dell'Adamello e Corno Tremenelli.	
Attrezzatura	Da escursionismo.
Ritrovo	Berbenno, Piazza del Mercato - ore 7,15 Mazzo in Valtellina, Bar Fanny - ore 8,00
Coordinamento	Sarotti Bruna 373 5086943 Bertini Roberto 339 4828001
Info utili	Trasporto con auto propria. Pranzo al sacco.



META	PIZZO RODES
Data	DOMENICA 28 LUGLIO
Percorrenza	6/7 ore
Difficoltà	EE
Dislivello	1300 m
Quota massima	2830 m
<p>Dal rifugio in località Le Piane (1500 m) si imbecca il sentiero che porta all'Alpe Armisola (1620 m). Da qui attraverso il bosco prima e zone erbose poi, si risale l'alta Valle del Serio, fino alle Bocchette di Santo Stefano (2380 m). Ormai a cospetto della vetta, si prosegue lungo la traccia in un vallone in cui l'ambiente si fa più roccioso e il sentiero più irregolare e affronta tratti su sfasciumi e semplici roccette. Dalla vetta (2830 m) si ammirano da vicino tutte le cime più alte delle Alpi Orobie, ma anche parte del fondovalle e tutte le alpi Retiche. Discesa per lo stesso percorso della salita.</p>	
Attrezzatura	Scarponi o scarpe da trekking
Ritrovo	Tirano, Piazza Marinoni - ore 6,30 Piateda, [P] New Mexico - ore 7,00
Coordinamento	Daniele 340 1975108 Simone 346 7465085
Info utili	Trasporto con mezzi propri.

META	SENTIERO DEGLI AUSTRIACI (PASSO DEL TONALE)
Data	DOMENICA 28 LUGLIO
Percorrenza	8 ore
Difficoltà	EEA
Dislivello	1000 m
Quota massima	2790 m
<p>Lasciata l'auto all'ospizio S. Bartolomeo, presso il passo del Tonale. Da qui inizia il sentiero per il Monte Tonale orientale che oltrepassa la città morta. Inizia un tratto di via ferrata che con passaggi molto esposti raggiunge il Torrione di Albiolo 2790 m La discesa avverrà attraverso il Passo dei Contrabbandieri.</p>	
Attrezzatura	Casco, imbrago, kit ferrata.
Ritrovo	Tresenda, [P] dopo il ponte ore 6,30
Coordinamento	Gianluigi Martinelli 339 8573020 Alessandro Martinelli 340 5184105
Info utili	Trasporto con mezzi propri. Pranzo al sacco.

META	RIFUGIO MAMBRETTI, VALLE DI SCAIS
Data	MERCOLEDÌ 31 LUGLIO
Percorrenza	6 ore e 30
Difficoltà	E
Dislivello	780 m
Quota massima	2004 m Rifugio Mambretti
Da Piateda si sale per oltre 10 km fino alla piana di Agneda 1228 m dove si lasciano le automobili. Si continua a piedi lungo la strada e più avanti sulla sinistra parte un sentiero che raggiunge la casa dei custodi della Diga di Scais. Proseguendo per i prati si supera l'Alpe Caronno (1610 m). Il percorso prosegue tra mughi e larici. Usciti dal bosco si intravede il Rifugio Mambretti.	
Attrezzatura	Da escursionismo.
Ritrovo	Piazzale Rist. Baffo a Chiuro alle ore 7,30
Coordinamento	Gianluigi Martinelli 339 8573020 Paolo Panizzolo 349 8302848 In collaborazione con CAI Barlassina
Info utili	Trasporto con mezzi propri. Pranzo al sacco.

META	DAL PASSO DEL MALOIA A CHIAREGGIO
Data	DOMENICA 4 AGOSTO
Percorrenza	6 ore
Difficoltà	E
Dislivello	900 m
Quota massima	2562 m
Si percorre una via classica dell'escursionismo e dei contrabbandieri che parte dal passo del Maloia e arriva a Chiareggio, passando in val del Forno e dal lago di Cavloc. Alla fine della nostra gita si cenerà a Chiareggio.	
Attrezzatura	Da escursionismo.
Ritrovo	Berbenno, Piazza del Mercato - ore 8,00
Coordinamento	Bertini Roberto 339 4828001 Dell'Oca Carlo 342 9210988 Leusciatti Fausto 320 4337798
Info utili	Trasporto con pullman. Pranzo al sacco e cena a Chiareggio in ristorante.



META	VAL DI MELLO DA SAN MARTINO AL BELVEDERE
Data	MERCOLEDÌ 7 AGOSTO
Percorrenza	4 ore e 20
Difficoltà	E
Dislivello	500
Quota massima	1500 m
<p>Parcheggiate le macchine in località San Martino ci incamminiamo lungo il sentiero che costeggia il torrente. Raggiunto il Rifugio Rasega inizia la parte più impegnativa dell'escursione per raggiungere il belvedere. Ritornati al Rifugio, pranzo. Tenendo il torrente Masino sulla sinistra raggiungiamo "Cascina Piana" e dopo il bellissimo specchio d'acqua del "Bidet della Contessa" arriviamo in un piccolo nucleo rurale di "Cà di Carna" vicino al quale sorge il vasto laghetto del Qualido e dopo la località "Cà Panser" ritorneremo a San Martino.</p>	
Attrezzatura	Da escursionismo.
Ritrovo	Piazzale Rist. Baffo a Chiuro alle ore 7,30
Coordinamento	Gianluigi Martinelli 339 8573020 Paolo Panizzolo 349 8302848 In collaborazione con CAI Barlassina
Info utili	Trasporto con mezzi propri. Pranzo al sacco o pranzo rifugio Rasega

META	PIZZO DI VALLUMBRINA
Data	DOMENICA 11 AGOSTO
Percorrenza	7 ore complessive
Difficoltà	EE
Dislivello	750 m
Quota massima	3225 m
<p>Dal rif. Berni (2540 m) si percorre il sentiero 551 raggiungendo il ponte dell'amicizia, da qui si continua percorrendo il vallone del Dosegù fino ad un bivio ben segnalato. Si continua a destra in direzione bivacco Battaglione Ortles e Pizzo di Vallumbrina. Discesa dalla stessa via di salita.</p>	
Attrezzatura	Da escursionismo
Ritrovo	Tresenda, [P] dopo il ponte ore 7,00
Coordinamento	Gianluigi Martinelli 339 8573020 Gemma Giana 399 8573020
Info utili	Trasporto con mezzi propri. Pranzo al sacco.

META	CAVAGLIA - LAGO BIANCO (BERNINA / SVIZZERA)
Data	DOMENICA 18 AGOSTO
Percorrenza	5 ore e 30 minuti
Difficoltà	E
Dislivello	550 m
Quota massima	2253 m
Partendo da Cavaglia, percorrendo un sentiero tra i boschi di modesta difficoltà si raggiungono il "Lac de l'Ombra" e il "Pozzo del Drago" ed infine il "Lago Bianco" nel suo splendore. Da qui fino all'Ospizio Bernina per poi tornare ad anello fino all'Alp Grum e successivamente Lago Palù con la sua caratteristica forma a cuore visibile dall'alto ed infine, Cavaglia	
Attrezzatura	Da escursionismo.
Ritrovo	Tresenda, [P] dopo il ponte ore 7,30
Coordinamento	Daniela Giudice 349 6864394 Stefania Ascar 384 722527
Info utili	Trasporto con mezzi propri. Pranzo al sacco.

META	CAPANNA FORNO
Data	DOMENICA 25 AGOSTO
Percorrenza	8 ore
Difficoltà	EE
Dislivello	1700 m
Quota massima	2768 m
Da Chiareggio 1612 m lungo comodo sentiero fino al passo del Muretto 2562 m. Discesa dal passo dal versante svizzero per poi risalire circa alla medesima quota del passo. Ora una lunga traversata in saliscendi ci porta fino alla capanna Forno 2574 m. Dal rifugio si risale per poche centinaia di metri fino alla bocchetta del Forno 2768 m per poi rientrare a Chiareggio lungo il sentiero della Val Bona.	
Attrezzatura	Da escursionismo.
Ritrovo	[P] ristorante Baffo di Chiuro ore 6,00
Coordinamento	Mauro Lazzarini 347 3578756 Luca Panizzolo 340 0828040
Info utili	Trasporto con mezzi propri. Pranzo al sacco.

META	ANELLO VAL TORRONE, VAL DI ZOCCA (VALMASINO)
Data	DOMENICA 25 AGOSTO
Percorrenza	9 ore
Difficoltà	EE
Dislivello	1500 m
Quota massima	2510 m
<p>Dal parcheggio in Val di Mello percorriamo tutta la valle, risaliamo la Val Torrone coronata dalle sue magnifiche torri, intercettiamo il sentiero Roma che ci porta al passo Torrone (passi su roccia con l'ausilio di corde fisse). Traversiamo diagonalmente l'alta Val di Zocca fino al rifugio Allievi, poi in discesa fino a incrociare di nuovo il sentiero della Val di Mello. (itinerario impegnativo per dislivello, tempi di percorrenza e la presenza di rocce attrezzate)</p>	
Attrezzatura	Da escursionismo.
Ritrovo	Berbenno, Piazza del Mercato - ore 7,00
Coordinamento	Arnaldo Fumasoni 393 5181860 Roberto Bertini 339 4828001 Sara Meraviglia 338 1624796
Info utili	Prenotazione entro Venerdì 23 Agosto Trasporto con mezzi propri. Pranzo al sacco. www.caiberbenno.eu - 392 2821181

META	MONTE CEVEDALE CIMA TRE CANNONI
Data	DOMENICA 15 SETTEMBRE
Percorrenza	5/6 ore
Difficoltà	PD
Dislivello	1000 m
Quota massima	3776 m
<p>Gita alpinistica facile, con itinerario e varianti da definire in base alle condizioni del ghiacciaio. Partenza dalla località Rifugio Forni.</p>	
Attrezzatura	Da alpinismo su ghiacciaio
Ritrovo	Tirano, Piazza Marinoni - ore 4,00
Coordinamento	CAI Tirano Luca Panizza 347 9036021 CAI Teglio Simone Bertini 393 5444796 In collaborazione con CAI Teglio
Info utili	Trasporto con mezzi propri.

META	PASSO TREMOGGIA (VALMALENCO)
Data	DOMENICA 15 SETTEMBRE
Percorrenza	4 ore e 15 minuti
Difficoltà	E
Dislivello	1360 m
Quota massima	3014 m
<p>Da Chiareggio prendiamo il sentiero che sale all'alpe Fora, proseguiamo oltrepassando i suggestivi Piani di Fora, risaliamo i ripidi speroni rocciosi, a tratti esposti, alla base della cima di Tremoggia; oltre i due laghetti glaciali in breve raggiungiamo il passo, in passato utilizzato per sconfinare in Val di Fex (Engadina).</p>	
Attrezzatura	Da escursionismo.
Ritrovo	Berbenno, Piazza del Mercato - ore 7,00
Coordinamento	Arnaldo Fumasoni 393 5181860 Roberto Bertini 339 4828001 Sara Meraviglia 338 1624796
Info utili	Prenotazione entro Venerdì 13 Settembre Trasporto con mezzi propri. Pranzo al sacco. www.caiberbenno.eu - 392 2821181

SEZIONE VALTELLINESE

META	RODI
Data	DAL 21 AL 28 SETTEMBRE 2024
Coordinamento e info	Bongiolatti Luciano 3284863095 Cittarini Maurizio 3476200516

META	LAGO SORAPIS
Data	SABATO 21 E DOMENICA 22 SETTEMBRE
Percorrenza	1° giorno 6 ore / 2° giorno 5 ore
Difficoltà	EE
Dislivello	850
Quota massima	2400 m
<p>Previsti due percorsi ad anello: il primo partendo dal Passo Sella (Val di Fassa) fino a raggiungere rifugio Friedrich August ed il secondo dal passo Tre Croci fino al Lago Sorapis. Soggiorno presso albergo al passo TRE CROCI</p>	
Attrezzatura	Da escursionismo.
Ritrovo	Tresenda, [P] (orario da stabilire)
Coordinamento	Daniela Giudice 349 6864394 Stefania Ascar 384 722527
Info utili	Con Pullman a raggiungimento numero minimo da stabilire

META	TREKKING IN SARDEGNA
Data	DA SABATO 28 SETTEMBRE A SABATO 5 OTTOBRE
Attrezzatura	Da escursionismo.
Coordinamento	Dell'Oca Carlo 342 9210988 Pozzi Giuseppe 340 4084917
Info utili	Seguirà programma - www.caiberbenno.eu

META	MONTE VAGO
Data	DOMENICA 29 SETTEMBRE
Percorrenza	4 ore
Difficoltà	EE
Dislivello	750 m
Quota massima	3057 m
<p>Dal parcheggio del passo della Forcola si imbecca il sentiero subito sopra la strada che con bel tracciato segue la costa erbosa di confine per poi inoltrarsi in Valle Orsera. Preso il sentiero di sinistra, si attraversa il ruscello e si compie un ampio semicerchio per portarsi alle pendici del Monte Vago. Successivamente, con pendenza più marcata, si risale un dosso erboso che conduce al vasto anfiteatro dov'è posto il meraviglioso Lago Vago. Giunti dall'altra parte della conca si punta verso la sella detritica posta all'inizio della cresta, da qui si sale la facile cresta che ci conduce in vetta.</p>	
Attrezzatura	Escursionismo
Ritrovo	Tirano, Piazza Marinoni - ore 6,30
Coordinamento	Marianna Longa
Info utili	Trasporto con mezzi propri. Pranzo al sacco.

META	VIA DEI TERRAZZAMENTI
Data	DOMENICA 13 OTTOBRE
Percorrenza	6 ore
Difficoltà	E
Dislivello	550 m
Quota massima	567 m
<p>Ultima tappa della via dei Terrazzamenti che parte da Ardenno loc. Pilasco e finisce a Morbegno passando da Dazio. E' un giro ad anello che si sviluppa dietro la Colma di Dazio e si chiude facendo un tratto del sentiero Valtellina.</p>	
Attrezzatura	Da escursionismo.
Ritrovo	Berbenno, Piazza del Mercato - ore 8,00
Coordinamento	Bertini Roberto 3394828001 Fontana Ugo 335 6886839
Info utili	Trasporto con mezzi propri. Pranzo al sacco.



META	FESTA DEL SENTIERO DEL SOLE
Data	DOMENICA 20 OTTOBRE
Percorrenza	4 ore (7 ore complessive)
Difficoltà	EE
Dislivello	600 m
Quota massima	1500 m Dalico
Festa Sentiero del Sole in collaborazione con la sottosezione CAI Teglio. Ritrovo a Campello in val Fontana presso il Rifugio degli Alpini Erler, dove sarà servito un pasto con prodotti tipici.	
Attrezzatura	Da escursionismo
Ritrovo	Ponte in Valtellina, Piazza Vittoria - ore 8,00 Teglio, Piazza Sant'Eufemia - ore 8,00
Coordinamento	Alessandra Pedrucci 340 4020032 Mauro Rusconi 335 8346342 In collaborazione con CAI Teglio
Info utili	Prenotazioni entro Giovedì 17 Ottobre

META	TIRANO - RONCAIOLA BARUFFINI - DIGA DI SERNIO - TIRANO
Data	MERCOLEDÌ 23 OTTOBRE
Percorrenza	4,30 ore
Difficoltà	E
Dislivello	500
Quota massima	820 m
Da Tirano verso la frazione di Bedolle e poi a Roncaiola Imbocchiamo il "sentiero del pane" che con alcuni saliscendi ci porterà a Baruffini, dove ci fermeremo per il pranzo. Riprendiamo il nostro cammino, che ci porta alla "Vigna degli Homodei" imponente costruzione di terrazzamenti con muretti a secco sopra la diga di Sernio. Ora ci rimane il tratto del "Sentiero Valtellina" verso il Santuario della Madonna di Tirano.	
Attrezzatura	Da escursionismo.
Ritrovo	Tirano, [P] Viale Elvezia ore 8,00
Coordinamento	Gianluigi Martinelli 339 8573020 Paolo Panizzolo 349 8302848 In collaborazione con CAI Barlassina
Info utili	Trasporto con mezzi propri. Pranzo al sacco o presso "Trattoria del Simone" Baruffini

META	VAL D'AMBRIA-PASSO BRANDÀ VAL VENINA-BIVIO PER AMBRIA
Data	DOMENICA 27 OTTOBRE
Percorrenza	7 ore
Difficoltà	EE
Dislivello	1270 m
Quota massima	2.360m
<p>Dal bivio per Ambria o con permesso direttamente da Ambria (Piateda). Si prosegue sino alle Baite Zappello dopo un vasto piano sul greto del fiume arriviamo alle Baite Dossello e quindi sulla dx si sale con netto dislivello alle Baite Cigola precedute dall'intercetto del sentiero GVO. Quindi con diversi salti si arriva all'ultimo strappo del passo Brandà (2360m).</p> <p>Dopo lo stupendo spettacolo del panorama a 360° sulle severe Orobie si scende decisamente in Val venina sino al forno fusorio del 1500. In dolce discesa sino alla diga della Val Venina.</p>	
Attrezzatura	Equipaggiamento da trekking impegnativo su terreno spesso accidentato - in quota data la stagione autunnale
Ritrovo	Sondrio, [P] Tennis- ore 8,00
Coordinamento	Paolo Camanni 334 5761996
Info utili	Trasporto con mezzi propri. Pranzo al sacco.

META	SENTIERO DEL VIANDANTE
Data	DOMENICA 10 NOVEMBRE
Percorrenza	6 ore
Difficoltà	E
Dislivello	470 m
Quota massima	451 m
<p>Tappa intermedia da Dervio a Varenna di circa 12 km che come tutte le tappe del sentiero offre tanti scorci e panorami sul ramo del lago di Como che volge a est.</p>	
Attrezzatura	Da escursionismo.
Ritrovo	Berberno, Piazza del Mercato.
Coordinamento	Bertini Roberto 3394828001 Fumasoni Arnaldo 393 5181860
Info utili	Trasporto con mezzi propri. Pranzo al sacco.



PROGRAMMA TAM ANNO 2024

A - CONFERENZE:

- 1 **Maria Ferloni:** La fauna alpina nell'epoca dei cambiamenti climatici
- 2 **Annibale Salsa:** Tradizione e modernità nella gestione del territorio
- 3 **Giordana Schiantarelli:** Le rocce della Val Masino
- 4 **Oscar Del Barba:** E' possibile difendere il territorio alpino?
- 5 **Enrico Pelucchi:** Ambienti a confronto
- 6 **Giovanni Scherini:** Il valore e la conservazione delle acque alpine
Le date verranno definite in accordo coi relatori.

B - ESCURSIONI ESPLORATIVE

finalizzare a conoscere, attraverso i segni del territorio, gli aspetti ambientali e a confrontarne le caratteristiche culturali, sociali, economiche, antropologiche, geologiche e naturalistiche:

- 1 Monte Barro;
- 2 Apuane e Appennino Tosco-Emiliano;
- 3 Foresta Casentinese; 4-Croce della Reit; 5-Anello monte Argentera; 6-Anello Morbegno-Bema-Rasura-Sacco-Morbegno; 7-Sentiero Glaciologico dei Forni

C - PARTECIPAZIONE

ad iniziative e proposte di TAM Regionale e Nazionale

D - PARTECIPAZIONE

Monitoraggio degli interventi previsti per le Olimpiadi 2026

E - MONITORAGGIO

Sopralluoghi: ghiacciaio Ventina e Felleria, mulattiera dei Vetti e ipotesi di cabinovia, disposizione di parchi gioco, progetto di sciovia al Tonale e al monte San Primo, ciclovie

F - SOPRALLUOGHI

Collaborazione con altre associazioni ambientaliste

G - COLLABORAZIONE

Collaborazione con Sezione CAI Valtellinese e con le altre Sezioni o Sottosezioni provinciali o regionali

Il Referente ORTAM: Enrico Pelucchi

META TAM	PARCO MONTE BARRO - LECCO
Data	MERCOLEDI' 17 APRILE
Percorrenza	2.30 ore circa salita; discesa con rientro a Lecco 3.30 ore circa
Difficoltà	EE
Dislivello	720 m circa
Quota massima	922 m
<p>In treno fino a Lecco. Si attraversa la città e il ponte Azzoni, quindi su mulattiera e sentiero, con tratti a volte un po' ripidi e su rocce, si raggiunge la cima del monte Barro. Si scende per la parte opposta, un po' a tratti ripida e con un passaggio su rocce un po' difficoltoso, fino a Galbiate. Rientro a Lecco tra i boschi su agevole sterrato.</p>	
Attrezzatura	Da escursionismo
Ritrovo	Sondrio, stazione ferroviaria- ore 7.41
Coordinamento	Enrico Pelucchi 380 4912443 Stefano Bartesaghi 339 8401344
Info utili	

NON SOLO APUANE TRE GIORNI IN TOSCANA

META TAM	PRIMO GIORNO: MONTE SAGRO - APUANE
Data	SABATO 18 MAGGIO
Percorrenza	A/R 3 ore circa
Difficoltà	EE
Dislivello	456 m
Quota massima	1753 m
<p>Il Sagro è il Monte Sacro delle Apuane. Si protende ardito verso il mare e viene sgretolato inesorabilmente da secoli. La vista sulle cave attuali è impressionante. Lo saliremo partendo da Foce Pianza (1270m) percorrendo il sentiero 172 e camminando sul marmo di Carrara fino alla foce della Faggiola. Da qui un'evidente traccia a mezza costa e un largo crestone conducono facilmente alla vetta (1753m). La discesa si effettua su un percorso più diretto.</p>	
Attrezzatura	Da escursione - calzature robuste
Ritrovo	Sondrio, [P] Campus- ore 5.30.
Coordinamento	Giordana Schiantarelli 339 6360388 Enrico Pelucchi 380 4912443 Stefano Bartesaghi 339 8401344
Info utili	Portare sempre molta acqua.

META TAM	SECONDO GIORNO: PIZZO D'UCCELLO DA VINCA APUANE
Data	DOMENICA 19 MAGGIO
Percorrenza	A/R 4 ore circa
Difficoltà	E fino a Foce di Giovetto (1500 m circa) poi alpinistica F fino alla vetta
Dislivello	900 m circa
Quota massima	1783 m s.l.m.
<p>Lasciata l'auto al piccolo parcheggio 3 km dopo il paese di Vinca (3 km di buche!) un sentierino scorciatoia tra castagni secolari ci fa incrociare il sentiero 38 che porta alla evidente foce di Giovo (1500m c.ca). Prendiamo a est, in mezzo ad una macchia di faggi e raggiungiamo la foce del Giovetto, stessa quota; da qui la salita diventa un po' più faticosa e divertente, con qualche passaggio di I grado o esposto, su roccette di buona qualità, fino alla cima 1783m. La discesa avviene sulla stessa via fino al Giovetto, poi si effettua un anello che attraversa antichi pascoli con una sorgente per riattraversare il bosco dei vecchi castagni e raggiungere le auto.</p>	
Attrezzatura	Da escursione - calzature robuste
Ritrovo	[P] oltre Vinca 800 m circa - ore 9.3
Coordinamento	Giordana Schiantarelli 339 6360388 Enrico Pelucchi 380 4912443 Stefano Bartesaghi 339 8401344
Info utili	Portare sempre molta acqua.

META TAM	TERZO GIORNO: MONTE SUCCISO M 2016 E MONTE CASAROLA M 1978 - APPENNINO TOSCO-EMILIANO
Data	LUNEDI' 20 MAGGIO
Percorrenza	5-6 ore per l'intero anello
Difficoltà	EE
Dislivello	860 m circa
Quota massima	2016 m
<p>Dal Passo del Cerreto (RE, 1263 m) si imbecca il GE A 00 che si snoda all'interno della faggeta che precede il Passo dell'Ospedalaccio (1292 m). Si sale con il sentiero 671, in direzione delle Sorgenti del Secchia. Raggiunta la bellissima conca glaciale del Prataccio (1465 m) e le Sorgenti proseguiamo in direzione del Passo di Pietratagliata (1750 m). Subito dopo si incontra l'unica difficoltà della salita: un erto sperone roccioso attrezzato, breve e facile ma esposto; da qui si giunge ad una anticima, per poi approdare all'ultimo strappo che ci porta in vetta ai 2017 m dell'Alpe di Succiso. Riprendiamo il cammino seguendo il crinale in direzione est della Sella Casarola (segnavia 667) da cui si può aggiungere una seconda vetta al bottino di giornata proseguendo 10 min., fino alla croce di vetta del Monte Casarola (1978 m). Il ritorno avviene lungo il sentiero 675 che scende tagliando in diagonale i ripidi pendii sud dell'Alpe di Succiso per sbucare nuovamente nella conca delle Sorgenti del Secchia.</p>	
Attrezzatura	Da escursione - calzature robuste
Ritrovo	Albergo al Passo del Cerreto 1253 m - ore 8
Coordinamento	Giordana Schiantarelli 339 6360388 Enrico Pelucchi 380 4912443 Stefano Bartesaghi 339 8401344
Info utili	Portare sempre molta acqua.

META TAM	PARCO FORESTA CASENTINESE ANELLO: RIDRACOLI (FORLÌ), BADIA PRATAGLIA, CAMPIGNA, RIDRACOLI
Data	MERCOLEDÌ '12 VENERDÌ '14 GIUGNO
Percorrenza	1° giorno , Sondrio-Ridracoli in auto: circa 5.30 ore Ridracoli-Badia Prataglia : circa 6.30 ore 2° giorno , Badia Prataglia-Campigna: circa 6 ore 3° giorno , Campigna-Ridracoli: circa 4 ore
Difficoltà	EE
Dislivello	1° giorno : in salita 1277 m circa; in discesa 880 m circa 2° giorno : in salita 1077 m circa; in discesa 814 m circa 3° giorno : in salita 512 m circa; in discesa 1171 m circa
Quota massima	1° giorno : 1394 m, passo della Crocina 2° giorno : 1520 m, Poggio Scali 3° giorno : 1030 m, San Paolo in Alpe
1° giorno : In auto al parcheggio presso la biglietteria della diga di Ridracoli. Si attraversa la diga del lago di Ridracoli, pedaggio 5 euro, verso il Rifugio Ca di Sopra e si prosegue per il passo della Bertesca e il passo della Crocina. Si scende a Badia Prataglia, passando per il buco delle Fate, luogo di notevole interesse naturalistico e geologico, per raggiungere la pensione Giardino, dove si pernotta. Tel. 0575559016	

2° giorno : Si raggiunge il rifugio Fangacci per poi scendere all'eremo di Camaldoli. Dopo la visita all'eremo, si prosegue per Prato Bertone, il Giogo della Secchieta, il passo Porcareccio, e Poggio Scali. Si scende per la Giogana, si costeggia la riserva integrale Sasso Frattino, e dopo il passo della Calla si raggiunge Campigna con alloggio all'albergo Lo Scoiattolo. Tel. 0543980052	
3° giorno : Si parte per Villaneta e Case di Sotto, Castagnoli, Case Fiume, Case Fiumari per raggiungere San Paolo in Alpe, luogo particolarmente suggestivo e teatro di combattimenti nella 2° guerra mondiale. Si scende quindi lungo la valle del Rio Bacino fino a raggiungere il parcheggio di partenza.	
Attrezzatura	Da escursionismo
Ritrovo	Sondrio, [P] Campus in via Tonale - ore 5.00
Coordinamento	Enrico Pelucchi 380 4912443 Stefano Bartesaghi 339 8401344
Info utili	Portare indumenti di ricambio e protettivi per eventuale pioggia, vento, freddo, cibo, acqua. I tempi di percorrenza sono al netto delle soste. Iscrizione entro 20 aprile Carta dei sentieri e turistica Alto Casentino-Valli del Bidente; ed. Multigraphic-Firenze

META TAM **CROCE DELLA REIT BORMIO**Data **DOMENICA 14 LUGLIO**

Percorrenza 2.30 ore circa

Difficoltà E

Dislivello 800 m circa

Quota massima 2132 m

In auto a Bormio. Dal giardino botanico si sale per sentiero fino alla Pedemontana della Reit. Subito dopo si segue il sentiero che, con numerosi tornanti, consente di raggiungere la Croce della Reit. Ritorno a Paluetta, dove si vede una fontana in pietra. Su sentiero si scende sulla Pedemontana della Reit e, infine, al giardino botanico di cui si prevede la visita

Attrezzatura Da escursionismo

Ritrovo Sondrio, [P] del Campus in via Tonale - ore 7.00

 Coordinamento
 Enrico Pelucchi 380 4912443
 Stefano Bartesaghi 339 8401344

Info utili




META TAM	PARCO DELLE ALPI MARITTIME ANELLO DEL MONTE ARGENTERA
Data	MARTEDI' 27- GIOVEDI' 29 AGOSTO
Percorrenza	1° giorno in auto circa 5 ore; a piedi circa 4/5 ore 2° giorno circa 4/5 ore 3° giorno circa 6 ore e, in auto, 5 ore
Difficoltà	EE
Dislivello	1° giorno: circa 1100 m 2° giorno: in salita circa 650 m; in discesa circa 1100 m 3° giorno: in salita circa 650 m; in discesa circa 1250 m
Quota massima	1° giorno: 2464 m, rifugio Remondino 2° giorno: 3123 m, passo dei Detriti 3° giorno: 2538 m Colle del Chiapous
<p>1° giorno: in auto fino a Terme di Valdieri (1368 m) in Valle Gesso. Poi su stradina fino alla Piana del Re e su sentiero per la Valle di Assedras al rifugio Remondino, dove si pernotta.</p> <p>2° giorno: dal rifugio e su tracce di sentiero e detriti si raggiunge il Passo dei Detriti, per poi scendere al bivacco Baus e al rifugio Genova (2009 m), dove si pernotta. Il percorso si presenta piuttosto impegnativo per dover camminare in un ambiente particolarmente ripido e detritico.</p> <p>3° giorno: dal rifugio si percorre la sponda occidentale del lago del Chiotas per poi salire lungo il vallone del Chiapous. Raggiunto il colle omonimo si scende al rifugio Morelli (2351 m) per proseguire, sempre in discesa e attraverso il vallone di Lourousa, fino alle Terme di Valdieri.</p>	

Attrezzatura	Da escursionismo, casco
Ritrovo	Sondrio, [P] del Campus in via Tonale - ore 5.00
Coordinamento	Enrico Pelucchi 380 4912443 Stefano Bartesaghi 339 8401344
Info utili	Portare indumenti di ricambio e protettivi per eventuale pioggia, vento, freddo; cibo. I tempi di percorrenza sono al netto delle soste. Iscrizione entro 15 giugno Carta escursionistica 15 Valle del Gesso, ed. Fraternali

META TAM	SENTIERO GLACIOLOGICO ALTO VALLE DEI FORNI - VALFURVA
Data	SABATO 21 SETTEMBRE
Percorrenza	5 ore
Difficoltà	E
Dislivello	623 m
Quota massima	2527 m
In auto fino al parcheggio dei Forni (pagamento pedaggio a Santa Caterina per accedere ai Forni). Si segue il sentiero glaciologico panoramico, ricco di ghiacciai e resti della Grande Guerra con visita alla lingua del Ghiacciaio dei Forni.	
Attrezzatura	Scarponcini da montagna in buono stato
Ritrovo	Sondrio, [P] del Campus in via Tonale ore 6.00
Coordinamento	Angelo Libera 33 98911975 Enrico Pelucchi 38 04912443
Info utili	Al termine è prevista la visita al prezioso Museo della Grande Guerra, allestito all'interno del rifugio Forni.

META TAM	ANELLO MORBEGNO - BEMA RASURA - SACCO - MORBEGNO
Data	DOMENICA 6 OTTOBRE
Percorrenza	6 ore
Difficoltà	T/E
Dislivello	800 m
Quota massima	800 m
Partendo da Morbegno si percorre il primo tratto della storica Via Priula per poi staccarsene per raggiungere il piccolo comune di Bema, posto sul panoramico spartiacque tra le due Valli del Bitto. Si scende al suggestivo ponte della Sorte per poi risalire su versante opposto raggiungendo gli abitati di Rasura e Sacco. Si rientra a Morbegno passando per la frazione di Campione con la nota cappella della Bona Lombarda.	
Attrezzatura	Attrezzatura da escursionismo leggero
Ritrovo	Morbegno, piazza S. Antonio- ore 8.30
Coordinamento	Enrico Pelucchi 329 2067383 Alessandro Bassi
Info utili	



**SCUOLA DI ALPINISMO
E SCI ALPINISMO DELLA
PROVINCIA DI SONDRIO
"L. BOMBARDIERI"**

CORSO SCIALPINISMO BASE (SA1)

Il corso si rivolge a coloro che, disponendo di una sufficiente padronanza delle tecniche di discesa su pista, si accostano per la prima volta allo scialpinismo. Finalità del corso è l'acquisizione delle basi tecniche per affrontare la montagna con gli sci con la dovuta preparazione e la giusta consapevolezza dei rischi, senza trascurare gli aspetti ecologici e morali. Oltre all'apprendimento delle tecniche di salita e discesa "fuori pista", il corso comporta lo studio di nozioni teoriche che troveranno verifica nelle esercitazioni guidate da istruttori qualificati.

AMMISSIONE AL CORSO

Sarà effettuata tenuto conto anche di una uscita in pista per verificare l'equipaggiamento e la tecnica di discesa.

EQUIPAGGIAMENTO INDIVIDUALE

Sci muniti di attacchi da sci alpinismo, bastoncini, scarpone, pelli in tessilfoca adesive, zaino, rampanti, unitamente ad abbigliamento idoneo alla montagna.

LEZIONI TEORICHE

Le lezioni teoriche si svolgeranno solitamente la sera dei venerdì precedenti le esercitazioni pratiche e tratteranno: materiale ed equipaggiamento, neve e valanghe, utilizzo apparecchio ARTVA, topografia e orientamento, meteorologia, preparazione della gita.

ESERCITAZIONI PRATICHE

Sei uscite la domenica con mete da stabilirsi in base alle condizioni niveo-meteo, una giornata di selezione in pista.

SEDE DEL CORSO:

CAI Valtellinese di Sondrio Via Trieste 27

Direttore: Enrico Franco

Vice Direttore: Abramo Civera

Segretaria: Silvia Della Marianna

DATE:

- 19/1 Presentazione corso, lezione: Materiale, Equipaggiamento
- 26/1 Nozioni di autosoccorso e Tecnica di discesa
- 27/1 Salita e controllo attrezzatura, Valutazione in discesa"
- 2/2 lezione: A.R.T.V.A./ Autosoccorso"
- 3/2 Prova pratica di ricerca con A.R.T.V.A.
- 9/2 lezione: Neve e Valanghe
- 11/2 1° Uscita
- 16/2 Primo soccorso, BLS e preparazione atletica"
- 18/2 2° Uscita
- 23/2 Topografia e orientamento"
- 24/2 Preparazione schizzo di rotta - lezione: Meteorologia c/o Sezione CAI - Morbegno (R. Scotti)"
- 25/2 3° Uscita - Prova pratica di orientamento e autosoccorso
- 1/3 Preparazione di una gita
- 3/3 4° Uscita
- 10/3 5° Uscita
- 15/3 Bidecalogo
- 17/3 6° Uscita
- 23/3 7° Uscita (Pernottamento in Rifugio)
- 24/3 8° Uscita

LEZIONI TEORICHE

Materiali Paolo Messina
Neve e valanghe Carlotta Civera
Autosoccorso Silvia Della Marianna, Abramo Civera
Tecnica di discesa Abramo Civera
Topografia e orientamento Mirko Salinetti
Primo soccorso, Luca Montagnini
Preparazione atletica Luca Montagnini
Meteorologia Scotti Riccardo
Preparazione di una gita Ivan Simonini)

2-SEDE DEL CORSO A MORBEGNO

Direttore: Giulio Gadola
Vice Direttore: Cesare De Donati

3-SEDE DEL CORSO: VALDIDENTRO

Direttore: Lorenzo Valgoi
Vice Direttore: Elio Franceschina

CORSO DI ALPINISMO (SONDRIO A1)

Direttore: Alex Paganoni
Vice direttore: Abramo Civera
Segreteria: Adele Cabello, Silvia Della Marianna
Sede: CAI Valtellinese-Sondrio

Il corso ha lo scopo di fornire all'allievo che desidera praticare l'alpinismo un sicuro indirizzo tecnico ed infondergli quella fiducia in se stesso affinché possa affrontare preparato e cosciente le difficoltà ed i pericoli della montagna.

LEZIONI TEORICHE: materiali ed equipaggiamento, nodi e tecniche alpinistiche, storia dell'alpinismo, educazione alpinistica, topografia ed orientamento, fisiologia e alimentazione, pronto soccorso, preparazione e condotta di una ascensione.

ESERCITAZIONI PRATICHE: consistono in una serie di ascensioni-scuola in diverse zone delle Alpi, curando particolarmente gli aspetti riguardanti: tecnica di roccia e procedimento in cordata, tecnica di ghiaccio e procedimento in cordata, tecnica di soccorso e di autosoccorso
Iscrizioni Da venerdì 3 aprile presso la sede

CORSO DI ARRAMPICATA LIBERA (MORBEGNO AL)

Il corso ha lo scopo di acquisire le tecniche di arrampicata sia in falesia (pareti naturali attrezzate per l'arrampicata sportiva) che su pareti artificiali. Le sei uscite avranno luogo la domenica con l'aggiunta di un sabato.

Direttore: Moreno Libera
Info: tel. 3331744905, moreno.libera@libero.it



**SCUOLA DI ALPINISMO
GIOVANILE DELLA PROVINCIA DI SONDRIO
"LUIGI BOMBARDIERI NICOLA MARTELLI"**

Direttore: Massimo Gualzetti - Vice Direttore: Giorgio Baltramini
Segretario: Valeria Balzarolo
scuolagsondrio@gmail.com - www.alpinismogiovanile.jimdo.com



DATA	G.	ARGOMENTO/META	DIFF.
4 febbraio	1	Attività di scialpinismo -uscita - località da definire	-
11 febbraio	1	Giorno di riserva -uscita - località da definire	-
18 febbraio	1	Attività di scialpinismo -uscita - località da definire	-
25 febbraio	1	Attività di scialpinismo -uscita - località da definire	-
4 marzo	1	Attività di scialpinismo -uscita - località da definire	-
10 marzo	1	Resti della Storia - Sondrio Castello di Mancapane (SO)	E
24 marzo	1	Uscita sulla neve - Ciaspolata e giochi località da definire	E-AI
7 aprile	1	Approvvigionamenti del passato - Sentiero del pane e del vino - Faedo s. Bernardo di Faedo	E
21 aprile	1	Cicloescursionismo - Introduzione - Sentiero Valtellina- Sondrio- Chiuro/Ponte/Sondrio	TC
5 maggio	1	Antichi mestieri - Cave e laboratorio della pietra ollare - località da definire	E
19 maggio	1	Cicloescursionismo - Uscita - destinazione da definire	MC
9 giugno	1	Le cime - Prato Valentino Mte Brione Mte Calighè	EE
22 giugno	1	Gioco dell'arrampicata - località da definire	E
29/30 - giugno	2	Vita in rifugio con pernottamento rifugio di Schiazzera	EE
29 agosto	1	Via Priula - da Morbegno ad Albaredo	E
15 settembre	1	Monte Magnodeno e Cresta della Giumenta dai Piani D'Erna - LC	EE
22 settembre	1	AG Senza Frontiere - Attività Intersezionale	EE
6 ottobre	1	Richiami della natura - I bramiti - Alpe Colina	E
20 ottobre	1	Arrampicate " La memoria delle rocce in collaborazio- ne con CM di Sondrio	E
27 ottobre	1	Manifestazione di chiusura attività: Sassella-Bartesaghi- Castione	T



Club Alpino Italiano
Sottosezione di Valdidentro
Sezione Valtellinese
valdidentro@caialtavaltellina.it

PROGRAMMA INVERNALE 2024

- **Giovedì 4 gennaio** serata CAI presso centro Rasin
- **Domenica 7 gennaio** lezione teorica pratica sul corretto uso dei dispositivi Artva, Pala, Sonda
- **Domenica 21 gennaio** Piz Belvair (CH) Engadina Stazione ferroviaria Madulain mt. 2822
(coordinatore Bracchi Lucia cell. 339 5642264)
- **Domenica: 4 febbraio** cima Campaccio Livigno mt. 3007
(coordinatore Pietro Urbani cell. 333 3260477)
- **Domenica 18 febbraio** Piz d'Emmat (CH) mt. 2927
(coordinatore Daniele Trabucchi cell. 3337516905)
- **Domenica 25 febbraio** Pizzo della Valle mt. 2877
(coordinatore Claudio Togni)
- **Domenica 3 marzo:** cima della Malgina mt. 2765
(coordinatore Morcelli Stefano cell.393 1990346)
- **Sabato 9 marzo:** Assemblea Annuale seguirà programma
- **Domenica 17 marzo:** Traversata Bormio-Livigno in collaborazione SKI TRAB (coordina CAI Valdidentro)
- **Domenica 1 aprile** cima Branca mt. 3000
(coordinatore Urbani Pietro cell. 339 5983448)
- **Sabato 6/7 aprile** Rif. Forni , Monte Cevedale, Rif. Larcher
- **Domenica 7 aprile** Risalita al Palon della Mare e rientro al Rifugio Forni. Prenotazione obbligatoria.
- **Sabato 9 marzo 2024** Il CAI Valdidentro con la collaborazione della scuola Bombardieri di Sondrio organizza il corso base (SA1) di sci alpinismo. Oltre all'apprendimento delle tecniche di salita e discesa fuori pista, il corso comporta lo studio di nozioni con lezioni teoriche che troveranno verifica nelle esercitazioni, guidate da **Istruttori qualificati**
Per informazioni: Valgoi Lorenzo cell. 349 7562693
Franceschina Elio cell. 335 7222882

PULIZIA SENTIERI:

Si invitano i soci della sezione e delle sottosezioni a partecipare attivamente alle iniziative di recupero e di manutenzione dei sentieri in particolare il giorno 26 maggio giornata nazionale della sentieristica

SERATA DEGLI AUGURI

23 dicembre Canti - Falò - Ristoro - Arrampicata...in città. Con la presenza di tutti i gruppi sezionali del CAI Valtellinese.

Coordinamento: Camillo Della Vedova, Abramo e Carlotta Civera, Silvia Della Marianna, Ivan Simonini, Mirko Ferrari

CORO CAI SONDRIO

Direttore: Michele Franzina Segretario: Agostino Scarinzi
Attività corale a richiesta - Serata degli auguri natalizi

CORO CAI FEMMINILE

Il coro CAI femminile ha iniziato le prove nel mese di giugno 2018. Le donne interessate a farne parte sono invitate a contattare: Enrico Pelucchi in sede CAI o telefonicamente 3804912443; Donatella Stella, tel. 342514693.

Direttore: Michele Franzina

COORDINAMENTO DELLE SEZIONI E DELLE SOTTOSEZIONI DELLA PROVINCIA DI SONDRIO

Presidente per il 2024: Luciano Bertolina-CAI Valfurva
Fanno parte del coordinamento, costituitosi ufficialmente nel 1996, tutte le sezioni e sottosezioni del CAI della provincia di Sondrio.

Sezioni: Livigno, Bormio, Valfurva, Sondalo, Aprica, Sondrio, Valmalenco, Morbegno, Novate Mezzola, Chiavenna, Medesimo.

Sottosezioni di Sondrio: Tirano, Ponte in Valtellina, Berbenno, Valdidentro, Teglio.

ISCRIZIONE AL CAI VALTELLINESE

Le iscrizioni e i rinnovi per l'anno 2024 si terranno presso la nostra sede.

Il martedì e il venerdì dalle ore 21 alle ore 22,30

SOCIO ORDINARIO

(età maggiore di 25 anni) Euro 50,00

SOCIO ORDINARIO JUNIOR

(età compresa tra i 18 e i 25 anni) Euro 27,00

SOCIO FAMILIARE

(componenti del nucleo familiare di un socio ordinario, con esso convivente e maggiore di 25 anni) Euro 27,00

SOCIO GIOVANE (età minore di 18 anni) Euro 17,00

SECONDO (e ulteriori) socio giovane
appartenente ad un gruppo familiare in cui sia presente un socio ordinario Euro 9,00

COSTO DI UNA NUOVA ISCRIZIONE

(per costo nuova tessera) Euro 6,00

Programma 2024 approvato dal Consiglio Direttivo del CAI



CLUB ALPINO ITALIANO
SEZIONE VALTELLINESE DI SONDRIO

SCUOLA ITALIANA
NORDIC WALKING

NORDIC WALKING

al Parco Bartesaghi e d'intorni

Sabato 13 • 20 • 27
Aprile 2024

Sabato 11 Maggio 2024

Il Nordic Walking è un esercizio fisico praticato durante il cammino che coinvolge gli arti superiori attraverso il lavoro ottenuto applicando una forza contro il terreno per mezzo di una coppia di bastoncini.

PROGRAMMA:

Ritrovo: Parco Bartesaghi ore 10,00

Con Istruttori della Scuola Italiana Nordic Walking
Camminata e approfondimento della camminata
Nordic Walking

Per info e iscrizioni

Riccardo Tagni 348 5900327
Maurizio Cittarini 347 6200516
Paolo Panizzolo 349 8302848

I bastoncini specifici per Nordic Walking sono messi a disposizione dagli Istruttori.
Abbigliamento comodo e scarpe da ginnastica/trekking.



Il conto corrente come lo vuoi tu!

The logo for 'Multiplus' features the word 'MULTI' in a bold, white, sans-serif font with a blue outline, and 'plus' in a smaller, blue, sans-serif font. The text is set against a stylized blue wave graphic that flows from left to right. The background of the entire advertisement is a light blue gradient with a faint, circular pattern of overlapping squares, resembling a globe or a tunnel.

**Lo componi...
secondo le tue esigenze!**

Completo e flessibile!

www.popso.it



**Banca Popolare
di Sondrio**

Fondata nel 1871