



CLUB ALPINO ITALIANO
SEZIONE VALTELLINESE SONDRIO



PROGRAMMA
escursioni

2023

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@caiponteinvaltellina.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@caialtvaltellina.it



CLUB ALPINO ITALIANO
SEZIONE VALTELLINESE DI SONDRIO

| Programma 2023 |

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 trattamento 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 responsabili-

tà 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 meteorologica 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 carrarecce, 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, roccette 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 esclu-

se 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 appi-

gli 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 delle 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 cor-

retta interpretazione del bollettino nivo-meteo.

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 comuni 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 ciclistica di base.

BC (PER CICLOESCURSIONISTI DI BUONE CAPACITÀ TECNICHE)

Percorso su sterrate molto accidentate o su mulattiere 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 composti e in rapida successione (grossi ciottoli, detrito grossolano, gradoni, radici, tornantini...).

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 composti, 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



VALDIDENTRO

META	SERATA CAI
Data	MERCOLEDÌ 4 GENNAIO
Polifunzionale Rasin, con Elia	

TIRANO

META	CIASPOLATA AL MONTE PADRIO
Data	VENERDÌ 6 GENNAIO
Percorrenza	2 ore
Difficoltà	E-RN
Dislivello	300 m
Quota massima	2152 m
Raggiunta in auto la località Trivigno si segue il sentiero fino alla cima del Monte Padrio.	
Attrezzatura	Ciaspole
Ritrovo	Trivigno, Centro sci di fondo
Coordinamento	Luca Panizza 347 9036021
Info utili	Le ciaspole non si noleggiavano in Trivigno

VALDIDENTRO

META	USCITA IN AMBIENTE
Data	DOMENICA 15 GENNAIO
Uscita in ambiente, su corpo valanga, accompagnati da istruttori Cai, prova artva, pala, sonda e simulazione di possibili problemi che possono verificarsi	

VALDIDENTRO

META	PIZZ DAINT M.2968
Data	DOMENICA 22 GENNAIO
coordinatore Pietro Urbani Junior 339 5983448	

META	CIASPOLATA NOTTURNA A CHIAREGGIO
Data	VENERDÌ 3 FEBBRAIO
Percorrenza	1,30 ore di salita
Difficoltà	E (RN)
Dislivello	200 m
Quota massima	1600 m
Partendo da S.Giuseppe (1433 m/slm) si percorre la carrozzabile fino a raggiungere l'abitato di Chiareggio. Cena presso il ristorante Pian del Lupo.	
Attrezzatura	Artva, pala, sonda, abbigliamento invernale, ciaspole, bastoncini da neve, scarponi.
Ritrovo	Ponte in Valtellina, Piazza della Vittoria - ore 18.00
Coordinamento	Alessandra Pedrucci 340 4020032 Jan Bures 328 6131596
Info utili	Prenotazione entro venerdì 27 gennaio.

PONTE

VALDIDENTRO

META	MONTE TRELA
Data	DOMENICA 5 FEBBRAIO
coordinatore Lucia Bracchi cell 339 5642264	

META	GUSTA E VAI XIII EDIZIONE
Data	DOMENICA 5 FEBBRAIO
Percorrenza	6 ore
Difficoltà	EAI - PD
Dislivello	500 m
Quota massima	1750 m
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.	
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 LARGONE ACQUANERA
Data	DOMENICA 12 FEBBRAIO
Percorrenza	4 ore
Difficoltà	EAI - F
Dislivello	300 m
Quota massima	2067 m
Lasciate le auto a Largone (Lanzada) si prende la stradina che porta all'alpe Largone inferiore e superiore, da qui si trova la deviazione per il lago di Mufulè raggiunto il quale si fa rientro dal tragitto appena percorso e una volta raggiunto il bivio si sale all'alpe Acquanera	
Attrezzatura	Escursionismo invernale. Ciaspole.
Ritrovo	Berbenno di Valtellina, [P] Piazza del Mercato - ore 8.00 Sondrio, [P] Albergo Schenatti ore 8.20
Coordinamento	Roberto Bertini 339 4828001 Giuseppe Pozzi 340 4084917
Info utili	Trasporto con auto propria - Pranzo al sacco Prenotazione entro Venerdì 10 Febbraio per non tesserati CAI www.caiberbenno.eu

VALDIDENTRO

META	PIZ D'EMMAT DADAIN M. 2927
Data	DOMENICA 19 FEBBRAIO
Daniele Trabucchi cell 333 7516905	

VALDIDENTRO

META	ASSEMBLEA ORDINARIA ANNUALE
Data	VENERDÌ 24 FEBBRAIO
Sede CAI	

META	CIASPOLATA LAGO PALÙ DA SAN GIUSEPPE
Data	MERCOLEDÌ 15 FEBBRAIO
Percorrenza	3 ore
Difficoltà	E
Dislivello	500 m
Quota massima	1925 m
<p>Partendo dalla frazione di S.Giuseppe, in Valmalenco, si lascia l'auto nell'ampio parcheggio in località Prati Pedrana, partenza della seggiovia. Si seguono le indicazioni per il Lago e Rifugio Palù, passando per la località Barchi (m 1738), e con deviazione a sinistra per sentiero nel bosco alle malghe Barchetto. Poi, con un ultimo strappo su traccia ben evidente, arriveremo al lago Palù (m 1925). Faremo il giro del lago, che ci porterà al rifugio per il pranzo.</p>	
Attrezzatura	Racchette da neve
Ritrovo	Sondrio, [P] Black & White - ore 8.00
Coordinamento	Gianluigi Martinelli 339 8573020 Paolo Panizzolo 349 8302848 In collaborazione con CAI Barlassina
Info utili	Trasporto con mezzi propri. Pranzo presso Rifugio Lago Palù.

META	CIASPOLATA ARMISOLA
Data	DOMENICA 19 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	Aldo Pasini tel.347 0767565 Jan Bures tel. 328 6131596
Info utili	Prenotazione entro e non oltre 17 marzo.

VALDIDENTRO

META	VAL CARONELLA, CIMA DEL LAGO GELT M. 2796
Data	DOMENICA 5 MARZO
coordinatore Stefano Morcelli cell. 393 1990346	

VALDIDENTRO

META	TOUR OGA - MANDRIA - CERDEC - SAN COLOMBANO
Data	DOMENICA 12 MARZO
coordinatore Matteo Bignotti	

VALDIDENTRO

META	CIMA SAOSEO M.3264
Data	DOMENICA 2 APRILE
coordinatore Claudio Togni cell.327 1959100	

PALON DE LA MARE SCIALPINISMO

META	PALON DE LA MARE SCIALPINISMO
Data	DOMENICA 2 APRILE
Percorrenza	5 ore
Difficoltà	D
Dislivello	1500 m
Quota massima	3703 m

Dal parcheggio del rifugio dei Forni si segue la stradina che conduce al rifugio Branca posto ai piedi della cima. Si supera il rifugio posto a quota 2493 m continuando lungo il fianco della morena del ghiacciaio dei Forni in direzione sud-est. Intorno a quota 2800 m sulla sinistra parte un canale (direzione nord-est) il quale porta a pendii glaciali più dolci. Si sale al centro dell'ampia conca glaciale affrontando un tratto più ripido sulla sinistra e tornando poi a destra sotto i ripidi pendii terminali. Sempre verso destra (sud-est) si arriva alla cresta terminale che viene seguita fino in vetta. Discesa lungo l'itinerario di salita.

Attrezzatura	Da scialpinismo, ramponi e imbrago
Ritrovo	Piazza Marinoni - Tirano
Coordinamento	Luca Panizza 347 903602 Simone Bertini 393 6444796 In collaborazione con CAI Teglio
Info utili	

VALDIDENTRO

META	PIZZO TRESERO M.3594
Data	LUNEDÌ 10 APRILE
coordinatore Pietro Urbani cell. 333 3260477	

META	COLICO - ABBAZIA DI PIONA
Data	GIOVEDÌ 6 APRILE
Percorrenza	3 ore
Difficoltà	E
Dislivello	150 m
Quota massima	330 m
Escursione con partenza da Colico da dove, percorsi i sentieri del Montecchio Sud e poi sul Promontorio di Piona, si raggiunge l'Abbazia Cistercense di S.Maria di Piona. Ritorno in battello.	
Attrezzatura	Escursionismo
Ritrovo	Berbenno di Valtellina, [P] Piazza del Mercato - ore 8.00 Colico, [P] Stazione ferroviaria ore 9.00
Coordinamento	Giuseppe Pozzi 340 4084917 Stefania Lazzari
Info utili	Trasporto con auto propria - Pranzo al sacco Prenotazione entro Martedì 4 Aprile per non tesserati CAI www.caiberbenno.eu

META	TUTTI IN BICICLETTA DA BERBENNO A COLICO APERTA ALLE FAMIGLIE, BAMBINI E CICLOESCURSIONISMO ADATTATO
Data	DOMENICA 16 APRILE
Percorrenza	40 km con possibilità di ritorno in treno
Difficoltà	TC
Dislivello	-70 m
Quota massima	270 m, stazione ferroviaria di S. Pietro Berbenno
Cicloescursione con partenza dalla stazione di S. Pietro Berbenno con destinazione Colico sul Sentiero Valtellina. La cicloescursione ha la finalità di avvicinare tutti all'attività del cicloescursionismo nel CAI.	
Attrezzatura	Da cicloescursione con casco obbligatorio, occhiali e guanti consigliati. Attrezzatura di primo intervento per foratura.
Ritrovo	San Pietro Berbenno, Stazione ferroviaria ore 8.45
Coordinamento	Giuseppe Pozzi 340 4084917 Stefania Lazzari Ivano Rizzieri 335 5893024
Info utili	Prenotazione entro Venerdì 14 Aprile - Pranzo al sacco. Possibilità di noleggio Bike/E-Bike con sconto CAI - possibilità di trasporto bici con Bike Shuttle

META	SENTIERO DEL TRACCIOLINO VAL CODERA
Data	DOMENICA 23 APRILE
Percorrenza	6 ore e 30 minuti
Difficoltà	E
Dislivello	750 m
Quota massima	980 m
Il Sentiero del Tracciolino corre per 10 km lungo il tracciato della ferrovia a scartamento ridotto costruita negli anni trenta per collegare due dighe, una in Val Codera e una in Val dei Ratti. Si attraversano diverse gallerie molto suggestive, camminando su sentieri scavati nella roccia con viste mozzafiato. Il percorso è interamente assicurato da un parapetto ed è alla portata di tutti, anche dei bambini. Raggiunta la Val dei Ratti il paesaggio cambia radicalmente: non più roccia ma dolci boschi e prati di montagna, con la diga ed il borgo di Frasnedo poco sopra. Si scende quindi verso Verceia.	
Attrezzatura	Da escursionismo
Ritrovo	Chiuro, [P] Ristorante Baffo - ore 7.00
Coordinamento	Monica Messina - Mauro Lazzarini 347 3578756
Info utili	Trasporto con mezzi propri. Pranzo al sacco.

META	SENTIERO DEL SOLE GEMA - TIRANO
Data	DOMENICA 30 APRILE
Percorrenza	6 ore
Difficoltà	E
Dislivello	+ 260 m - 960 m
Quota massima	960 m
<p>Da Teglio, in località Gema, parte il percorso che ci porta nella valle di Boalzo che separa gli alpeggi sopra Teglio e quelli sopra Brianzone. Attraversato il torrente, dobbiamo sormontare l'aspro speroncino roccioso, aiutati dalle corde fisse, per poi guadagnare luoghi più tranquilli e quindi raggiungere Bratta a quota 973 m qui scendiamo alla strada asfaltata che sale da Brianzone. In questo tratto, in un paio di punti, le corde fisse ci aiutano a superare i passaggi in discesa. Superato il rudere di una baita si sale con un traverso piuttosto ripido. Da qui si aggira un dosso e si comincia a scendere, passando per il versante denominato Buco dell'Orso che sovrasta un tratto che mostra evidenti segni ancora di un incendio. Si arriva sul muraglione di una strada che conclude il sentiero. Si tratta della strada militare che dalla frazione di Ragno di Villa di Tirano sale all'Alpe Lughina. Siamo a 1260 m circa, dopo un tratto in discesa si arriva in località Piatta (1223 m) poi Ramaglione (1109 m) e successivamente Novaglia (890 m) dove è ben visibile Tirano. Si scende fino allo xenodochio di Santa Perpetua, fino al santuario della Madonna di Tirano.</p>	
Attrezzatura	Da escursionismo
Ritrovo	Teglio - Piazza Sant'Eufemia - ore 8.00
Coordinamento	Daniela Giudice - Paolo Panizzolo 349 8302848
Info utili	Trasporto con mezzi propri. Pranzo al sacco.

SEZIONE VALTELLINESE

META	MONTE FORATO
Data	DA SABATO 6 A LUNEDÌ 8 MAGGIO
Difficoltà	1° giorno EA - 2° giorno F - 3° giorno EEA
Attrezzatura	Da escursionismo
Coordinamento	Giordana Schiantarelli 339 6360388 Enrico Pelucchi 380 4912443 Stefano Bartesaghi 339 8401344
Info utili	Programma GRUPPO TAM 2023.

META	IL CAI OLTRE CONFINE - IRLANDA
Data	DA DOMENICA 7 A DOMENICA 14 MAGGIO
Percorrenza	Come da programma al link: https://drive.google.com/file/d/1KSaAh5pCqfalcU1PxSPKqKrQ4t0qGAzf/view?usp=share_link
Difficoltà	E
Escursioni e visite guidate a margherita con guida locale.	
Attrezzatura	Escursionismo
Ritrovo	Seguiranno info
Coordinamento	Roberto Bertini 339 4828001 Carlo Dell'Oca 342 9210988 Giuseppe Pozzi 340 4084917
Info utili	www.caiberbenno.eu

SEZIONE VALTELLINESE

META	TREKKING A FUERTEVENTURA - ISOLE CANARIE- SPAGNA
Data	DA LUNEDÌ 8 A LUNEDÌ 15 MAGGIO
Difficoltà	E
Attrezzatura	Da escursionismo
Coordinamento	Maurizio Cittarini 347 6200516 Luciano Bongiolatti 328 4863095
Info utili	Seguirà programma dettagliato

META	TERRAZZAMENTI VALTELLINA TIRANO, TEGLIO, CHIURO
Data	MERCOLEDÌ 10 MAGGIO
Percorrenza	6 ore
Difficoltà	T
Dislivello	530 m
Quota massima	900 m

Partendo dalla Basilica di Madonna di Tirano, si percorre la via dei Terrazzamenti attraversando gli abitati di Villa e Bianzone. Giunti sul confine con il Comune di Teglio si risale per ripida strada fino al centro di Teglio. Dopo il pranzo si continua, in discesa, sulla via dei Terrazzamenti fino a Chiuro.

Attrezzatura	Da escursionismo
Ritrovo	Madonna di Tirano, [P] Via Helvetia - ore 8.30
Coordinamento	Gianluigi Martinelli 339 8573020 Paolo Panizzolo 349 8302848 In collaborazione con CAI Barlassina
Info utili	Trasporto con mezzi propri. Pranzo al sacco o presso Ristorante a Teglio.

META	FERRATA IN GRIGNETTA
Data	DOMENICA 14 MAGGIO
Percorrenza	3 ore e 30 minuti di ferrata tempo totale A/R 6 ore
Difficoltà	EEA
Dislivello	850 m
Quota massima	2177 m
Ritrovo con Cai Barlassina. Si segue il sentiero attrezzato della Direttissima alla Grignetta, partendo dal Pian dei Resinelli, in provincia di Lecco, per raggiungere la Cima della Grigna Meridionale. Discesa dal sentiero Cermenati o Cresta Sinigaglia.	
Attrezzatura	Imbrago, casco, set ferrata
Ritrovo	Ponte in Valt. Piazza della vittoria - ore 6.30
Coordinamento	Aldo Pasini tel.347 0767565 Jan Bures tel. 328 6131596 In coll. con CAI TEGLIO e CAI BARLASSINA
Info utili	Prenotazione entro e non oltre 12 maggio.

META	GRIGNA MERIDIONALE (GRIGNETTA)
Percorrenza	4 ore
Difficoltà	EE
Si sale dai Piani Resinelli, dove si trova ampio parcheggio. Si imbocca quindi il sentiero che in breve tempo ci porta fino al Rifugio Porta. Da qui, seguendo le chiare indicazioni, si continua lungo il sentiero 7 che salirà l'ampia e soleggiata cresta Cermenati. Dopo una breve salita dolce nel bosco la pendenza sale presto decisa e possiamo osservare il percorso da compiere, seguendo a vista il costone erboso. Prima della vetta si entra in un ultimo canalone attrezzato. Siamo infine in cima, dove troviamo la croce di vetta e anche il Bivacco Ferrario	
Attrezzatura	Da escursionismo
Ritrovo	Chiuro, [P] Ristorante Baffo - ore 7.00
Coordinamento	Monica Messina - Mauro Lazzarini 347 3578756
Info utili	Trasporto con mezzi propri. Pranzo al sacco.

PONTE

TEGLIO



META	MONTE CADELLE - TARTANO
Data	DOMENICA 21 MAGGIO
Percorrenza	6 ore
Difficoltà	EE
Dislivello	1054 m
Quota massima	2483 m
Partenza da Arale Val Lunga 1485 m. Raggiunti i Laghi di Porcile e saliti all'omonimo passo si raggiunge il crinale fra la Val Brembana e la Val Tartano. Pochi passi ancora e siamo alla cima delle Cadelle 2483 m, con la statua dell'Arcangelo Gabriele Trifronte.	
Attrezzatura	Da escursionismo
Ritrovo	Berbenno, Piazza del Comune ore 7.00
Coordinamento	Eros Treosti 347 1153329 Carlo Dell'Oca 342 9210988 Ugo Fontana 335 6886839
Info utili	Prenotazione entro Venerdì 19 Maggio per non tesserati CAI Trasporto con auto propria - Pranzo al sacco. www.caiberbenno.eu

META	GIORNATA PULIZIA SENTIERI CON PIZZOCCHERATA DA BERBENNO A PRATI GAGGIO
Data	DOMENICA 28 MAGGIO
Percorrenza	3 ore
Difficoltà	E
Dislivello	800 m
Quota massima	1180 m
Giornata Nazionale CAI dedicata alla manutenzione sentieri alla quale si vogliono coinvolgere specialmente giovani e famiglie con bambini per una continua cultura nel preservare il territorio. Arrivo ai Prati di Gaggio e pizzoccherata.	
Attrezzatura	Da escursionismo
Ritrovo	Berbenno, Piazza dei Caduti.
Coordinamento	Roberto Bertini 339 4828001 Carlo Dell'Oca 342 9210988 Giuseppe Pozzi 340 4084917
PERCORSO PERCORRIBILE CON JOËLETTE	
Info utili	Seguirà locandina con info. Prenotazione entro Venerdì 26 Maggio Pranzo con prenotazione www.caiberbenno.eu

META	GIORNATA DI MANUTENZIONE SENTIERI
Data	DOMENICA 28 MAGGIO
Attrezzatura	Da lavoro (guanti, trince, motosega, rastrelli, scarponi).
Ritrovo	Ponte in Valtellina, Piazza della vittoria - ore 6.30

META	ANELLO VAL LUNGA VAL CORTA - TARTANO
Data	DOMENICA 4 GIUGNO
Percorrenza	10 ore
Difficoltà	EE
Dislivello	1200 m
Quota massima	2348 m
Partendo da Tartano e raggiunti i Laghi di Porcile si sale all'omonimo passo. Camminando verso Ovest fino alla cima di Lemma a 2348 m e raggiunto l'omonimo passo raggiungiamo la Casera di Lemma e poi in Val Corta.	
Attrezzatura	Da escursionismo
Ritrovo	Berbenno, Piazza del Comune ore 7.00
Coordinamento	Eros Treosti 347 1153329 Carlo Dell'Oca 342 9210988
Info utili	Prenotazione entro Venerdì 2 Giugno per non tesserati CAI Trasporto con auto propria - Pranzo al sacco. www.caiberbenno.eu

META	RIFUGIO LARCHER E GIRO DEI LAGHI IN VAL DI PEIO
Data	DOMENICA 11 GIUGNO
Percorrenza	5 ore
Difficoltà	EE
Dislivello	800 m
Quota massima	2715 m
L'escursione ci porta alla scoperta dell'alta Val de la Mare, una valata laterale che si inerpicca verso le pendici del Monte Cevedale a partire dall'abitato di Cogolo in Valle di Peio, fino ad arrivare al Rifugio Larcher. Un'escursione non troppo impegnativa alla scoperta di laghi alpini.	
Attrezzatura	Da escursionismo.
Ritrovo	Tresenda, [P] - ore 7.00
Coordinamento	Daniela Giudice 349 6864394 Stefania Ascar
Info utili	Trasporto con mezzi propri. Pranzo al sacco.

META	ANELLO DEL MONTE E PIZZO OLANO - VAL GEROLA
Data	DOMENICA 18 GIUGNO
Percorrenza	6 ore
Difficoltà	EE
Dislivello	760 m
Quota massima	Pizzo Olano 2265 m
Il Monte di Olano (1702) è lo splendido poggio in corrispondenza del quale termina il boscoso versante a monte dei maggenghi delle Tagliate (Cosio Valtellino) e dal quale inizia il lungo e luminoso corridoio di pascoli dell'alpe Olano, che si stende ai piedi della Crus (il pizzo di Olano) che sarà la nostra meta più in quota. Lo si raggiunge con escursione dalle Tagliate, eseguendo un elegante anello escursionistico che parte e termina al Bar Bianco, sopra Rasura.	
Attrezzatura	Da escursionismo
Ritrovo	Berbenno, Piazza del Comune ore 7.30
Coordinamento	Carlo Dell'Oca 342 9210988 Eros Treosti 347 1153329
Info utili	Prenotazione entro Venerdì 16 Giugno per non iscritti CAI Trasporto con auto propria - Pranzo al sacco. www.caiberbenno.eu

META	ITINERARIO ESCURSIONISMO RELIGIOSO AD ARDESIO (BG)
Data	SABATO 17 E DOMENICA 18 GIUGNO
Percorrenza	1° giorno: 6 ore 2° giorno: 4 ore
Difficoltà	EE
Dislivello	1450 m
Quota massima	2600 m (Passo Caronella)
<p>1°giorno: lasciata l'auto a Carona (1.150 m), si prosegue a piedi per la Val Caronella e al passo Caronella, si scende al lago del Barbellino e si pernotta al rifugio.</p> <p>2°giorno: si scende al rifugio Curè e lungo l'agevole sentiero si arriva all'abitato di Bondione da dove con il pullman si raggiunge Ardesio. Seguono Santa Messa al Santuario e pranzo presso l'oratorio.</p>	
Attrezzatura	Da escursionismo e per il pernottamento al rifugio (obbligo sacco-lenzuolo)
Ritrovo	San Giacomo di Teglio - ore 7.00
Coordinamento	Gianluigi Martinelli 339 8573020, Gemma Giana
Info utili	Ritorno in Valtellina con pullman

SEZIONE VALTELLINESE

META	PARCO DI SPINA VERDE - MONTE SAN PRIMO - BELLAGIO
Data	MARTEDÌ 20 MERCOLEDÌ 21 GIUGNO
Difficoltà	E
Attrezzatura	Da escursionismo
Coordinamento	Enrico Pelucchi 380 4912443 Stefano Bartesaghi 339 8401344
Info utili	Programma GRUPPO TAM 2023.

META	LAGO CAMPACCIO - CEPINA
Data	DOMENICA 25 GIUGNO
Percorrenza	4.30 ore
Difficoltà	E
Dislivello	682 m
Quota massima	2301 m
Escursione ad anello nell'ampia conca glaciale ai piedi della Cima Piazzesi e panoramica sulle montagne bormine.	
Attrezzatura	Da escursionismo
Ritrovo	Tresenda, [P] di fronte al Bar Venere ore 8.00 Sondalo-Bolladore, Albergo Alpi ore 8.30
Coordinamento	Bruna Sarotti 373 5086943 Tiziano Ciapucci Carlo Dell'Oca 342 9210988
Info utili	Prenotazione entro Venerdì 23 Giugno per non iscritti CAI Trasporto con auto propria - Pranzo al sacco. www.caiberbenno.eu

META	CORNO STELLA
Data	DOMENICA 25 GIUGNO
Percorrenza	7 ore
Difficoltà	EE
Dislivello	1060 m
Quota massima	2621 m
In auto fino ad Arale (1560 m), si percorre la Val Cervia fino a raggiungere il passo di Val Cervia (2318). Si prosegue salendo la cresta fino alla cima del Corno Stella (2621 m).	
Attrezzatura	Da escursionismo
Ritrovo	Chiuro, [P] Ristorante Baffo - ore 7.00
Coordinamento	Gianluigi Martinelli 339 8573020 Paolo Panizzolo 349 8302848
Info utili	Trasporto con mezzi propri. Pranzo al sacco.

META	MONTE MASUCCIO
Data	DOMENICA 25 GIUGNO
Percorrenza	5 ore
Difficoltà	EE
Dislivello	+1100 m / - 1400 m
Quota massima	2816 m
Dalla località Prà Campo (che raggiungeremo in auto) si sale nel bosco oltrepassando Pian Cavallino e poi costeggiando il confine italo-elvetico fino al Cippo 13. Da qui lungo la cresta a tratti esposta (alcune catene) si raggiunge la vetta. Discesa passando dal rifugio Schiazzera.	
Attrezzatura	Escursionismo da alta montagna
Ritrovo	Tirano, Piazza Marinoni
Coordinamento	Damiano Canali 3487058994 Paolo Bellesini 347 2363949
Info utili	

META	SAN MATTEO
Data	DOMENICA 2 LUGLIO
Percorrenza	5 ore
Difficoltà	PD
Dislivello	1150 m
Quota massima	3678 m
Dal Rifugio Berni scendere attraverso il ponticello ai prati sottostanti e seguire le indicazioni per il San Matteo. Raggiunto il vallone di accesso al ghiacciaio si risale il pendio morenico sulla destra che conduce alla dorsale morenica e poi verso sinistra ai pianeggianti campi innevati di accesso alla fronte del ghiacciaio di Dosegù. Si attraversa la zona quasi pianeggiante e si risale un primo pendio che porta ad un altro pianoro sotto la seraccata del ghiacciaio. Se le condizioni lo permettono si può risalire la seraccata sulla sinistra per pendio non troppo ripido (35-40°) altrimenti si risale il ripido (40°) pendio a destra della seraccata e si raggiunge il pianoro. Si prosegue attraverso il pianoro risalendo un altro breve pendio, un terzo pianoro ed un altro pendio, passando sotto il Monte Mantello, fino a raggiungere il pendio finale che porta all'evidente sella nevosa compresa fra la cima a destra e una punta rocciosa a sinistra. Raggiunta la sella si segue verso destra la cresta per qualche decina di metri fino alla base del ripido pendio-canale di una ventina di metri. Lo si risale (45°) raggiungendo un forcellino, si risale un basso gradino roccioso (se senza neve) e si segue la larga cresta di neve fino ad una selletta. Da qui si sale direttamente il ripido pendio a destra del seracco pensile (40-45°) da cui si esce sulla cresta NE, seguendo la quale per pochi metri si raggiunge la grande croce di vetta. Discesa lungo l'itinerario di salita.	
Attrezzatura	Da alpinismo
Ritrovo	Piazza Marinoni - Tirano
Coordinamento	Luca Panizza 347 9036021 Simone Bertini 393 6444796 In collaborazione con CAI Teglio
Info utili	

META	DOLOMITI DEL BRENTA
Data	DOMENICA 2 LUGLIO
Percorrenza	6 ore
Difficoltà	E
Dislivello	800 m
Quota massima	2271 m
<p>Dal parcheggio di Vallesinella si prende il sentiero nr 382/338 in direzione del rifugio Graffer; da lì prendendo il sentiero 316 si passa sotto il Castello di Vallesinella e in circa 1 ora e mezza si arriva ai rifugi Tuckett e Quintino Sella.</p> <p>Da qui inizia la nostra discesa che passando dal rifugio Casinei ci riporta al parcheggio.</p>	
Attrezzatura	Da escursionismo
Ritrovo	Berbenno, Piazza del Mercato ore 5.00 Tresenda, [P] di fronte al Bar Venere ore 5.20
Coordinamento	Roberto Bertini 339 4828001 Carlo Dell'Oca 342 9210988
Info utili	Prenotazione entro Venerdì 30 Giugno per non iscritti CAI Trasporto con auto propria - Pranzo al sacco. www.caiberbenno.eu

META	BORGONUOVO DI PIURO CASCATE ACQUAFRAGGIA RIFUGIO SAVOGNO
Data	MERCOLEDÌ 5 LUGLIO
Percorrenza	2 ore e 30 m
Difficoltà	T
Dislivello	500 m
Quota massima	932 m
<p>Da Borgonuovo di Piuro imbocchiamo il sentiero in leggera salita. Il primo tratto presenta una bella serie di gradoni, raggiungeremo un punto panoramico e ammireremo le cascate. Lasciato il punto panoramico, saliamo una scala di ferro con 28 gradini e proseguiamo sui prati. Poco oltre troviamo la palina che indica Savogno in entrambe le direzioni; noi prendiamo la direzione a sinistra e attraversiamo un ponticello. Troviamo poi un altro ponticello a quota 740 m. Saliamo nel bosco e raggiungiamo Savogno e il Rifugio Savogno.</p>	
Attrezzatura	Da escursionismo
Ritrovo	Chiuro, [P] Ristorante Baffo - 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 presso Rifugio Savogno.

META	GITA ALLA CAPANNA VETTA DI RHON GEMELLAGGIO CON CAI BARLASSINA
Data	DOMENICA 9 LUGLIO
Percorrenza	2.30 ore
Difficoltà	E
Dislivello	950 m
Quota massima	2170 m
Partendo da san Bernardo, presso l'agriturismo Ai Tigli si prende il sentiero nel bosco fino a raggiungere Masarescia. Si prosegue poi fino a raggiungere il Rifugio Capanna Vetta di Rhon dove verrà servito un pasto caldo.	
Attrezzatura	Da escursionismo
Ritrovo	Ponte in Valtellina, Piazza della vittoria - ore 8.00
Coordinamento	Aldo Pasini 347 0767565 Alessandra Pedrucci 340 402 0032
Info utili	Prenotazione entro e non oltre 5 luglio.

META	PIZZO TRE SIGNORI - VALGEROLA
Data	DOMENICA 16 LUGLIO
Percorrenza	6 ore e 30
Difficoltà	EE
Dislivello	1054 m
Quota massima	2554 m
Partenza da Laveggiolo e percorrendo la strada sterrata si arriva alla baita di Trona Soliva a 1907 m. Si sale verso il Rifugio Falk a 2236 m, si prosegue verso la bocchetta Pizzocco e da qui si sale verso la dorsale del Pizzo Tre Signori a 2554 m.	
Attrezzatura	Da escursionismo
Ritrovo	Berberno, Piazza del Comune ore 7.00
Coordinamento	Carlo Dell'Oca 342 9210988 Eros Treosti 347 1153329
Info utili	Prenotazione entro Venerdì 14 Luglio per non iscritti CAI Trasporto con auto propria - Pranzo al sacco. www.caiberbenno.eu

SEZIONE VALTELLINESE

META	PARCO NATURALE DI BRAIES - CIMA CRODA DEL BECCO
Data	MARTEDÌ 18 MERCOLEDÌ 19 LUGLIO
Difficoltà	EE
Attrezzatura	Da escursionismo
Coordinamento	Enrico Pelucchi 380 4912443 Stefano Bartesaghi 339 8401344
Info utili	Programma GRUPPO TAM 2023.

META	CHIAREGGIO, RIFUGIO GERLI PORRO, LAGO PIROLA
Data	MERCOLEDÌ 19 LUGLIO
Percorrenza	3 ore
Difficoltà	E
Dislivello	700 m
Quota massima	2356 m

Attraversiamo interamente Chiareggio, andiamo a sinistra per l'ampia spianata di parcheggio lungo il torrente Mallero. Risaliamo sempre a sinistra tutto il parcheggio, qui prendiamo un ponte che attraversa il torrente a destra e percorriamo un tratturo che sale gradatamente. Ignoriamo le deviazioni a destra e a sinistra e, dopo un ultimo strappo, arriviamo al rifugio Gerli-Porro (m 1965). Poco oltre il rifugio, sulla sinistra, troviamo il cartello per il Lago Pirola; incontreremo un larice millenario, segnalato con cartelli indicatori (m 2160), e in circa 30 minuti arriveremo al Lago Pirola.

Attrezzatura	Da escursionismo
Ritrovo	Chiuro, [P] Ristorante Baffo - 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 presso Rifugio Gerli Porro.

META	DOLOMITI DI BRENTA BOCCHETTE ALTE
Data	VENERDÌ 21 E SABATO 22 LUGLIO
Percorrenza	1° giorno: 8 ore 2° giorno: 7 ore
Difficoltà	EEA
Dislivello	1° giorno: 500 m 2° giorno: 400 m
Quota massima	3000 m
<p>In auto fino a Madonna di Campiglio. Si raggiunge il rifugio Graffer al Crostè con telecabina, poi per via ferrata a tratti molto esposta ma sicura si raggiunge il rifugio Limonta (Pernottamento). Il giorno seguente si risale sempre percorrendo la via ferrata fino ai piedi della Cima D'Ambiez – Bocchetta dei Camosci, da qui si scende lungo il Vallone del Brentei fino al rifugio Vallesinella.</p>	
Attrezzatura	Obbligatoria attrezzatura da ferrata (Casco - imbrago - kit Ferrata)
Ritrovo	Tresenda, [P] campo sportivo - Ore 6.00
Coordinamento	Gianluigi Martinelli 339 8573020 Luigi Colombera 340 1675592
Info utili	Trasporto con mezzi propri. Pranzo al sacco.

TEGLIO

TEGLIO

META	ANELLO MALGA CERDEC DA CEPINA IN E-BIKE
Data	DOMENICA 23 LUGLIO
Percorrenza	28/30 km
Difficoltà	MC/BC
Dislivello	+1350 m
Quota massima	2360 m
Lasciati i mezzi di trasporto a Cepina/Piatta, su strade forestali raggiungeremo Oga e la Malga San Colombano, punto più alto della nostra cicloescursione e dove inizia la discesa verso la Malga Cerdec e Massaniga. Ritorno al punto di partenza su Sentiero Valtellina.	
Attrezzatura	Da cicloescursione con casco obbligatorio, occhiali e guanti consigliati. Attrezzatura di primo intervento per foratura e guasti meccanici.
Ritrovo	Cepina ore 8.00 (seguiranno info)
Coordinamento	Ivano Rizzieri 335 5893024 Giuseppe Pozzi 340 4084917
Info utili	Prenotazione entro 20 Luglio 2023 Pranzo a sacco- Possibilità di noleggio E-bike con sconto CAI – possibilità di trasporto bici con Bike Shuttle www.caiberbenno.eu

META	RIFUGIO PESCIOLA
Data	DOMENICA 23 LUGLIO
Percorrenza	2.30
Difficoltà	E
Dislivello	1000 m
Quota massima	2005 m
In auto si raggiunge il parcheggio presso la centrale Armisa, si sale per la strada agro-silvio-pastorale fino all'alpe Campeï per poi raggiungere il rifugio Pesciola.	
Attrezzatura	Da escursionismo
Ritrovo	Ponte in Valtellina, Piazza della vittoria - ore 7.30
Coordinamento	Ivan Simonini tel 340 5638511
Info utili	Prenotazione entro venerdì 21 luglio.

SEZIONE VALTELLINESE

META	MONTE GAVIOLA
Data	DOMENICA 30 LUGLIO
Difficoltà	E
Attrezzatura	Da escursionismo
Coordinamento	Enrico Pelucchi 380 4912443 Stefano Bartesaghi 339 8401344
Info utili	Programma GRUPPO TAM 2023.

META	PASSO D'ARASÈ - VALLE DEI LAGHI - (VAL FONTANA)
Data	DOMENICA 30 LUGLIO
Percorrenza	3.00 ore
Difficoltà	E
Dislivello	922 m
Quota massima	2602 m
Escursione in Val Fontana situata in vicinanza del Comune di Chiuro e Ponte in Valtellina. Raggiunta in auto l'Alpe Campascio con panorama sulle cime che fanno da confine tra Italia e Svizzera si raggiungono dapprima l'Alpe d'Arasè a 1939 m e poi il Passo dell'Arasè.	
Attrezzatura	Da escursionismo
Ritrovo	Ponte in Valtellina, Stazione Ferroviaria ore 7.45
Coordinamento	Giuseppe Pozzi 340 4084917 Fausto Leusciatti 320 4337798
Info utili	Prenotazione entro Venerdì 28 Luglio per non iscritti CAI Trasporto con auto propria - Pranzo al sacco. www.caiberbenno.eu

META	GOLA VAL D'UINA - SCUOL (CH)
Data	DOMENICA 30 LUGLIO
Percorrenza	8 ore
Difficoltà	E
Dislivello	1120 m
Quota massima	2200 m
Affascinante percorso tra alpeggi e tratti scavati nella roccia per permettere il passaggio del bestiame fino ai pascoli dell'alta val d'Uina.	
Attrezzatura	Da escursionismo
Ritrovo	Madonna di Tirano, [P] Casa Cantoniera - ore 6.30
Coordinamento	Ferruccio Molinari 329 8031031 Aldo Bendotti 340 8770447
Info utili	Trasporto con mezzi propri. Pranzo al sacco.

META	EX RIFUGIO SCERSCEN
Data	DOMENICA 6 AGOSTO
Percorrenza	7 ore
Difficoltà	EE
Dislivello	1500 m
Quota massima	3001 m
Partendo da Prati della Costa nelle vicinanze del Rifugio Sasso Nero, ci incamminiamo lungo la strada sterrata per raggiungere l'Alpe d'Entova. Qui seguiamo il sentiero che ci porta a guadagnare facilmente quota. Tornati sulla strada sterrata continuiamo a salire seguendo l'Alta Via della Valmalwenco. Dopo una serie di tornanti raggiungiamo il Rifugio.	
Attrezzatura	Da escursionismo
Ritrovo	Sondrio [P] Stazione ferroviaria - ore 6.30
Coordinamento	Gabriele Motalli 349 6850381 Luca Panizzolo
Info utili	Trasporto con mezzi propri. Pranzo al sacco.

META	VETTA DI RON
Data	SABATO 12 E DOMENICA 13 AGOSTO
Percorrenza	6 ore
Difficoltà	EE
Dislivello	1860 m (1° giorno 912 m – 2° giorno 948 m)
Quota massima	3137 m
Escursione in due giorni alla vetta più alta delle montagne retiche poste a monte di Ponte in Valtellina, facendo tappa al Rif. Vetta di Ron. La via normale con il suo sentiero accessibile a tutti gli escursionisti allenati porterà alla vetta offrendo un panoramico paesaggio che premierà la fatica fatta.	
Attrezzatura	Da escursionismo
Ritrovo	Ponte in Valtellina, Stazione Ferroviaria ore 7.45
Coordinamento	Giuseppe Pozzi 340 4084917 Fausto Leusciatti 320 4337798
Info utili	Prenotazione entro Giovedì 10 Agosto Trasporto con auto propria - Pranzo al sacco. www.caiberbenno.eu

META	CIMA SOLDA
Data	DOMENICA 13 AGOSTO
Percorrenza	8 Ore
Difficoltà	EE
Dislivello	1200 m
Quota massima	3387 m
Dal parcheggio Rifugio Forni, si prosegue per Rif. Pizzini, Rif. Casati e Cima Solda. Discesa lungo la via di Salita.	
Attrezzatura	Da escursionismo.
Ritrovo	Tresenda, [P] campo sportivo - Ore 6.30
Coordinamento	Gianluigi Martinelli 339 8573020 Luca Panizzolo In collaborazione con CAI Ponte
Info utili	Trasporto con mezzi propri. Pranzo al sacco.

SEZIONE VALTELLINESE

META	LAGO DI RODES E VEDRETTE DELLA VAL CARONNO
Data	GIOVEDÌ 17 AGOSTO
Difficoltà	EE
Attrezzatura	Da escursionismo
Coordinamento	Enrico Pelucchi 380 4912443 Stefano Bartesaghi 339 8401344
Info utili	Programma GRUPPO TAM 2023.

META	CICLOESCURSIONE “ GRAN GIRO DELLA VALMALENCO” IN E-BIKE
Data	DOMENICA 20 AGOSTO
Percorrenza	45 km c.
Difficoltà	MC/BC
Dislivello	+1700 m
Quota massima	2175 m
Cicloescursione ad anello che da Chiesa in Valmalenco porterà i bikers alla scoperta del territorio malenco. Lago Palù, Località Campolungo e poi Campo Moro saranno i passaggi dove si presenteranno panoramici paesaggi sulle più alte cime retiche della Valmalenco.	
Attrezzatura	Da cicloescursione con casco obbligatorio, occhiali e guanti consigliati. Attrezzatura di primo intervento per foratura e guasti meccanici.
Ritrovo	Chiesa Valmalenco, Funivia ore 8 seguiranno info)
Coordinamento	Ivano Rizzieri 335 5893024 Giuseppe Pozzi 340 4084917
Info utili	Prenotazione entro 17 Agosto 2023 Pranzo a sacco- Possibilità di noleggio E-bike con sconto CAI – possibilità di trasporto bici con Bike Shuttle www.caiberbenno.eu

META	ANELLO DEL MONTE CALDENNO
Data	DOMENICA 27 AGOSTO
Percorrenza	7 ore A/R
Difficoltà	EE
Dislivello	1000 m
Quota massima	2550 m
Raggiunto il parcheggio di Prato Isio iniziamo la nostra escursione verso Alpe Caldenno. Con deviazione poco dopo la Chiesetta, raggiungiamo la Croce del Capin a quota 2278 m. Raggiunto il Lago di Colina e proseguendo verso la Colma di Zana incrociamo il Sentiero Italia il quale, per via di ritorno, ci porterà al Passo di Caldenno. Passando dall'Alpe Palù concluderemo l'escursione ad anello raggiungendo il parcheggio di Prato Isio.	
Attrezzatura	Da escursionismo.
Ritrovo	Berbenno, [P] Piazza del Mercato ore 7.20
Coordinamento	Sara Meraviglia 338 1624796 Roberto Bertini 339 4828001
Info utili	Prenotazione entro Venerdì 25 Agosto per non iscritti CAI Trasporto con auto propria - Pranzo al sacco. www.caiberbenno.eu

META	CIMA FONTANA
Data	DOMENICA 27 AGOSTO
Percorrenza	4 ore
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
Info utili	Trasporto con mezzi propri. Pranzo al sacco.

META	GIORNATA COMMEMORAZIONE CADUTI IN MONTAGNA RIFUGIO PORRO
Data	DOMENICA 3 SETTEMBRE
Come da programma CAI Valtellinese.	
Attrezzatura	Da escursionismo.
Ritrovo	Sondrio, [P] Albergo Schenatti
Coordinamento	Giuseppe Pozzi 340 4084917
PERCORSO PERCORRIBILE CON JOËLETTE	
Info utili	Prenotazione entro Venerdì 1 Settembre per non iscritti CAI Trasporto con auto propria - Pranzo al sacco. www.caiberbenno.eu

META	CIMA DEL FOPEL - LIVIGNO
Data	DOMENICA 10 SETTEMBRE
Percorrenza	7 ore
Difficoltà	EE
Dislivello	1072 m
Quota massima	2922 m
<p>Da Ponte Viera all'imbocco del lago di Livigno si risale il pendio fino a raggiungere lo spartiacque e di lì la Cima del Fopél. La discesa affronterà il versante laterale con arrivo al ristoro Fopél.</p>	
Attrezzatura	Da escursionismo
Ritrovo	Madonna di Tirano, [P] Casa Cantoniera - ore 7.30
Coordinamento	Ferruccio Molinari 329 8031031 Aldo Bendotti 340 8770447
Info utili	Trasporto con mezzi propri. Pranzo al sacco.

META	MONTE ROTONDO
Data	DOMENICA 10 SETTEMBRE
Percorrenza	3 ore e 30 salita
Difficoltà	EE
Dislivello	1050 m
Quota massima	2496 m
Escursione in Val Gerola con partenza da Laveggiolo. La vetta, punto d'incontro di Val Gerola, Val Lesina e Val Varrone con la sua statua dedicata alla Madonna sarà la nostra meta.	
Attrezzatura	Da escursionismo
Ritrovo	Berbenno, Piazza del Mercato ore 7.00
Coordinamento	Carlo Dell'Oca 342 9210988 Eros Treosti 347 1153329
Info utili	Prenotazione entro Venerdì 8 Settembre per non iscritti CAI Trasporto con auto propria - Pranzo al sacco. www.caiberbenno.eu

SEZIONE VALTELLINESE

META	TREKKING IN SICILIA
Data	DA SABATO 16 A DOMENICA 24 SETTEMBRE
Difficoltà	E
Attrezzatura	Da escursionismo
Coordinamento	Maurizio Cittarini 347 6200516 Luciano Bongiolatti 328 4863095
Info utili	Seguirà programma dettagliato

META	RISERVA NATURALE VALLI DI S. ANTONIO (CORTENO GOLGI)
Data	DOMENICA 17 SETTEMBRE
Percorrenza	7 ore
Difficoltà	EE
Dislivello	1200 m
Quota massima	2300 m
Escursione ad anello con partenza dal borgo di Sant'Antonio lungo la valle di Campovecchio con salita al passo del Forame e rientro attraverso la Val Brandet.	
Attrezzatura	Da escursionismo
Ritrovo	Tresenda, [P] di fronte al Bar Venere ore 7.20
Coordinamento	Fausto Leusciatti 320 4337798 Giuseppe Pozzi 340 4084917
Info utili	Prenotazione entro Venerdì 15 Settembre per non iscritti CAI Trasporto con auto propria - Pranzo al sacco. www.caiberbenno.eu

META	VAL GROSINA - VAL D'AVEDO
Data	DOMENICA 17 SETTEMBRE
Percorrenza	9 ore complessive
Difficoltà	EE
Dislivello	1590 m
Quota massima	2732 m Passo Vermolera
Si lascia l'auto in località Eita. Si raggiunge Vermolera in Val D'Avedo, da qui si prosegue sulla destra per i laghi di Tres, la Lago Venere, Passo Vermolera, bivacco Pian del Lago e si torna così a Vermolera e infine ad Eita.	
Attrezzatura	Da escursionismo
Ritrovo	Tresenda, [P] campo sportivo - Ore 6.30
Coordinamento	Gianluigi Martinelli 339 8573020 Gemma Giana
Info utili	Trasporto con mezzi propri. Pranzo al sacco.



META	LIVIGNO - LE VALLI SELVAGGE
Data	DOMENICA 24 SETTEMBRE
Percorrenza	7 ore
Difficoltà	EE
Dislivello	+943 m / - 901 m
Quota massima	2751 m (Bocchetta del Cantone)
<p>Da Livigno verso il Ponte del Gallo fino al Ponte all'inizio della Val Viera dove si parcheggia. Addentrandosi nell'aspra Val Viera si supera una sorgente sulfurea fino a raggiungere l'Alpe Cantone. Da qui con percorso più faticoso (alcune corde fisse) si giunge alla Bocchetta del Cantone. Scendendo tutta la Valle Saliente si arriva al Ponte della Calchera.</p>	
Attrezzatura	Scarponi, giacca a vento
Ritrovo	Piazza Marinoni - Tirano
Coordinamento	Giancarlo Nigotti
Info utili	

META	VALLE DELLO SCERSCEN - CIMITERO DEGLI ALPINI - RIF. MARI-NELLI VALMALENCO
Data	DOMENICA 24 SETTEMBRE
Percorrenza	10 ore
Difficoltà	EE
Dislivello	1060 m
Quota massima	2813 m
<p>Escursione in Valmalenco con partenza dalle dighe di Campo Moro per percorrere la Valle dello Scerscen, raggiungere il Cimitero degli Alpini ed il Rifugio Marinelli con il suo splendido panorama sui giganti della Valmalenco.</p>	
Attrezzatura	Da escursionismo
Ritrovo	Berbenno, Piazza del Mercato ore 7.00
Coordinamento	Carlo Dell'Oca 342 9210988 Eros Treosti 347 1153329
Info utili	Prenotazione entro Venerdì 22 Settembre per non iscritti CAI Trasporto con auto propria - Pranzo al sacco. www.caiberbenno.eu

META	PIZZO DI GINO – MONTE TABOR DA TECCHIO
Data	DOMENICA 1 OTTOBRE
Percorrenza	4 ore salita – 3 ore discesa
Difficoltà	E
Dislivello	1100 m
Quota massima	2245 m
Escursione ad una cima ben visibile dalla Valtellina con la sua predominante punta sui monti comaschi. Escursione che verrà effettuata solo in condizioni favorevoli visto il suo panorama che spazia dall'Alta Valtellina al Monte Rosa ed al Monviso.	
Attrezzatura	Da escursionismo
Ritrovo	Berbenno, Piazza del Mercato ore 7.00 Sorico, Ponte del Passo ore 7.30
Coordinamento	Giuseppe Pozzi 340 4084917 Fausto Leusciatti 320 4337798
Info utili	Prenotazione entro Venerdì 29 Settembre per non soci CAI Trasporto con auto propria - Pranzo al sacco. www.caiberbenno.eu

META	ZUCCO DI SILEGGIO - MANDELLO
Data	DOMENICA 8 OTTOBRE
Percorrenza	5 ore e 30
Difficoltà	E
Dislivello	968 m
Quota massima	1373 m
Escursione con splendido panorama sul Lago di Como, sulle Grigne e, sull'altro fronte, Moregallo, Corni di Canzo e Crocione.	
Attrezzatura	Da escursionismo
Ritrovo	Berbenno, Piazza del Mercato ore 7.30
Coordinamento	Bruna Sarotti 373 5086943 Giuseppe Pozzi 340 4084917
Info utili	Prenotazione entro Venerdì 6 Ottobre per non soci CAI Trasporto con auto propria - Pranzo al sacco. www.caiberbenno.eu

META	INTERLAKEN - BERNA - SVIZZERA
Data	DA GIOVEDÌ 12 A DOMENICA 15 OTTOBRE
4 giorni di escursioni a margherita ad Interlaken, località di villeggiatura nella regione montuosa dell'Oberland Bernese nella Svizzera centrale. Seguirà programma.	
Attrezzatura	Da escursionismo
Ritrovo	Come da programma a seguire
Coordinamento	Bruna Sarotti 373 5086943 Tiziano Ciapucci Carlo Dell'Oca 342 9210988
Info utili	Seguirà programma dettagliato www.caiberbenno.eu

META	FESTA DEL SENTIERO SOLE INTERSEZIONALE
Data	DOMENICA 22 OTTOBRE
Attrezzatura	Da escursionismo
Coordinamento	Giuseppe Pozzi 340 4084917 Carlo Dell'Oca 342 9210988
Info utili	In collaborazione con CAI Ponte in Valtellina e CAI Teglio Seguirà programma dettagliato www.caiberbenno.eu

META	SENTIERO DEL SOLE
Data	DOMENICA 22 OTTOBRE
Percorrenza	3 ore di andata
Difficoltà	EE
Dislivello	645 m
Quota massima	2008 m
Festa Sentiero del Sole in collaborazione con CAI Ponte. Si percorre un tratto del Sentiero del Sole fino a Sant'Antonio in Val Fontana. Ritrovo a Campello presso il Rifugio degli Alpini dove sarà servito un pasto con prodotti tipici e a seguire la castagnata.	
Attrezzatura	Da escursionismo
Ritrovo	Ponte in Valtellina, Piazza della vittoria - ore 8.00 Teglio - Piazza Sant'Eufemia - ore 8.00
Coordinamento	Gianluigi Martinelli 339 8573020 Paolo Panizzolo 349 8302848 In collaborazione con CAI Ponte
Info utili	Prenotazione entro e non oltre il 20 ottobre.

META	GIORNATA CULTURALE E CASTAGNATA IN QUEL DI BERBENNO DI VALTELLINA
Data	DOMENICA 29 OTTOBRE
Coordinamento	CAI BERBENNO 392 2821181
PERCORSO PERCORRIBILE CON JOËLETTE	
Info utili	Seguirà programma dettagliato www.caiberbenno.eu

META	VIGNETI TERRAZZATI DAL SASSELLA AL GRUMELLO
Data	DOMENICA 26 NOVEMBRE
Percorrenza	6 ore
Difficoltà	E
Dislivello	500 m
Quota massima	800 m
Escursione per le vie terrazzate tra i migliori vigneti della Valtellina dove i vecchi filari ricordano il duro lavoro dei valligiani per mantenere viva la bellezza e la cultura del territorio valtellinese.	
Attrezzatura	Da escursionismo
Ritrovo	Sondrio, [P] Scuola Torelli ore 8.50
Coordinamento	Giuseppe Pozzi 340 4084917 Fausto Leusciatti 320 4337798
Info utili	Prenotazione entro Venerdì 24 Novembre per non soci CAI Trasporto con auto propria - Pranzo al sacco. www.caiberbenno.eu

ATTIVITÀ CULTURALE EDUCATIVA-EDITORIALE

1 - SONDRIO FESTIVAL (organizzata con il Comune di Sondrio). Mostra internazionale dei documentari sui parchi naturali.

2 - ANNUARIO 2022

Disponibile entro aprile: attività sezionale, cultura alpina, personaggi, avventura

Comitato di redazione: Paolo Camanni, Gianpietro Bondiolotti, Guido Combi, Franco Benetti, Angelo Schena, Laura Giansini.

3 - SFINGE ALPINA: Immagini e volti della Montagna
Nel corso dei mesi da gennaio a maggio

Coordinamento: Lorenza Scherini

4 - GEMELLAGGI: CAI Chieti della Majella, CAI Loano, CAI Sez. SAT Sottosezione CAI di Primiero San Martino di Castrozza.

5 - ATTIVITÀ EDUCATIVA della Scuola di Alpinismo Giovanile "L. Bombardieri - N. Martelli"

Collaborazione con le scuole primarie, secondarie di primo e secondo grado: progetti di educazione ambientale, orientamento e accompagnamento per escursioni.

Coordinamento: Massimo Gualzetti

6 - ATTIVITA' GRUPPO TAM

Coordinamento: Enrico Pelucchi

7 - LUNEDÌ 11 DICEMBRE GIORNATA INTERNAZIONALE DELLA MONTAGNA:

Attività: partecipazione agli eventi programmati con la presenza dei cori CAI Valtellinese

Coordinamento: Oscar Del Barba

8 - SABATO 25 NOVEMBRE GIORNATA DEL SENTIERO ITALIA:

Attività: partecipazione agli eventi programmati

9 - ARCHIVIO CORTI

Attività di archiviazione, manutenzione e digitalizzazione del materiale fotografico

Coordinamento: Lucia Foppoli

ASSEMBLEA ORDINARIA

24 marzo 2023 ore 21 presso la sede

Ai soci verrà inviata la convocazione per mail.

GIORNO DEL RICORDO

Nel cinquantaseiesimo anniversario domenica 3 settembre all'alpe Ventina: ricordo solenne di Bruno Gianetti, Bruna Forni, Maria Grazia Moroni, allievi della Scuola di Alpinismo, tragicamente periti durante la salita al torrione Porro nel 1966. La giornata è dedicata al ricordo di tutti gli escursionisti e alpinisti morti in montagna.

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 **domenica 28 maggio** giornata nazionale della sentieristica

SERATA DEGLI AUGURI

23 dicembre Arrampicata...in città. **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

Direttore: Michele Franzina Segretario: Donatella Stella



PROGRAMMA GRUPPO TAM

A - CONFERENZE:

- 1 - Maria Ferloni: La fauna alpina nell'epoca dei cambiamenti climatici
- 2 - Maria Ferloni: I grandi carnivori e il loro habitat
- 3 - Giordana Schiantarelli: Positività e negatività dell'innevamento artificiale
- 4 - Oscar Del Barba: Le olimpiadi invernali 2026: esame delle criticità
- 5 - Enrico Pelucchi: La posizione ambientalista del CAI. Le date verranno definite in accordo coi relatori.

B - ESCURSIONI ESPLORATIVE

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

- 1 - Stefano Bartesaghi: Monte Gaviola al passo del Gavia
- 2 - Enrico Pelucchi: parco Regionale di Spina Verde (Como) e triangolo Iariano; Lago di Rodes e Val Caronno; Dolomiti: Croda del Becco nel Parco Naturale di Braies
- 3 - Giordana Schiantarelli: Apuane: monte Forato, Pania della Croce, antro del Corchia, monte Tambura

C - PARTECIPAZIONE

ad iniziative e proposte di TAM Regionale e Nazionale

D - PARTECIPAZIONE

all'organizzazione del corso ORTAM 2023

E - MONITORAGGIO

degli interventi previsti per le Olimpiadi 2026

F - SOPRALLUOGHI

ghiacciaio di Felleria, mulattiera dei Vetti e ipotesi di cabinovia, sentiero Val di Mello, strada alpe Piazza, disposizione di parchi gioco, progetto di sciovia al Tonale e al monte San Primo, lago del Gavia

G - COLLABORAZIONE

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

META PRIMO GIORNO	MONTE FORATO (1223 M) È caratterizzato da due cime collegate da un arco roccioso naturale. Lo si raggiunge da Stazzema. (442 m)
Data	SABATO 6 MAGGIO
Percorrenza	3 ore andata - 2 ore ritorno
Difficoltà	EA È possibile scegliere tra: ultimo tratto (300 m) ferrata facile; sentieri n. 5, 6, 110, Ultimo tratto sentiero esposto attrezzato n 5, 6, 110 - Sentiero escursionistico n 5,6,131,12
Dislivello	Circa 800 metri
Quota massima	1223 metri
<p>Poco più avanti di Stazzema si lascia l'auto e si sale per un paio d'ore su una storica mulattiera di collegamento (via del sale) che conduce alla Foce (Passo per i non toscani) di Petroschiana (960 m). Qui potremo scegliere se 1)proseguire in mezzo al bosco sul sentiero che arriva alla base dell'arco (poco interessante), 2)imboccare il sentiero 110, di cresta, che porta sull'arco roccioso; incontreremo un bivio che permette di accedere al tratto di ferrata o di proseguire fino alla meta. Al ritorno è possibile fare un piccolo anello passando per Foce delle Porchette.</p> <p>Eventuali punti di appoggio: B&B Casa Giorgini - Rifugio Forte dei Marmi - Baita dello Scoiattolo</p>	
Attrezzatura	Da escursionismo - Portarsi sempre molta acqua.
Ritrovo	Partenza da Sondrio (Campus) ore 5.30 Ritrovo al B&B di Seravezza ore 13, SALVO SUCCESSIVI ACCORDI
Coordinamento	Giordana Schiantarelli 3396360388 Enrico Pelucchi 3804912443 Stefano Bartesaghi 3398401344
Info utili	Escursione poco faticosa, dopo il lungo trasferimento in auto, ma con ampia vista su Procinto e Panie

META SECONDO GIORNO	Visita all'antro del Corchia 860 m Salita sulla Pania della Croce, 1858 m, la Regina delle Apuane, per la via normale
Data	DOMENICA 7 MAGGIO
Percorrenza	Visita: due ore con inizio alle 10. Salita in vetta: circa 2 ore e 30 Discesa 2 ore
Difficoltà	F Non impegnativa e di grande soddisfazione d'estate.
Dislivello	Circa 1000 metri su sentiero segnato
Quota massima	1858 metri
<p>Dall'Antro del Corchia, dove chiederemo al Parco il permesso di arrivare con le nostre auto, 860 m, si imbecca un bel sentiero lastricato (naturalmente di marmo) che con rapidi tornanti, le "Voltoline" ci conduce al Passo dell'Alpino; proseguiamo su sentiero sempre ben segnato fino ad una sella; a sinistra in 10 minuti si raggiunge il Rifugio Del Freo; noi invece saliremo il fianco della Pania fino a raggiungerne il crinale (Callare). Per tranquillo sentiero di cresta raggiungeremo la cima. Al ritorno, per la stessa via, potremmo fermarci a mangiare al Rif. del Freo (q. 1080 m), per poi scendere fino alle auto.</p>	
Attrezzatura	Da escursionismo - Portarsi sempre molta acqua.
Ritrovo	Se siamo in possesso di permesso fino all'Antro dal nostro B&B partiamo alle 8.30, per poter salire prima delle navette ed essere nel primo turno della visita alla Grotta. Alle 12.30 inizieremo l'ascensione
Coordinamento	Giordana Schiantarelli 3396360388 Enrico Pelucchi 3804912443 Stefano Bartesaghi 3398401344
Info utili	Forse riusciamo a fare un bagno in mare prima di cena

META TERZO GIORNO	Forno: sorgenti del Frigido 220 m Da Resceto 485 m al Passo Tambura 1620 m (eventualmente cima 1890 m) dalle cave Cruze -Rifugio Conti- Ritorno dalla Via Vandelli
Data	LUNEDÌ 8 MAGGIO
Percorrenza	Salita 4 ore - discesa 3 ore
Difficoltà	EEA è impegnativo il percorso e il dislivello. Dal Passo Tambura al Rifugio Conti il sentiero, in discesa, è attrezzato con un cavetto.
Dislivello	Circa 1200 m per il Passo Tambura e 270 m in più se si vuole raggiungere la cima della Tambura
Quota massima	1890 m Monte Tambura - 1620 m Passo Tambura
<p>Al paesino di Resceto q 485 m, dove termina anche la carrozzabile, si attraversa il Canale dei Vernacchi, e si risale fino al Ponte del Pisciarotto, enorme rudere di cui restano ancora due traversine di ferro che i temerari attraversano in equilibrio a quota 696 m. Il sentiero 165 continua a salire su lizza; a quota 1020 m lasciamo la lizza e ci inerpichiamo su di un sentierino ripido in mezzo ad un bosco, fino a sbucare alla Selvarella q 1354 m, da dove parte la bella e aerea lizza delle cave Cruze. La percorriamo fino a oltrepassare un'enorme cisterna arrugginita e un vecchio edificio di servizio alla cava. Risaliamo il filo del crinale, Focetta dell'Acqua Fredda, poi Passo Tambura q.1620 m. Da qui conviene, per sentiero attrezzato scendere al rifugio Nello Conti, dove potremmo mangiare. Si può risalire per sentiero di cresta fino alla vetta. Il ritorno avviene sulla storica e rilassante Via Vandelli, fino a Resceto</p>	
Attrezzatura	Da escursionismo - Portarsi sempre molta acqua.
Ritrovo	Dal B&B alle 8
Coordinamento	Giordana Schiantarelli 3396360388 Enrico Pelucchi 3804912443 Stefano Bartesaghi 3398401344
Info utili	Entreremo fisicamente e storicamente nel regno delle fatiche e dei rischi, capiremo il durissimo lavoro dei cavaatori. E ci renderemo conto anche di "Grandi Opere" audaci, commissionate dai Potenti di allora; temerari o arroganti? Meno male che ora non succede più!



META	PARCO DI SPINA VERDE-MONTE SAN PRIMO - BELLAGIO
Data	MARTEDÌ 20 MERCOLEDÌ 21 GIUGNO
Percorrenza	1° giorno (indicativo) 5-6 ore complessive 2° giorno (indicativo) 6-7 ore a Bellagio
Difficoltà	E
Dislivello	1° giorno circa 1000 m salita, 400 m discesa 2° giorno circa 700 m salita, 1500 m discesa
Quota massima	Monte San Primo 1686 metri
<p>1° giorno: in treno a Como e, in mattinata, visita al parco di Spina Verde, con percorso naturalistico, storico e archeologico, Castello di Baradello e Sasso di Cavallasca. Nel Pomeriggio trasferimento a Brunate con funicolare e proseguimento al rifugio Riella dove si pernotta.</p> <p>2° giorno: attraverso un percorso naturalistico si raggiunge il monte San Primo dove si effettuerà il sopralluogo in relazione al progetto di realizzazione di una sciovia e relative infrastrutture. Si continua, in ambiente naturale prima e urbano dopo, fino a Bellagio. Con traghetto si raggiunge Varenna e, in treno, si torna a Sondrio.</p>	
Attrezzatura	Da escursionismo
Ritrovo	Stazione di Sondrio ore 6.20
Coordinamento	Enrico Pelucchi, Stefano Bartesaghi
Info utili	Iscrizione entro 30 maggio 2023 presso sede CAI (tel. 0342 214300)

META	PARCO NATURALE DI BRAIES - CIMA CRODA DEL BECCO
Data	MARTEDÌ 18 MERCOLEDÌ 19 LUGLIO
Percorrenza	Al rifugio circa 3 ore; alla vetta circa 2 ore
Difficoltà	EE
Dislivello	Rifugio Biella 900 m circa; alla vetta 500m circa
Quota massima	Croda del Becco 2810 metri
<p>1° giorno: in auto in Val Pusteria e quindi al lago di Braies. Dal parcheggio del Lago di Braies, si segue l'ampio sentiero che si snoda intorno al lago, fino all'estremità meridionale. Il percorso contrassegnato con il segnavia 1 conduce attraverso una gola, nota come Buco del Giavo. Con ripida salita si procede fino alla Forcella Sora Forno, 2388 metri, situata alle pendici della cresta sudorientale. Il Rifugio Biella si trova a un'altitudine leggermente inferiore, 2327 metri.</p> <p>2° giorno: si torna alla forcella e si prosegue su un ripido sentiero, assicurato a tratti con cavi metallici, che sale lungo le dorsali della cresta fino alla sommità della vetta. Da qui, il tratto che separa dalla Croce di Vetta è breve e poco impegnativo. Una volta giunti a destinazione, si potranno ammirare non solo panorami spettacolari sulle circostanti Dolomiti di Braies, ma anche una suggestiva e ampia vista sul Lago di Braies.</p> <p>Ritorno ad anello dalla valle di Seitenbach.</p>	
Attrezzatura	Da escursionismo
Ritrovo	[P] Campus, via Tonale a Sondrio, ore 6.30
Coordinamento	Enrico Pelucchi; Stefano Bartesaghi
Info utili	Iscrizione entro 15 giugno presso sede CAI (tel. 0342 214300)

META	MONTE GAVIOLA
Data	DOMENICA 30 LUGLIO
Percorrenza	1 ora e 30 minuti circa
Difficoltà	E
Dislivello	400 metri circa
Quota massima	3025 metri, monte Gaviola
Dal passo Gavia si segue il sentiero ai piedi del largo dosso. Si sale per sentiero, poi per tracce di sentiero attrezzate con catena, fino a giungere in cima.	
Attrezzatura	Da escursionismo
Ritrovo	[P] Campus, via Tonale a Sondrio, ore 8.00
Coordinamento	Enrico Pelucchi, Stefano Bartesaghi
Info utili	Iscrizione presso sede CAI (tel. 0342-214300) L'escursione consentirà anche il sopralluogo al lago di Gavia da cui è in progetto il prelievo d'acqua per la pista di fondo di S. Caterina

META	LAGO DI RODES E VEDRETTE DELLA VAL CARONNO
Data	GIOVEDÌ 17 AGOSTO
Percorrenza	Circa 3 ore al lago; circa 2 ore al rifugio Mambretti; 30 minuti circa alle vedrette
Difficoltà	EE
Dislivello	1000 metri circa al lago
Quota massima	2596 metri, Lago di Rodés
In auto fino a Legnomarcio, quota circa 1600 metri. Su sentiero all'alpeggio della Pessa, 1850 metri, per tracce si raggiunge il lago di Rodés, 2596 metri. Su gande si recupera il sentiero Bruno Credaro che, con notevole vista aerea sulle valli sottostanti, ci permette di scendere al rifugio Mambretti, quota 2004 metri. Breve sosta, quindi si prosegue verso le vedrette di Porola e Scais per visionarne la condizione. Si rientra quindi a Legnomarcio passando per le Moie di Rodés.	
Attrezzatura	Da escursionismo
Ritrovo	[P] Campus, via Tonale a Sondrio, ore 6.30
Coordinamento	Enrico Pelucchi, Stefano Bartesaghi
Info utili	Iscrizione presso sede CAI (tel. 0342-214300) Necessario permesso per auto, Comune di Piateda



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, scarponi, 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.

SEDI DEI CORSI:

Sono previsti 3 corsi rispettivamente presso il CAI Valtellinese di Sondrio, di Morbegno e di Valdidentro

1-SEDE DEL CORSO:

CAI Valtellinese di Sondrio Via Trieste 27

Direttore: Gianpietro Bondiolotti

Vice Direttore: Luca Montagnini

Contatti: pietro.bondiolotti@gmail.com

DATE:

- 13/1: presentazione del Corso, lezione materiali
- 20/1: neve e valanghe
- 21/1: prova discesa in pista
- 27/1: autosoccorso e tecnica di discesa
- 28/1: lezione pratica ARTVA
- 29/1: 1° uscita – Salmurano, Val Gerola
- 03/2: topografia e orientamento
- 04/2: traccia schizzo dirotta in classe
- 05/2: 2° uscita – Monte Motta, Val di Campo, Svizzera
- 10/2: primo soccorso, BLS e preparazione atletica
- 12/2: 3° uscita – Passo di Porcile-Passo di Tartano, Val di Tartano
- 17/2: meteorologia
- 19/2: 4° uscita – Corno la Resa, Val Viola
- 24/2: preparazione di una gita
- 26/2: 5° uscita – Monte delle Mine, Livigno
- 05/3: 6° uscita – Piz Minor, Val da Fain, Engadina
- 11-12/3: 7° uscita – Cima dei Forni – Cima della Manzina
- 19/3: eventuale recupero
- 26/3: eventuale recupero

LEZIONI TEORICHE

Materiali Paolo Messina

Neve e valanghe Carlotta Civera

Autosoccorso Silvia Della Marianna

Tecnica di discesa Abramo Civera

Topografia e orientamento Roberto Carna

Primo soccorso, BLS Luca Biscotti

Preparazione atletica Alessandro Libera / Montagnini L.

Meteorologia Scotti Riccardo

2-SEDE DEL CORSO A MORBEGNO

Direttore: Franco Scotti

Iscrizione: chiara.piatti.96@gmail.com

3-SEDE DEL CORSO: VALDIDENTRO

Direttore: Pietro Urbani - tel 333 3260477,

pietro.urbani@tiscali.it

Vice Direttore: Elio Franceschina, tel. 3357222882,

elio.franceschina@gmail.com

Iscrizione: 15 gennaio 2022

presso Direttore o Vice Direttore

Allievi: min 6, max 10

CORSO DI ALPINISMO (SONDRIO)

Direttore: Abramo Civera

Vice direttore: Alex Paganoni

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)

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

Gianfranco Cason, tel. 3485118758,

gianfranco.cason@gmail.com



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

Direttore: Pierangelo Tognini - Vice direttore: Massimo Gualzetti
Segretario: Valeria Balzarolo
scuolagondrio@gmail.com - www.alpinismogiovaniles0.jimdo.com

DATA	GIORNI	ARGOMENTO/META	DIFFICOLTA'
22 gennaio	1	In montagna con le pelli	-
05 febbraio	1	In montagna con le pelli	-
19 febbraio	1	In montagna con le pelli	-
05 marzo	1	In montagna con le pelli	-
26 febbraio	1	Slittata	-
23 aprile	1	Cicloescursionismo - Introduzione - Parco Bartesaghi	TC
30 giugno	1	Cicloescursionismo - Uscita destinazione da definire	MC
12 marzo	1	Incisioni rupestri - Sondrio-Castione-Triangia-Sondrio	E
26 marzo	1	Uscita sulla neve - Ciaspolata e giochi - località da definire	E-AI
16 aprile	1	Percorsi del passato - Sentiero del pane Tirano- RoncaiolaRogorbello-Tirano	E
21 maggio	2	La Cima - Monte Berlinghera	E
04 giugno	1	Antichi mestieri - Cave di Pietra Ollare Primolo- Alpe Pirlo	E
14 giugno	1	Gioco dell'arrampicata	E
23/24 giugno	2	Vita in rifugio con pernottamento fabbrica Eita - Richiamidella storia La vetta Monte Storile	EE
09 luglio	1	Avvicinamento all'arrampicata Val di Mello	
31 agosto	1	Ambiente del calcare - la Vetta Monte Resegone (da Brumano Valle Imagna BG)	E
24 settembre	1	Manifestazione di chiusura attività: Sassella-Bartesaghi Castione	-

COORDINAMENTO DELLE SEZIONI E DELLE SOTTOSEZIONI DELLA PROVINCIA DI SONDRIO

Presidente per il 2023: 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 2023 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 2023 approvato dal Consiglio Direttivo del CAI