



Club Alpino Italiano
Sezione Verbano-Intra



Calendario attività
2016



Per Info:

*in Sede (negli orari di apertura mercoledì e venerdì dalle 21,15 alle 23) tel. 0323 405494 - e.mail: info@caiverbano.it
sito web: www.caiverbano.it*

Rossi Franco: Presidente - escursionismo e sentieri
tel. 0323 556282 - 333 6189973

Ferretto Gianni: Vice Presidente - ferrate
tel. 347 2435263

Fattibene Mauro: Segretario, sede
tel. 0323 572765

Ramoni Franco: rifugio, tecnica
tel. 0323 587335

Pellegrini Massimo: alpinismo, sci alpinismo, ferrate, rifugio
tel. 347 2247570

Totolo Marcello: Sito Internet e Area Informatica
tel. 0323 404353

Ferrari Pierantonio: Alpinismo, Scuole
tel. 0323 587756

Braconi Avio: cicloescursionismo
tel. 335 8475862

Ferin Silvano e Fabio Pedretti: alpinismo giovanile
tel. 0323 52313 - 0323 406908

Zucchinetti Lucia: cultura
tel. 349 5187493

Info: anche dalle locandine esposte nelle due bacheche in Verbania Intra: vicolo del Moretto 7 e Piazza San Vittore.

Le fotografie pubblicate sono di: C. Canetta, M. Caretti, M. Pettinaroli, L. Rinaldi, F. Rossi, E. Sategna, M. Totolo.



*Carissimi lettori, soci ed amici,
il calendario 2016 che presentiamo con questo opuscolo - realizzato ancora una volta grazie al contributo degli sponsor - è il risultato di proposte di soci, mirate ad offrire un menu variegato e alla portata delle diverse esigenze, sia per quanto riguarda le attività in montagna che per le iniziative culturali.*

Ve lo offriamo, rinnovando l'auspicio che possa rappresentare per tutti un piccolo strumento per un vero viaggio di (ri)scoperta, fatto con occhi e cuore nuovi, attenti alle bellezze delle montagne e all'interesse del percorso, ma soprattutto consapevoli del ruolo che ognuno di noi ha nella cura e conservazione della casa comune che è l'ambiente.

Ci diamo pertanto appuntamento in montagna, in sede, sui luoghi della tradizione e della formazione per condividere interessi ed emozioni che solo le passioni, come è quella per la montagna, sanno suscitare.

Ricordo che sul sito www.caiverbano.it troverete una vasta serie di notizie per voi:

- *tutte le iniziative del CAI Verbano-Intra, che vanno dal programma delle attività culturali, al regolamento per partecipare alle escursioni sezionali, dall'alpinismo giovanile alla descrizione delle gite, dal programma della Scuola Intersezionale di Alpinismo e Sci Alpinismo "Moriggia-Combi/Lanza" agli appuntamenti con la tradizione, ecc. ecc.*

Consultatele di frequente, può essere utile!!

A tutti molti cordiali saluti ed auguri

Il Presidente - Franco Rossi



Sui sentieri dell'entroterra verbanese, sentiero "I sette campanili"



Indice delle attività Sezionali

Recapiti	pag. 2
Tesseramento	“ 6
Sede	“ 7
Programma attività culturali	“ 8
Caffè in vetta	“ 9
Spiegazioni simboli delle gite	“ 11
Regolamento escursioni sezionali	“ 12
Classificazione delle difficoltà	“ 14

Calendario sintetico delle attività in montagna suddiviso per tipologia:

Alpinismo giovanile - Sezioni Verbano Intra e Pallanza pag. 15

24 aprile - Val Loana e alpeggio di Scaredi - Uno Sguardo in Valgrande

29 maggio - Alpeggio Walser: Antillone Salecchio

3 luglio - Rifugio Zamboni Zappa e lago delle Locce - Monte Rosa

settembre - data da definire - due giorni i rifugio o tenda da definire

Escursionismo:

31/1 Sui sentieri dell'entroterra verbanese pag. 17

13/3 Monte Falò da Coiromonte “ 19

3/4 Escursione Intersezionale EMR “La religiosità alpina” “ 19

10/4 Traversata tra mare e monti: da Andora ad Alassio “ 20

8/5 giro ad anello Macugnaga Pecetto - Alpe Bletza, Lago delle Fate-Pecetto “ 21

15/5 giro ad anello negli alpeggi della Valle Antrona “ 21

21-22/5 Monte Grappa e i 4.444 gradini della Calà del Sasso “ 22

29/5 Val Cannobina - sui sentieri del pino mugo: Finero, Monte Toriggia, Orasso “ 22

16-19/6 Trekking in Liguria con il Cai di Frascati “ 23

10/7 Giro dei Rifugi del Gran Paradiso nell'alta Valsavaranche “ 24

24/7 Lago di Mognola - Vallemaggia (CH) “ 24

7/8 Traversata da Macugnaga a Carcoforo per il passo della Bottiglia “ 25

20-21/8 Trekking del Monte Bianco “ 25

28/8 Anello delle Alpi di Cama in Valle Antrona “ 26

4/9 Traversata da Bosco Gurin a Fondovalle “ 27



10-17/9 Trekking in Basilicata	“ 27
18/9 Traversata da Isola (in provincia di Sondrio) a Spluga (CH) per l'omonimo Passo	“ 28
25/9 Circuito di Aleccio in Val Antigorio	“ 28
2/10 Orcesco-Alpe Campra (Val Vigezzo)	“ 29
23/10 Giro dei Paesi della Valle Intrasca	“ 29
6/11 Cima Sasso	“ 30
Racchette da neve e/o sci alpinismo:	
23/1 Ciaspolata in notturna alla Spallavera	“ 17
7/2 Alpe Larecchio da Cà di Janzo	“ 18
21/2 Alpe Pala- Alpe Cavallotti - Pizzo Pernice - Piancavallone Monte Todum - Alpe Pala	“ 18
6/3 Rothwald - Maderlichia	“ 19
13/3 Monte Falò	“ 19
Sci alpinismo:	
17/1 Scatta d'Orognia dall'Alpe Devero	“ 17
20/3 Bocchetta del Gallo da Sottofrua	“ 19
16-17/4 Truc Blanc da Bonne (Valgrisanche)	“ 20
Alpinismo: 16-17/7 Alphubel dalla Taschutte	“ 24
Ferrate:	
31/7 Ferrata dell'Aletsch dal Lago Gibidun sopra Blatten	“ 25
Cicloescursionismo:	
1/5 ciclabile del fiume Ticino	“ 21
Mountain bike:	
18/9 Orridi di Urieggio da Crevoladossola	“ 28
Scuola Intersezionale di Scialpinismo (SA1) e Alpinismo (AG1)	“ 41
Maratona della Vale Intrasca	“ 42
Appuntamenti con la tradizione	
1/5 Cossogno - KM verticale	“ 42
3-4-5/6 Maratona della Valle Intrasca	“ 23
26/6 Festa della Croce allo Zeda	“ 23
9/10 castagnata al Rifugio CAI al Pian Cavallone festa della Croce AVIS al Todano	“ 29
9/12 festa degli auguri e concerto di Natale	“ 42
Rifugio	“ 48

Tesseramento 2016

Dal 19 novembre 2015 sono aperte le iscrizioni per l'anno 2016

Socio ordinario	€ 43,00
Soci Ordinari dai 18 ai 25 anni.	€ 22,00
Socio familiare	€ 22,00
Socio giovane (*)	€ 16,00
Socio giovane 2° e oltre in presenza di ordinario	€ 9,00
(*) a richiesta, la Rivista gratuita se non familiari	
Socio vitalizio	€ 19,00
Aggregati alla Sezione	€ 8,00
Costo nuova tessera	€ 5,00

Le iscrizioni si ricevono presso la sede sociale al mercoledì e al venerdì non festivi dalle ore 21,15 alle ore 23 circa. La Segreteria sarà inoltre aperta, per il tesseramento, nei sabati: 12 e 19 dicembre 2015; 16 e 23 gennaio 2016, dalle ore 14.00 alle ore 15.30. Come ricorderete, in aggiunta all'assicurazione soccorso alpino, a partire dal 2009, l'iscrizione al CAI comporta automaticamente anche la copertura assicurativa infortuni. Sono infatti assicurati tutti i soci in tutte le attività e iniziative istituzionali organizzate sia dalle strutture centrali che da quelle territoriali del CAI, quali, ad esempio: gite di alpinismo, escursionismo, scialpinismo, ciclo escursionismo, MTB, ciaspole, vie ferrate, altre attività, come corsi, gestione, manutenzione sentieri e rifugi, riunioni e consigli direttivi, altre attività organizzate dalle Sezioni CAI o altri organi istituzionali. E' inoltre possibile dar corso al raddoppio della copertura assicurativa, con una spesa contenuta. Informazioni dettagliate in Sede.

**COPERTURE ASSICURATIVE SOCI IN ATTIVITA' INDIVIDUALE
INFORMAZIONE DETTAGLIATE IN SEDE**



Val d'Otro (Val Sesia)



CLUB ALPINO ITALIANO SEZIONE VERBANO-INTRA

28921 Verbania Intra - Vicolo del Moretto 7

Orario d'apertura

Mercoledì e Venerdì dalle h. 21,15 alle h. 23

(ad eccezione del mese di agosto e in caso di festività)

Tel. e fax.: 0323 405494

E-mail.: info@caiverbano.it

Sito web: www.caiverbano.it

Troverai:

- **Una buona biblioteca con oltre 600 titoli e molte riviste**
- **Collegamento ad internet**
- **Amici con cui programmare uscite insieme...!**



"al n. 7 del Vicolo del Moretto"
incisione di Carlo Rapp



Programma attività Culturali

Al venerdì in sede alle ore 21 serate culturali - lezioni teoriche

15 gennaio: serata di presentazione dei Corsi di Scialpinismo e di Alpinismo della Scuola "Moriggia-Combi Lanza" all'Auditorium Centro d'Incontro Sant'Anna di Verbania Pallanza con ospite/relatore

22 gennaio: all'Auditorium Centro d'Incontro Sant'Anna di Verbania Pallanza serata di presentazione del "Calendario attività 2016" con la proiezione commentata delle più belle immagini scattate dai soci durante le gite sezionali 2015.

Nella serata verrà assegnato il premio "Montagna Viva" istituito dalla nostra Sezione per premiare coloro che con lavoro, sacrificio e tenacia tengono viva la montagna

29 gennaio: Leonardo Parachini "Un territorio di retrovia - La partecipazione della società civile verbanese al 1° conflitto mondiale"

12 febbraio lezione teorica corso SA1

19 febbraio: Danilo Baggini "Giro del mondo nord-sud in barca: dalla Groellandia a Capo Horn"

4 marzo: Matteo Gasparini "Facciamoci trovare con un APP... Georesq & Co., aiutiamo il Soccorso a soccorrerci".

18 marzo: Paolo Crosa Lenz e Riccardo Vairetti "Le guide di montagna nell'era del digitale. Quale qualità per quale futuro?"

8 aprile: Piero Cereda "Il giardino incantato. Fotosafari in una villa del torinese"

22 aprile: "Un momento che guardo - montagne e natura da una curiosa angolatura" - proiezione fotografica e incontro con lo scalatore-scrittore Enrico Serino.

20 maggio: Silvano Dresti "Il gioco dell'oca di Valle Cannobina" video-percorso turistico in valle Cannobina.

6 maggio: lezione teorica corso AG1

23 giugno: lezione teorica corso AG1

7 ottobre: Carlo Lozzia "Una montagna... di opportunità!" La valenza delle montagne come ambienti ricchi di opportunità lavorative, con nuove prospettive imprenditoriali (turismo, ambiente, agricoltura).

21 ottobre: Danilo Baggini "GPS, Smartphone e PC per uso cartografico di base"

Novembre (data da definirsi): proiezione cinematografica



MARZO: "CAFFE' IN VETTA"

*Tre mercoledì in compagnia di autori di libri di montagna
in collaborazione con il Comune di Verbania*

la libreria Alberti, Monterosa Edizioni e Tararà Edizioni

24 febbraio: "Solai e cantine dell'Idrobiologico a Pallanza - gli antichi strumenti della scienza dei laghi" - di Roberto Bertoni - Tararà Edizioni - il libro è una sorta di museo virtuale degli strumenti usati nel secolo scorso per la ricerca limnologica (che è la scienza che studia i laghi) e conservati in gran quantità nei solai e nelle cantine dell'Istituto Italiano di Idrobiologia di Pallanza ora CNR.

2 marzo: "Tracce bianche - con le ciaspole e gli sci dal Lago Maggiore al Monte Rosa" di Erminio Ferrari e Alberto Paleari - Monterosa Edizioni - Da Lago Maggiore (195 m) alla cima più alta del Rosa (4634 m) ci sono in linea d'aria quarantasette chilometri in cui si passa dal clima mediterraneo del lago, a quello artico dei quattromila. "Tracce Bianche" descrive 87 gite brevi (dai 400 ai 1200 metri di dislivello) che si possono fare sia con gli sci che con le ciaspole, sulle montagne di questo vario e vasto territorio. La grande novità del libro è che per la prima volta, non solo per la zona ma probabilmente per tutte le Alpi, le ciaspole sono considerate un mezzo ugualmente valido degli sci per andare in montagna in inverno, e che, a patto di osservare le regole di sicurezza descritte nel libro, sulle montagne che si possono salire con gli sci lo si può fare anche con le ciaspole, con pari soddisfazione, divertimento e tranquillità.

9 marzo: "Dalla Val Grande alla "Repubblica dell'Ossola - storia di un ragazzo partigiano" di Teresio Valsesia - Alberti Libraio Editore - La pubblicazione del diario di Edo Nollì, partigiano a 16 anni nella divisione Valdossola, è una pagina viva e commovente della guerriglia in Val Grande e nell'Ossola". Il libro può essere utile anche agli escursionisti nelle montagne valgrandine e ossolane per un arricchimento storico-culturale.



**Alla scoperta della natura ...
... con il CAI Verbanese-Intra**





Spiegazioni simboli delle gite



ALPINISMO GIOVANILE



ALPINISMO



ESCURSIONISMO



RACCHETTE DA NEVE



SCIALPINISMO



CICLO-ESCURSIONISMO



FERRATE



Premeno (Pian di Sole) - Piancavallo

Regolamento escursioni Sezionali

1) Le gite sociali proposte hanno lo scopo principale di favorire e diffondere la pratica dell'escursionismo montano; esse vengono organizzate dalla Commissione Escursionismo che ne cura lo svolgimento per mezzo di accompagnatori, i quali operano volontariamente e gratuitamente.

2) La partecipazione alle escursioni è riservata ai soli Soci del Club Alpino Italiano in regola con il tesseramento. Ciò nonostante i Soci che non hanno rinnovato la tessera sociale entro il 31/03/2016 ed i Non Soci che intendessero partecipare, devono obbligatoriamente recarsi presso la Sede Sezionale entro il mercoledì precedente la data dell'escursione per attivare la Polizza infortuni in attività sociale e la Polizza soccorso alpino in attività sociale per dar corso alle relative coperture assicurative. L'eventuale partecipazione di non iscritti al CAI o di Soci non in regola con il tesseramento deve essere preventivamente autorizzata; in questa evenienza gli stessi sono avvertiti e accettano che la loro partecipazione non è coperta da alcuna polizza assicurativa sia per le spese di soccorso alpino sia per gli infortuni e gli eventuali costi insorgenti dovranno all'occorrenza essere sostenuti di tasca propria, esonerando la Sezione da ogni onere. I minorenni possono partecipare alle gite solo se autorizzati da chi esercita nei loro confronti la "potestà dei genitori" ed accompagnati da persona responsabile.

3) Il rapporto che si instaura, durante le gite, tra gli accompagnatori ed i partecipanti si configura nella fattispecie dello "accompagnamento volontario gratuito per spirito associativo, per amicizia o per



Isola di Creta, versante est



mera cortesia; di tipo non qualificato e non professionale”.

4) La frequentazione della montagna è soggetta a pericoli che comportano rischi; gli organizzatori ed accompagnatori adottano misure di prudenza e di prevenzione, derivanti dalla normale esperienza, per contenere, in entità e probabilità, tali rischi durante lo svolgimento delle gite, ma non assumono responsabilità alcuna al riguardo. Ogni partecipante è consapevole a priori dell'esistenza dei suddetti pericoli e, con la sua partecipazione alla gita, **assume personalmente in proprio tutti i conseguenti rischi**, nonché le responsabilità per i danni che può arrecare, direttamente o indirettamente, ad altri.

5) E' facoltà degli organizzatori ed accompagnatori di modificare programmi ed itinerari delle gite, anche durante lo svolgimento delle stesse.

6) Di norma, i partecipanti devono provvedere personalmente al raggiungimento delle località dalle quali hanno inizio le gite, effettuando i viaggi con mezzi propri, a proprio rischio ed a proprie spese; in caso di espatrio devono essere muniti di valido documento personale. A tutti gli effetti le gite hanno inizio e termine nelle suddette località base, essendo i viaggi non compresi nelle competenze degli organizzatori ed accompagnatori; i partecipanti devono presentarsi puntualmente in tali località pena l'esclusione dalle gite, non essendo prevista l'attesa dei ritardatari. Nel caso di viaggi organizzati con trasporto in pullman, la responsabilità del viaggio compete al vettore e l'obbligo di puntualità è riferito agli orari stabiliti per le partenze (andata e ritorno) del mezzo.

7) I partecipanti devono essere muniti di indumenti ed attrezzi completi, idonei ed efficienti, nonché idonei al tipo di gita cui partecipano, essendo l'equipaggiamento personale anche un importante fattore di sicurezza; essi devono inoltre possedere un grado di preparazione adeguato alle gite in programma.

8) Fermo quanto precisato al punto 3) del presente Regolamento, i partecipanti sono invitati a seguire diligentemente le indicazioni via via fornite loro, durante la gita, dagli accompagnatori ed a collaborare con essi per la buona riuscita della medesima.

9) Tutti, accompagnatori e partecipanti, devono tenere in ogni circostanza un comportamento civile corretto e coerente con i principi dell'etica alpinistica.

10) Le gite sociali sono attività del CAI e perciò, oltre al presente Regolamento, sono subordinate anche agli Statuti e Regolamenti del CAI e delle singole sezioni.



CLASSIFICAZIONE DELLE DIFFICOLTÀ

Il CAI ha definito una scala di difficoltà sulla base delle seguenti caratteristiche: il fondo del terreno, la lunghezza del percorso, il dislivello e la quota, l'esposizione, le eventuali difficoltà di orientamento, che esprime una valutazione d'insieme dell'itinerario:

Sentiero turistico T: stradine, mulattiere e sentieri comodi privi di tratti esposti; durata massima del percorso di 2-3 ore di cammino ben segnalato e senza problemi di orientamento; quota massima inferiore ai 2000 metri.

Sentiero Escursionistico E: sentieri e tracce più o meno sconnessi; tracciati su pendii ripidi dove si prevede l'uso delle mani per mantenere l'equilibrio; percorsi dove è possibile la presenza di brevi tratti innevati; itinerario su terreno facile, ma di durata superiore alle 3 ore; territorio che può presentare problemi di orientamento; quote superiori ai 2000 metri.

Sentieri per Escursionisti Esperti EE: tracce su terreno impervio e/o scivoloso; pietraie di alta quota; tratti privi di segnalazione e di punti di riferimento noti

Sentieri per Escursionisti Esperti Attrezzati EEA: vengono definiti tracciati EEA i percorsi attrezzati con corde fisse, catene o scale (ferrate) e percorsi che devono essere affrontati con adeguata esperienza ed attrezzatura

ESCURSIONISMO IN AMBIENTE INNEVATO EAI - Itinerari in ambiente innevato che richiedono l'utilizzo di racchette da neve, con percorsi evidenti e riconoscibili, con facili vie d'accesso, di fondo valle o in zone boschive non impervie o su crinali aperti e poco esposti, con dislivelli e difficoltà generalmente contenuti che garantiscono sicurezza di percorribilità

VALUTAZIONE D'INSIEME DELLE DIFFICOLTÀ ALPINISTICHE: È una valutazione complessiva del livello globale richiesto da un'ascensione, che tiene conto delle difficoltà su roccia e della caratteristica della via. Viene espressa mediante le seguenti sigle ed è completata dall'indicazione dei passaggi di massima difficoltà: **F = facile; PD = poco difficile; AD = abbastanza difficile; D = difficile**

SCALA DI DIFFICOLTÀ DEI PERCORSI PER IL CICLOESCURSIONISMO IN M.B. (DA INDICARSI PER LA SALITA/E PER LA DISCESA)

TC (turistico) percorso su strade sterrate dal fondo compatto e scorrevole, di tipo carrozzabile
MC - per ciclo escursionisti di media capacità tecnica) percorso su sterrate con fondo poco sconnesso o poco irregolare (tratturi, carrarecce...) o su sentieri con fondo compatto e scorrevole

BC - (per ciclo escursionisti di buone capacità tecniche) percorso su sterrate molto sconnesse o su mulattiere e sentieri dal fondo piuttosto sconnesso ma abbastanza scorrevole oppure compatto ma irregolare, con qualche ostacolo naturale (per es. gradini di roccia o radici)

OC - (per ciclo escursionisti di ottime capacità tecniche) come sopra ma su sentieri dal fondo molto sconnesso e/o molto irregolare, con presenza significativa di ostacoli.

SCALA delle DIFFICOLTÀ SCI ALPINISMO (Scala "Blachère")

MS: Medio Sciatore. È in grado di curvare su pendenze medie inferiori a 25°. Teme il ripido e i passaggi stretti

BS: Buon Sciatore. Padronanza tecnica su terreno ripido fino a 40° e nei canali stretti.

OS: Ottimo Sciatore. Ottima padronanza dello sci anche su terreno molto ripido, con tratti esposti e passaggi obbligati. Se nell'itinerario ci sono anche difficoltà di carattere alpinistico per le quali lo sciatore deve conoscere l'utilizzo della corda, della piccozza o dei ramponi (es. attraversamento di ghiacciai crepacciati, tratti di arrampicata, pendii ripidi, lunghezza dell'itinerario, cornici, etc.). Si aggiunge la caratteristica Alpinista e si ottiene così.

MSA: Medio Sciatore Alpinista. **BSA:** Buon Sciatore Alpinista. **OSA:** Ottimo Sciatore Alpinista



Alpinismo Giovanile

Attività in comune
delle Sezioni Verbano-Intra e Pallanza

Le sezioni di Pallanza e Verbano-Intra organizzano una serie di uscite rivolte ai giovani (7-17 anni)

24 Aprile Val Loana e alpeggio di Scaredi
Uno Sguardo in Valgrande

29 Maggio Alpeggio Walser: Antillone Salecchio

3 Luglio Rifugio Zamboni Zappa e Lago delle Locce
Monte Rosa

Settembre Due giorni in rifugio o in tenda in data da definire

Le date e il programma delle gite verranno precisate di volta in volta.

Gli itinerari verranno selezionati in funzione ai partecipanti, agli interessi degli stessi e alle condizioni meteorologiche.

Durante le uscite saranno mostrate, mediante giochi, nozioni di base per un approccio sicuro alla montagna, fra cui nozioni di arrampicata, meteorologia, ecc ...

Invitate amici e parenti (anche i genitori sono benvenuti).



Info:

De Bernardis Pierangelo ANAG tel. 338 4204117

Ferin Silvano ANAG tel. 328 1596715

Massimo Conte ASAG tel. 335 7959990

Pedretti Fabio ASAG tel. 347 3978050

Ovvero in sede: Sezione Verbano-Intra: Vicolo del Moretto, 7 il Mercoledì e il Venerdì dalle 21.15

Sezione di Pallanza: Via Cadorna, 17 il Martedì e il Giovedì dalle 21.15

**Alla scoperta della natura ...
... con il CAI Verbano-Intra**





Descrizione gite



17 gennaio - Scatta d'Oroghna (m 2461) dall'Alpe

Devero - gita sci alpinistica

Dislivello: 830 m - Difficoltà: BS

Tempo di percorrenza: 2h30 (solo andata).

Ritrovo: Verbania Suna - P.le Cimitero ore 7,30.

Informazioni: Marco Canetta 0323 571154/ 348 2610699
e Massimo Pellegrini 347 2247570



23 gennaio sabato - Ciaspolata in notturna alla Spalavera - con spaghetтата (da prenotare) finale a Piandisole

E' la tradizionale salita al chiaro di luna su uno dei più bei punti panoramici delle nostre montagne... con finale in convivialità

Ritrovo alle ore 18 a Verbania Intra, Corso Cairoli

P.le Supermercato Penny (davanti ex Collegio San Luigi)

Info: F. Rossi 0323 556282; M. Canetta 0323 571670



31 gennaio: Sui sentieri dell'entroterra verbanese - sentiero "lo vivo qui - I 7 campanili" e percorso devozionale alla Cappella del Gasc, ristrutturata a cura del Parco Valgrande: "cura dei nostri sentieri e delle tradizioni "

Suna - Cavandone - Bieno - Rovegno - In Oca - Cappella del Gasc - Cossogno - Unchio - Trobaso - Suna. E' la tradizionale prima uscita dell'anno che percorre le vecchie mulattiere di collegamento di Verbania con i paesi dell'entroterra e, dalla Cappella della Madonna di Santino a Unchio, il sentiero "I sette campanili", rientrante nel progetto di educazione ambientale "lo vivo qui".



Quest'anno si è aggiunto il breve percorso per raggiungere la Cappella del Gasc da In Oca (ca. 20') accompagnati dal Direttore del Parco Valgrande che illustrerà la storia e i lavori di ristrutturazione recentemente effettuati. Tutto il percorso è annualmente riattivato dai nostri soci. E' anche l'occasione di incontro con gli amici dell'Associazione Escursionisti Val Grande, che ci accolgono con un sempre gradito rinfresco a Rovegro e che si uniranno a noi fino al Circolo di Cossogno per il pranzo (da prenotare). Difficoltà: E - Dislivello 350 m
Tempo di percorrenza: 6 ore; Km. 19
Partenza: ore 7.30 Verbania Suna, Piazzale Cimitero
Info: F. Rossi 0323 556282; I. Mora 0323 581149



7 febbraio: Alpe Larecchio da Cà di Janzo (Val Sesia) con le ciaspole: percorso con suggestivi scorci tra e sulle borgate walser della Val Vogna, fino all'ampia conca dell'Alpe Larecchio, dominata dal Corno Bianco
Difficoltà: E - Dislivello: m 600 - Tempo percorrenza: h. 5
Partenza: h. 7.30 da Verbania Suna, Piazzale Cimitero
Info: M. Canetta 0323 571670, F. Rossi 0323 556282



21 febbraio - Alpe Pala (856 m), Alpe Cavallotti, Pizzo Pernice (1506 m), Colma, Piancavallone (m 1564), Monte Todum o Balmit (1634 m), Alpe Pala con le ciaspole.

Classico percorso sulle montagne alle spalle di Verbania, alla costante presenza del lago e delle sue suggestioni invernali. Ritorno sullo stesso percorso. Se le condizioni della neve lo permettono, il ritorno potrebbe avvenire sul sentiero estivo. Difficoltà: E - Dislivello: m 778
Tempo di percorrenza: h.6 A/R,
Partenza h. 8 da Verbania Trobaso, Piazza Parri
Info: F. Rossi 0323 556282, M. Canetta 0323 571670



6 marzo: Da Rothwald (m 1745) - Maderli-cha (m 2234) con le ciaspole o con gli sci. Itinerario molto vario e interessante: nel bosco di conifere nella prima parte, in un bel vallone in quella successiva, con interessante panorama sul Vallese e il prospiciente Oberland.

Difficoltà: E - Dislivello: m 489 - Tempo salita: 2 h 30 min
Partenza alle ore 7.30 da Verbania Suna - P.le Cimitero
Info: F. Ramoni 0323 587335; F. Rossi 0323 556282



13 marzo: Monte Falò (810 m) da Coiromonte (810 m) (Neve permettendo, con le ciaspole, in caso contrario a piedi). Il Monte Falò si raggiunge con poca fatica, però offre un vasto e suggestivo panorama sui laghi d'Orta, Maggiore e sull'arco alpino. Difficoltà: T - Dislivello: m 270
Tempo di percorrenza: - h 2,00

Partenza: h 9,00 da Verbania Suna, Piazzale Cimitero
Info: Franco Rossi 3336189973; M. Canetta 0323 571670



20 marzo: Bocchetta del Gallo (m 2498) da Sottofrua - gita Sci alpinistica

Difficoltà: BS - Dislivello: m 990 - Tempo salita: 3 h 30 min
Partenza alle ore 7.00 da Verbania Suna - P.le Cimitero
Info: Marco Canetta 0323 571154 / 348 2610699
e Massimo Pellegrini 347 2247570



3 aprile - Escursione Intersezionale Est Monte Rosa - "La religiosità alpina" da Lagna a Madonna del Sasso



10 aprile: Traversata tra mare e monti per il percorso medioevale con il CAI di Albenga

Partenza da Andora, “Via di Mezz’acqua”, per raggiungere il borgo di Colla Micheri, bellissimo abitato sul Capo Mele, conosciuto per essere stato scelto come dimora da Thor Eyerdall, lo scienziato del “Kon Tiki”. Poi stando sulla cresta, a cavallo tra il mare e i monti, si raggiungono le alture di Alasio, presso i ruderi della chiesa di San Bernardo. Un tratto di circa 1,5 km. su strada, poi per mulattiera si raggiunge il Santuario di Madonna della Guardia. La discesa porterà poi ad attraversare i borghi di Vegliasco e Madonna delle Grazie e ci fa giungere ad Alassio, fine della nostra escursione.

Partenza: h 6,30 in bus da Verbania fino ad Albenga. Inizio escursione ore 9,30.

Prenotazione obbligatoria entro l'11 marzo

Difficoltà: E - Dislivello: 700; Distanza, circa 12 km.

Info: F. Rossi 3336189973

CAI Albenga: paoloviglietti@alice.it



16-17 aprile: Truc Blanc (m 3405) da Bonne (Valgrisenche) con pernottamento al rif. Bezzi (m 2284)

Una delle più belle e panoramiche gite sci-alpinistiche della Valgrisenche con possibilità di discesa, in traversata, dal Colle di Giasson (m 3154). Dislivello: 1° giorno 620 mt; 2° giorno 1120 m - Difficoltà: MSA - Tempo di percorrenza: 1° giorno 3h30; 2° giorno 4h00 (solo andata).

Ritrovo: Verbania Suna - P.le Cimitero ore 7,00.

Prenotazione obbligatoria entro 15 marzo

Informazioni: Marco Canetta 0323 571154 /348 2610699
e Massimo Pellegrini 347 2247570



24 aprile: alpinismo giovanile - Val Loana e alpeggio di Scaredi - uno sguardo in Valgrande

**1 maggio: Kilometro verticale
10.a edizione - Cossogno**



1 maggio: gita Cicloescursionistica lungo la ciclabile del fiume Ticino

Prenotazione obbligatoria entro 1/04/2016.

Info: G. Ferretto 347 2435263; M. Fattibene 348 7244380



8 maggio: Giro ad anello Macugnaga-Pecetto, Alpe Bletza, Alpe Schena, Lago delle Fate, Isella, Pecetto alla scoperta di vecchi alpeggi, con splendide vedute sulla parete est del monte Rosa, del Pizzo Bianco, della punta Grober e dei corni di Faller - Difficoltà: E

Dislivello: 700 m ca. - Tempo di percorrenza: 5 ore ca.

Partenza da Verbania Suna, P.le Cimitero, h.7,30

info: Marone Lucia 3403700741 - Mora Pucci 0323581149



15 maggio: Giro ad anello negli alpeggi della Valle Antrona: Montescheno - Aulamia - Alpe Vaccareccia - Alpe Sogno - Pra Dom - Montescheno, al cospetto e alle pendici del Moncucco

Difficoltà: E - Dislivello: ca. m 600

Tempo di percorrenza: ca. h. 6,00

Partenza da Montescheno: h 7,00

Partenza da Verbania Suna - Piazzale Cimitero h. 6,00

Info.: F. Rossi 333 6189973 e P. Pavesi 346 2164054



21-22 maggio - Monte Grappa e i 4.444 gradini della Calà del Sasso (Asiago) con il CAI di Bassano del Grappa - sui sentieri della grande storia (Monte Grappa gli eventi della guerra del 1915-18) e “la strada dei tronchi” costruita nel XV secolo per il trasporto del legname dall’Altopiano di Asiago alla pianura sottostante.

Sabato 21: Locanda Forcelletto, Rifugio Bocchette, Cà Tasson, Croce dei Lebi, Cima Grappa (1775 mt), Rifugio Bassano. Itinerario di interesse ambientale, paesaggistico e storico. Visita guidata alla galleria Vittorio Emanuele III, del Museo e del Sacrario. Difficoltà: E - Dislivello: ca. m 550 - tempo di percorrenza: 3 h. ca.

Domenica 22: da Valstagna nel canale del Brenta a Sasso di Asiago per La Calà del Sasso il percorso, formato da 4444 gradini, che collega i due comuni di Valstagna, nel Canale di Brenta, alla frazione Sasso di Asiago, nell’Altopiano dei Sette Comuni, in provincia di Vicenza, Difficoltà: E Dislivello: 744 m - tempo di percorrenza: 3h. ca.

lunghezza: 7 Km. - Prenotazione obbligatoria entro 29 febbraio - il programma potrebbe subire variazioni
Info: Carla Borgomainerio 335 492648
Maria Canetta 0323 571670



29 maggio: alpinismo giovanile
Alpeggi Walser: Salecchio e Antillone



29 maggio - Val Cannobina - Sui sentieri del pino mugo - Finero - Alpe Pluni - Piano delle streghe - Monte Torriggia - Monte Vecchio - Cursolo - Orasso con possibilità di una cena in Orasso;
gita organizzata in collaborazione con la Pro Valle Canno-



bina. E' il tradizionale appuntamento annuale con la Valle Cannobina, la sua gente ospitale e generosa, i suoi innumerevoli paesini, i suoi boschi, il pino mugo, gli alpeggi, i terrazzamenti a secco, le leggende e i misteri del Pian di Strii, e tanto, tanto ancora.

Difficoltà: EE - Dislivello: 900 m in salita e 1050 m in discesa
Tempo di percorrenza: ore 6,30

Ritrovo: 7,30 a Finero - Appuntamento e partenza a Verbania Intra, Piazzale Flaim ore 6,30

Info: S. Dresti 335 1327666; P. Zanni 0323 7719;

F. Ramoni 0323 587335



5 giugno: 42.a edizione Maratona della Valle Intrasca - 10.a edizione Maratonina della Valle Intrasca - 7.a edizione Sgambettata dei ragazzi in gamba
marce non competitive



16-19 giugno: trekking in Liguria
con il CAI di Frascati - programma da definire



26 giugno: Festa della Croce allo Zeda e benedizione della lapide e della nuova croce in memoria di Angioletto Mascetti, il ragazzo morto in Zeda un secolo fa.
In collaborazione con l'ANA Sezione di Intra - Gruppi di Aurano e Falmenta ed altre Associazioni. Programma da definire. Manifestazione inserita nelle escursioni a tema "La religiosità alpina" delle Sezioni Est Monte Rosa.
Info: F. Rossi 333 6189973; F. Ramoni 0323 5873352



3 luglio: Alpinismo Giovanile - Rifugio Zamboni Zappa e Lago delle Locce - Monte Rosa



10 luglio: Giro dei Rifugi del Gran Paradiso nell'alta Valsavarenche (AO).

Da Pravieux (m 1834) al Rifugio Chabod (m 2750), traversata al Rifugio Vittorio Emanuele II (m 2735) e discesa a Pont (m 1960); giro ad anello sotto le pareti e i ghiacciai del Gran Paradiso attraverso splendidi boschi e grandiosi depositi morenici. Prenotazione obbligatoria entro il 10 giugno.

Difficoltà: E - Tempo percorrenza: 6 h 45min - Dislivello: salita m 1255 - discesa m 1095 - Percorso km 16,5.

Partenza da Verbania Possaccio in pullman ore 5.30.

Info: M Totolo 0323 404353 e F. Ramoni 0323 587335



16-17 luglio: Alphubel (m 4206) - Alpinistica nel massiccio dei Mischabel da Saas Fee

Difficoltà: PD - dislivello 1° giorno 500m circa (da 2200 a 2701 del rifugio) 1.30 ore

dislivello 2° giorno 1300m circa (da 2701 a 4206 della vetta) 4.30 ore circa. Indispensabile preparazione e attrezzatura alpinistica d'alta quota. Prenotazione obbligatoria

Info: P. Ferrari 0323 587756 - F. Ramoni 0323 587335



24 luglio: Lago Mognola (CH) - Vallemaggia

l'escursione - di notevole interesse culturale e paesaggistico nell'alta Val Lavizzara, laterale della Valle Maggia - parte da Fusio, si nota tra begli alpeggi e regala anche un incontro con un'antica condotta dell'acqua in pietra

Difficoltà: E - Dislivello m 550 circa

Tempo di Percorrenza: 4 ore escluse le soste

Partenza h. 07.00 da Verbania Intra, P.le Flaim

Info: Gianni 347 2435263 e Lucia 349 5187493 Ferretto.



31 luglio: Ferrata dell'Aletsch dal Lago Gibidun sopra Blatten (CH)

Via ferrata affacciata su un lago artificiale presso il ghiacciaio più grande d'Europa, con gigantesco ponte sospeso e tyrolienne finale

Difficoltà: AD - Dislivello: m 250 - Tempo percorrenza: h. 4,30 - Partenza: h. 6,30 da Verbania Suna, Piazzale Cimitero
Prenotazione obbligatoria

Obbligatoria idonea attrezzatura omologata

Info: G. Ferretto 347 2435263, E. Colombo 333 8263914



7 agosto: Da Macugnaga/Isella a Carcoforo (Val Sesia) per il Passo della Bottiglia

Il percorso per il Colle della Bottiglia è la più semplice e comoda via di comunicazione tra Macugnaga e Carcoforo. E' un itinerario lungo, ma di notevole interesse per la grande varietà di ambienti di alta montagna che si attraversano e per le spettacolari vedute sul Massiccio del Monte Rosa e non solo. Difficoltà: EE - Dislivello: m 1400 ca.

Tempo di Percorrenza: h.8 - Partenza: h 6 da Verbania in bus sino a Macugnaga e ritorno in bus da Carcoforo

Prenotazione obbligatoria del bus entro il 15 luglio

Info: Franco Ramoni 0323 587335

e Marone Lucia 340 3700741



20-21 agosto: trekking del Monte Bianco:

2 giorni lungo il percorso del TMB (Tour du Mont Blanc) alle spalle di Chamonix di fronte al massiccio del Monte Bianco:

1° giorno: andata con il pullman da Verbania a Chamonix e salita da Montroc a La Flégère.



La tappa da Motroc a la Flégère è una delle più celebrate di tutto l'itinerario. Ai piedi delle Aiguilles Rouges si percorre il sentiero "balcone" che a mezza costa attraversa l'omonima Riserva Naturale offrendo straordinarie vedute.

Difficoltà: EE - Dislivello: 800 m in salita e 700 m in discesa;
Tempo di percorrenza: ore 5,00

Pernottamento al rifugio La Flégère

2° giorno: da La Flégère a Les Houches e rientro con il pullman a Verbania

La tappa prosegue per il percorso "sentiero - balcone" che si affaccia sul versante settentrionale del massiccio, regalando viste impagabili, che culmina nei 2525 m di altitudine della vetta del Brént, riconosciuta fin dal 700 come uno dei migliori punti di osservazione del Monte Bianco.

Difficoltà: EE - Dislivello: 750 m in salita e 1600 m in discesa;
Tempo di percorrenza ore 7,00

Prenotazione obbligatoria entro il 22 luglio

Info: Silvano Destri 335 1327666; Franco Rossi 333 6189973



28 agosto: Anello delle Alpi di Cama

in Valle Antrona

escursione in ambiente di alta montagna di selvaggia e suggestiva bellezza, con la possibilità di incontrare, nelle vicinanze dell'Alpe Cama superiore, la famosa "pietra del merler", masso con numerose incisioni rupestri

Difficoltà: EE - Dislivello: 923 m

Tempo di Percorrenza: h: 6

Partenza: h.6,30 da Suna P.le Cimitero

Info: Gianni 347 2435263 e Lucia 349 5187493 Ferretto



Settembre: alpinismo giovanile

Due giorni in rifugio o in tenda in data da definire



4 settembre - Traversata da Bosco Gurin (TI) 1056 m a Fondovalle 1222 m (Formazza) per la Bocchetta Foglia 2419 m (Hendar Furggu) Lago Superiore 2319 m e Alpe Stivello m 1680

Bosco Gurin paese walser, è uno dei villaggi più affascinanti della svizzera ticinese oltre ad essere, con i suoi 1506 metri, quello in posizione più elevata del Canton Ticino. Fondovalle (Formazza) paesino anch'esso walser, adagiato sulla pianura, affacciato sul dirupo "delle Casse", distrutto completamente nel 1863 e ricostruito interamente in muratura. Difficoltà: EE; Dislivello in salita: m 913, in discesa: m 1197; Tempo di percorrenza: h. 8 ca.

Partenza h 6,00 in bus da Verbania a Bosco Gurin e ritorno da Fondovalle (Formazza) in bus.

Prenotazione obbligatoria entro il 5 agosto

Info: Franco Rossi 3336189973; Franco Ramoni 3486629939



10-17 settembre: trekking della Basilicata
In cammino nella terra dei Basilischi, traversata dal Tirreno (Matera) allo Jonio (Matera). Matera - Trecchina; Monte Sirino - Monte del Papa (2005 m); Monte Raparo; Santuario della Madonna Nera di Viggiano; Parco letterario "Carlo Levi"; e Dolomiti Lucane; Sassi di Matera e parco chiese rupestri.

Prenotazione obbligatoria entro 30 aprile

Info: F. Rossi 0323 556282

La Basilicata è una delle più piccole regioni d'Italia. Inserita tra la Calabria a meridione, la Campania ad occidente e la Puglia ad oriente, è sempre stata un crogiuolo di storie, di popoli e di vicende che l'hanno toccata solo marginalmente, così ha potuto mantenere al suo interno una certa genuinità fatta di tradizioni, paesaggi, ambienti, storia e centri abitati



che ne fanno un vero scrigno ricco di "gioielli" che in pochi conoscono. È la regione dei lucani. È la regione dei Basilischi. Ed è la regione fatta di numerose valli parallele fra di loro che circoscrivono montagne di tutto rispetto che meritano di essere camminate.



18 settembre - Isola (SO) - Sentiero storico del Cardinello - Passo dello Spluga - Spluga (CH)

Escursione sulla storica mulattiera del Passo Spluga, attraverso le spettacolari gole del Cardinello, su sentiero sempre comodo e ben protetto e con viste vertiginose sul torrente sottostante. Difficoltà: E - Dislivello: ca.1000 m - lunghezza 17,5 Km. - Tempo di percorrenza: 7 h. ca.

Partenza da Verbania per Isola (So) in bus
Rientro in bus da Spluga (CH)

Prenotazione obbligatoria entro 31 agosto

Info: Franco Rossi 0323 556282;

Vallenari Maurizio 340 6019963



18 settembre Orridi di Urieggio in mountain bike: da Crevoladossola lungo l'antica strada del Gries

Difficoltà: MC/MC , Dislivello: 300 m,

Tempo di percorrenza: 5h - Ciclabilità: 90%- totale: 32 km

Ritrovo: Verbania Suna - P.le Cimitero ore 9.00

Descrizione: in auto fino a Crevoladossola. Si raggiunge gli Orridi di Urieggio passando per Pontemaglio, Crodo e Verampio - Informazioni: M. Bosotti 347 9131261 e Mauro Fattibene 0323 572765



25 settembre: Circuito di Aleccio - Val Antigorio: Crego, Alpe Aleccio, Alpe Bee, Cagiogno, Crego

bell'itinerario tra boschi, alpeggi, cascate, con belle ed am-



pie vedute sulle montagne del Devero e, per 2,5 Km. su una mulattiera incredibile, vera opera di ingegneria

Difficoltà: E, Dislivello: 710 m, Tempo di Percorrenza: h. 4

Partenza: h.7 da Suna P.le Cimitero

Info: Gianni 347 2435263 e Lucia 349 5187493 Ferretto



2 ottobre: Orcesco-Alpe Campra (Val Vigezzo)

piacevole escursione su comoda mulattiera che si snoda tra faggete, fino all'ampia conca prativa dell'Alpe Campra, sovrastata dalle vette del Pizzo Ragno, del Togano, dei Pizzi Nona e Marcio

Difficoltà: E, Dislivello: 570 m - Tempo di Percorrenza: h.3

Partenza: h.8 da Suna P .le Cimitero

Info: Gianni 347 2435263 e Lucia 349 5187493 Ferretto

9 ottobre: Castagnata al Rifugio Pian Cavallone e Festa della Croce AVIS



23 ottobre: Giro dei paesi della Valle Intrasca - Incontro tra le genti - 15.a edizione: Cambiasca, Ramello, Caprezzo, Intragna, Scareno, Aurano, Cambiasca

È la tradizionale camminata autunnale, su mulattiere e vecchi sentieri di collegamento degli innumerevoli paesi posti nella valle alle spalle di Verbania, per conservarne la fruibilità, per incontrare le genti che ancora vi vivono, per un momento di autentica convivialità

Difficoltà E , Dislivello: 800 mt, tempo di percorrenza: h. 7/8

Ritrovo: Cambiasca h.7,30

Informazioni: I. Mora 0323 581149

Marta Bosotti 347 9131261



6 novembre: Cima Sasso (1916 m) da Cicogna (730 m)

classica escursione su una delle cime più belle della Valgrande da cui si gode un panorama unico su laghi e montagne.

Difficoltà: EE; Dislivello: 1186 m; Tempo di percorrenza: h. 4;
Partenza ore 7 da Verbania Trobaso, Piazza Parri
Info: F. Rossi 0323 556282 e F. Ramoni 0323 587335

N.B. - Oltre alle escursioni sopra definite, potrebbero essere successivamente proposte nuove escursioni sociali istituzionali, qui non elencate perchè dipendenti da condizioni meteo e ambientali, relative ad alpinismo, scialpinismo, alpinismo giovanile, ferrate, escursionismo invernale o estivo e ciclo escursionismo delle quali verrà fornita per tempo informazione ai Soci mediante i canali informativi istituzionali

- Gli itinerari e le date delle gite con le ciaspole potrebbero modificarsi in relazione alle condizioni nivo-meteorologiche.

- Per lo sci alpinismo l'itinerario e le date saranno definite di volta in volta in relazione alle condizioni nivo-meteorologiche ed è richiesta la dotazione di ARTVA, pala e sonda; attrezzatura pure consigliata per le gite con le ciaspole. La Sezione dispone di un certo numero di ARVA che metterebbe eventualmente a disposizione.

- Per partecipare alle FERRATE E ALLE GITE ALPINISTICHE è indispensabile idonea attrezzatura a norma; per le gite in BICICLETTA è obbligatorio il casco e il kit d'emergenza.

- La partecipazione alle escursioni è riservata ai Soci del Club Alpino Italiano in regola con il tesseramento. Ciò nonostante i Soci che non hanno rinnovato la tessera sociale entro il 31/03/2016 ed i Non Soci che intendessero partecipare, devono obbligatoriamente recarsi presso la Sede Sezionale entro il mercoledì precedente la data dell'escursione per attivare la Polizza infortuni in attività sociale e la Polizza soccorso alpino in attività sociale per dar corso alle relative coperture assicurative. I Soci minorenni possono partecipare alle escursioni solo se accompagnati da un adulto. Sono requisiti indispensabili: adeguato allenamento, preparazione ed equipaggiamento.

- Le date e gli itinerari di tutte le gite proposte potrebbero modificarsi per cause di forza maggiore. Chiedere sempre informazioni (in sede al mercoledì e venerdì dopo le ore 21.15 tel.: 0323 405494 - oppure consultare il sito www.caiverba.it o le locandine esposte nelle bacheche.)

alberti
LIBRERIA CARTOLERIA

Libreria

con ampia sezione di storia locale
guide escursionistiche
cartine topografiche

Cartoleria

cancelleria, articoli regalo
borse lavoro, giochi



Piccolo escursionista. Mete, manifestazioni
e passeggiate per il tempo libero nel territorio del VCO

Corso Garibaldi, 74 - 28921 Verbania Intra - Tel. 0323.402534
info@albertilibraio.it - www.albertilibraio.it

**Alla scoperta della natura ...
... con il CAI Verbanese-Intra**



Macugnaga - Lago delle Locce



Monte Fallère (m 3065) (Val d'Aosta)

CARROZZERIA MARINONI



CAMBIASCA - VIA BOROTTI, 2 - 0323.559150 - VAIPOLISH@HOTMAIL.IT

AALMATOUR S.R.L.

AUTOSERVIZI - NOLEGGIO
AUTOBUS - AUTOVETTURE

28923 Verbania Possaccio (VB)
Via Alla Cartiera, 52
Tel. 0323.572600 - Fax 0323.552984
info@almatour.it - www.almatour.it
Cod. Fisc./Part. I.V.A. 01215610039

PRA

di PERELLI ROCCO Alberto & Figlio snc

COSTRUZIONI IN FERRO

Via Pollino, 7 - 28818 Premeno (Vb)
Tel./Fax 0323 587062
praperelli@libero.it
C.F. e P.Iva 01470350031

**Alla scoperta della natura ...
... con il CAI Verbano-Intra**





MOUNTAIN AND SKI by EXPERIENCE

Prezzo - Qualità - Esperienza

PREMOSELLO CHIOVENDA

Via Milano, 9 tel. fax 0324 88237

STRESA

Via de Vit, 4 tel. 0323 31591

e-mail: jollysport@jollysport.com

www.jollysport.com

**Alla scoperta della natura ...
... con il CAI Verbano-Intra**



**GE
TER** **O
R**

studio associato

PROGETTAZIONE SICUREZZA CANTIERI
RILIEVI TOPOGRAFICI PRATICHE CATASTALI
VERBANIA CORSO BENEDETTO CAIROLI, 46
TEL/FAX +39 0323 403217 +39 0323 581411



Alle falde del Monte Riga guardando lo Zeda



Centro Software Tre srl

28921 **VERBANIA INTRA** (VB)

Via De Bonis, 71c

tel. 0323 407094 - fax 0323 406488

www.centrosoftwaretre.it

info@centrosoftwaretre.it

SOLUZIONI GLOBALI IN INFORMATICA

Analisi consulenza e sviluppo di software applicativo

Progettazione e installazione di reti

Realizzazione di siti internet

Vendita personal computer

La CST Centro Software Tre S.r.l. offre

a tutti gli associati del CAI sezione Verbano

sconti sui servizi

e offerte periodiche altamente vantaggiose,

contattando direttamente i nostri uffici.



**Alla scoperta della natura ...
... con il CAI Verbano-Intra**



Strà Vegia della Valle Anzasca



Giro dei paesi della Valle Intrasca

**Alla scoperta della natura ...
... con il CAI Verbanese-Intra**



Monte Cuelat (Freikofel) tra Carnia (Friuli) e Carinzia (Austria)



Ferrata Tre Signori (Bellini) da Mornera (CH)



Scuola Intersezionale di Alpinismo e Sci Alpinismo "Moriggia - Combi e Lanza"

delle Sezioni di Baveno, Gravellona Toce, Pallanza,
Omegna, Stresa e Verbano-Intra

CORSO SCI ALPINISMO (SA1) - è destinato a quanti intendono apprendere le tecniche di base per la pratica dello sci alpinismo. E' richiesta una buona capacità sciistica in pista e un buon allenamento fisico. E' articolato su 6 uscite pratiche (dal 31 gennaio al 3 aprile) e 7 lezioni teoriche (aperte a tutti) alle ore 21 nelle diverse sezioni (dal 22 gennaio al 31 marzo) - *età minima per partecipare: 16 anni compiuti - chiusura iscrizioni: 22 gennaio 2016 o al raggiungimento del numero massimo di iscritti (n. 25).*



CORSO DI ALPINISMO (AG1) - destinato a quanti intendono avvicinarsi alle salite alpinistiche su neve, ghiaccio o misto di tipo classico ed è rivolto a persone già in possesso di una minima esperienza alpinistica o abbiano partecipato a un corso base di alpinismo (A1) o di roccia (AR1). E' articolato su 6 uscite pratiche (dal 14 maggio al 25-26 giugno) e 7 teoriche (dal 6 maggio al 23 giugno) - *età minima: 18 anni; chiusura iscrizioni 15 aprile o al raggiungimento del numero massimo di iscritti (n.14)*

AVVICINAMENTO ALL'ARRAMPICATA

Nel mese di settembre verranno organizzate 4 uscite al sabato pomeriggio di avvicinamento all'arrampicata per ragazzi con età compresa tra i 10 ed i 16 anni.



Il programma dettagliato e i moduli di iscrizione sono a disposizione in sede e sul nostro sito web www.caiverbano.it



Maratona della Valle Intrasca

- **Venerdì 3 giugno:** terza festa della montagna al lago e consegna del premio “la pica da legn”
- **Sabato 4 maggio:** 7^a “sgambettata dei ragazzi in gamba”
- **Domenica 5 giugno** 42^a Maratona della Valle Intrasca e 10^a edizione della Maratonina

La Maratona, giunta alla sua 42^o edizione, parte da Intra ed arriva ad Intra con il percorso: Verbania Intra, Cambiasca, Caprezzo, Intragna, Pian Cavallone, Miazzina, Cambiasca, Verbania Intra.

La Maratonina, alle sua 10^a edizione, fa il percorso: Verbania Intra, Trobaso, Cambiasca, Cossogno, Oratorio Monscenù, Cambiasca, Trobaso, Verbania Intra, mentre la “Sgambettata dei ragazzi in gamba”, proposta per la prima volta nel 2010, si snoda per le vie del centro storico di Intra.

Al venerdì serata conclusiva de “**la Pica da Legn**”, concorso dedicato a filmati aventi ad oggetto la montagna, l’alpinismo e lo scialpinismo. In tutti e tre i giorni si mangia, si ascolta buona musica e si festeggia nella terza edizione della festa della montagna... al lago. La Maratonina, alle sua 10^a edizione, fa il percorso: Verbania Intra, Unchio, Cossogno, Monscenu, Cambiasca, Intra, mentre la “Sgambettata dei ragazzi in gamba”, proposta per la prima volta nel 2010, si snoda per le vie del centro storico di Intra.

Appuntamenti con la tradizione

1 maggio: Cossogno
Km verticale

9 ottobre: castagnata
al rifugio Pian Cavallone
e festa della croce Avis
al Todano.

9 Dicembre:
serata degli auguri





“Cura dei nostri sentieri”

Attenzione ai rifiuti.

Non lasciare tracce -visibili o nascoste - del proprio passaggio. Riporre sempre nello zaino ogni rifiuto. Molte sostanze, pur essendo biodegradabili, non si volatilizzano nello spazio di poche ore, ma restano sul posto. Infatti, i tempi medi di degradazione naturale dei rifiuti nel terreno sono:

- Una gomma da masticare (5 anni)
- Una lattina d'alluminio per bibite (10 -100 anni)
- Un contenitore di polistirolo (oltre 1000 anni)
- Schede telefoniche, ricariche e simili (oltre 100 anni)
- Un mozzicone di sigaretta (1-2 anni)
- Il torsolo di una mela (3 mesi)
- Fiammiferi o cerini (6 mesi)
- Giornali e riviste (6 mesi, più di 10 anni)
- Una bottiglia di vetro (circa 400 anni)
- Una bottiglia o un sacchetto di plastica (100-1000 anni)
- Piatti e posate di plastica (100-1000 anni)
- Un pannolino usa e getta (circa 400 anni)
- Indumento di lana o cotone (1 anno)
- Fazzoletti e tovaglioli di carta (3 mesi)
- Un cartone di latte o succo (1 anno)
- Una scatola di cartone (2 mesi)
- Tessuti sintetici (500 anni)
- Una buccia di banana (2 anni)

(fonte: www.legambienteonline.it)

Raccogliere anche i rifiuti abbandonati da altri,
l'ambiente ci guadagna!!





Spigolature... Spigolature... Spigolature...

**Da "In VALGRANDA memoria di una valle"
di Erminio Ferrari - ed. Tararà**

Un giorno a Velina il tempo si preparava a nevicare fine e il silenzio del corte era ancora più vasto. Qualcosa si vedeva dei Corni: qualche filo di rocce attraverso fessure nella nebbia; poi il Corte Buè, dall'altra parte della valle; e la scogliera sopra Velina alta. Niente altro.

Non è il solito silenzio che ci si aspetta di trovare in posti simili: su questa terra il silenzio suona come un destino. Non so quanto buono o malvagio. Destino e basta. Solo il fatto che fossero passati dieci anni dall'ultima volta che ci avevo messo piede, e allora c'era il sole - nella mia testa e in cielo- e c'era anche il Nino Chiovini; queste cose da sole mi hanno fatto sentire nel respiro lontano e antico di questa Valgrande un suono come di parole perse nel tempo, di destini non compresi per un attimo, di disperazione.

Cos'è mai l'emozione che dà ogni passo in questa valle? E' cambiata negli anni, ma ne resta la trama di fili, senza un capo che si veda. Una scoperta lontana: ogni passo su quei sassi pareva trarre un senso di storia dalle parole del Teresio Valsesia- pedagogo dalle lunghe gambe e racconti fluenti. Un atlante vivo di una Valgrande - per la sua ideale distanza - patagonica.

E anche questa può essere una spiegazione. Diceva di una Valgrande ossolana, una vigezzina, una verbanese, una cannobina. La valle dei caprai, quella dei boscaioli e dei carbonatt. La Valgrande del rastrellamento del giugno del Quarantaquattro, delle caschine bruciate, dei morti che vi sono rimasti e dei vivi che vi sono tornati. Salendo dal sentiero del torrente -ricoperto di ghiaccio, non un segno di passaggio - sono passato dalla Velina bassa a vedere se c'era ancora la camelia piantata dopo la guerra dal Paolo Bariatti e dal Giovanni Rigoli. C'era.

Che storia quella camelia. Per il Teresio era quasi un albero della vita, ne parlava e ne ha scritto come di un mito in formazione: la camelia, gratuito sentimento che in questa asprezza potrebbe apparire estraneo. Segno di una vita che pareva tornare.....



Alcune regole di buon senso per andare in montagna

1) prima di intraprendere una gita consulta sempre il bollettino meteo, in montagna il tempo cambia rapidamente, non lasciarti sorprendere dal temporale! Se capita, allontana gli oggetti metallici, non usare l'ombrello, non fermarti in vetta, sulle creste, sotto gli alberi isolati, sotto i tralicci, sulle vie ferrate. Scendi rapidamente a valle. Se trovi riparo in avvallamenti, siediti sullo zaino, in posizione accovacciata e appoggia i piedi a terra uno con l'altro. L'80% delle vittime del fulmine sopravvive, la respirazione bocca a bocca e il massaggio cardiaco possono salvare la vita.

2) Prepara il tuo itinerario sulla carta dei sentieri, valutando attentamente e onestamente la tua preparazione fisica e tecnica e scegliendo il percorso più adatto alle tue possibilità

3) Prepara lo zaino in modo razionale; porta sempre una giacca impermeabile, un berretto, i guanti, un intimo di ricambio, il telefono cellulare, e una scorta d'acqua; evita il superfluo

4) Lascia sempre detto a qualcuno dove vai, lascia una traccia del tuo passaggio sui libri dei rifugi

5) Non scambiare la temerarietà per coraggio, se hai problemi, rinunci alla salita

6) Presta molta attenzione se ti trovi in zone ripide; potrebbero esserci persone o animali che fanno cadere sassi dall'alto. Abbi cura, a tua volta, di non provocare cadute di materiale a valle.

7) Quando ti fermi per una sosta non lasciare mai lo zaino aperto, posato in terra: potrebbero intrufolarsi animali pericolosi attratti dall'odore del cibo

8) Non lasciare alcun tipo di rifiuto: riporta tutto a valle

9) In caso di emergenza mettili in sicurezza e chiama i soccorsi:

ITALIA ☎118 - SVIZZERA ☎144 - FRANCIA ☎112

Segnaletica ottica e/o acustica:

CHIAMATA 1 segnale ogni 10 secondi per 1 minuto

RISPOSTA 1 segnale ogni 20 secondi per 1 minuto

I segnali vanno ripetuti a intervalli di un minuto.



SI
Serve Soccorso



NO
Non Serve
Soccorso

**Alla scoperta della natura ...
... con il CAI Verbano-Intra**





Cappella della Marona in Val Grande

Il sito del CAI sez. Verbano-Intra è attivo dal 2008.
Da allora ha ricevuto n. 939.499 visite, molte anche dall'estero.

Periodo	n. visite totali	media visite / giorno	pagine visitate
19.01 - 31.12.2008	42.456	122	407.143
01.01 - 31.12.2009	76.466	209	714.997
01.01 - 31.12.2010	106.444	292	889.907
01.01 - 31.12.2011	117.147	322	1.181.691
01.01 - 31.12.2012	157.021	429	708.374
01.01 - 31.12.2013	201.384	552	923.966
01.01 - 30.11.2014	260.345	713	8.838.530
01.01 - 30.11.2015	261.118	782	747.526



Rifugio al PIAN CAVALLONE

Tel. 0323 407482 - Cell. 349.2127830
E.mail: cooplacoccinellavb@gmail.com
www.lacoccinellavb.it

È aperto da giugno a metà ottobre, nei fine settimana
e tutti i giorni in agosto

