



IP



# CAO

CLUB  
ALPINO  
OPERAIO  
COMO  
DAL 1885

**PROGRAMMA  
ATTIVITÀ  
SOCIALE  
2016**

- alpinismo 
- escursionismo 
- sci alpinismo 
- ciaspole 
- sci alpino 
- sci nordico 
- campeggio 
- corale 



*Nel gelido vento*  
**ANTONIO SIGNORIELLO**

**39°**  
**CONCORSO**  
**FOTOGRAFICO**

**in copertina**  
primo premio  
**CHIARA BOTTA**  
*In fila indiana*

secondo premio



*Traccia*  
**GIANCARLO CANTALUPPI**  
premio speciale

**39°**  
**CONCORSO**  
**FOTOGRAFICO**

segnalate



terzo premio  
**RENATO CITTADINO**  
*Autunno*



**CHIARA BOTTA**  
*Infinitamente piccolo*  
**FABRIZIO MALINVERNO**  
*Cincia col ciuffo*  
**ANTONIO SIGNORIELLO**  
*Firme d'autore*  
*Contrasto di luce*



# CALENDARIO CRONOLOGICO

me	giorno	attività	località quota	pagina
<b>DICEMBRE '15/GENNAIO '16</b>		<b>sci alpino/sci nordico</b>	<b>settimana Bianca in val di Fiemme (TN)</b>	28
<b>GENNAIO '16</b>	<b>10-17-24-31</b>	<b>sci alpino</b>	<b>scuola di sci per bambini e ragazzi a Splugen (CH)</b>	44
	<b>17</b>	<b>ciaspole/sci nordico</b>	<b>Hinterrhein m 2082 Splugen m 1457 (CH)</b>	14
	<b>24</b>	<b>ciaspole</b>	<b>Cufercalhütte m 2385 (CH)</b>	18
	<b>31</b>	<b>scialpinismo</b>	<b>Monte Bardan m 2812</b>	22
	<b>31</b>	<b>sci alpino</b>	<b>Madesimo m 1550</b>	29-44
<b>FEBBRAIO</b>	<b>7</b>	<b>ciaspole</b>	<b>Monte Resegone m 1875</b>	18
	<b>13/20</b>	<b>sci alpino/sci nordico/escursionismo</b>	<b>settimana bianca a Brunico</b>	29
	<b>14</b>	<b>scialpinismo</b>	<b>Crou de Bleintse m 2824</b>	22
	<b>14</b>	<b>sci alpino</b>	<b>Laax m 1100 (CH)</b>	29-44
	<b>20</b>	<b>ciaspole</b>	<b>Ciaspolata notturna</b>	19
	<b>28</b>	<b>ciaspole/sci nordico/escursionismo</b>	<b>Pontresina - Val Roseg m 2000</b>	14
	<b>28</b>	<b>sci alpino</b>	<b>Gressoney m 1385</b>	29-44
<b>MARZO</b>	<b>5/6</b>	<b>ciaspole</b>	<b>Rifugio Willy Jervis - Val Pellice m 1732</b>	19
	<b>6</b>	<b>scialpinismo</b>	<b>Piz Belvoir m 2822 (CH)</b>	23
	<b>13</b>	<b>sci alpino</b>	<b>Bormio m 1225</b>	29-44
<b>APRILE</b>	<b>10</b>	<b>escursionismo</b>	<b>Camogli - San Fruttuoso - S. Margherita</b>	32
	<b>10</b>	<b>scialpinismo</b>	<b>Corno Gries m 2969</b>	23
	<b>17</b>	<b>escursionismo/ragazzi</b>	<b>Greenway del lago di Como</b>	45
	<b>30</b>	<b>escursionismo</b>	<b>camminata notturna</b>	32
<b>MAGGIO</b>	<b>8</b>	<b>escursionismo</b>	<b>Sentiero del Viandante da Abbazia Lariana a Lierna</b>	33
	<b>29</b>	<b>escursionismo/ragazzi</b>	<b>Rifugio Menaggio - via normale Monte Grona m 1736</b>	33-45
	<b>29</b>	<b>alpinismo</b>	<b>Rifugio Menaggio - ferrata CAO Monte Grona m 1736</b>	40
<b>GIUGNO</b>	<b>12</b>	<b>escursionismo</b>	<b>Monte Alben m 2019</b>	34
	<b>19</b>	<b>escursionismo/ragazzi</b>	<b>Ponte tibetano di Curzùtt in Valle Sementina (CH)</b>	46
	<b>19</b>	<b>alpinismo</b>	<b>Pizzo Rabbi m 2470 Bivacco Petazzi al Ledù m 2247</b>	40
	<b>26</b>	<b>escursionismo/CAO CAI</b>	<b>Monte Gridone (CH)</b>	34
<b>LUGLIO</b>	<b>1/4</b>	<b>escursionismo/trekking</b>	<b>Parco naturale Adamello-Brenta</b>	35
	<b>3</b>	<b>alpinismo</b>	<b>Punta Terrarossa Wasenhorn m 3246</b>	41
	<b>16/17</b>	<b>escursionismo</b>	<b>Rifugio Marinelli - Bombardieri m 2813</b>	35
<b>AGOSTO</b>	<b>1/26</b>	<b>campeggio</b>	<b>43° Campeggio Val di Peio m 1250</b>	49
<b>SETTEMBRE</b>	<b>2/5</b>	<b>escursionismo/trekking</b>	<b>Lunigiana e Parco regionale delle Alpi Apuane</b>	36
	<b>11</b>	<b>alpinismo</b>	<b>Monte Baldo m 2155</b>	41
	<b>18</b>	<b>escursionismo</b>	<b>Gottardo m 2108 Piz Giubin m 2776 Andermatt m 1447 (CH)</b>	36
	<b>25</b>	<b>alpinismo</b>	<b>Traversata alta delle Grigne</b>	42
<b>OCTOBRE</b>		<b>varie</b>	<b>corso di ginnastica presciistica</b>	51
	<b>2</b>	<b>escursionismo</b>	<b>Capanna Quamei m 2107 (CH)</b>	37
	<b>8/9</b>	<b>escursionismo</b>	<b>gita di chiusura/rifugio La Canua m 1520</b>	37
	<b>16</b>	<b>varie</b>	<b>Gara di bocce e Castagnata</b>	51
<b>NOVEMBRE</b>	<b>6</b>	<b>varie</b>	<b>45° Festa Amici della Montagna</b>	51
	<b>17</b>	<b>varie</b>	<b>40° Concorso Fotografico termine presentazione opere</b>	51
<b>DICEMBRE</b>	<b>11</b>	<b>varie</b>	<b>Festa di Natale</b>	51



## PRESENTAZIONE

Cari Soci ed amici,  
con questo Programma diamo inizio al 131° anno di vita del nostro Sodalizio. Anche in questa occasione il Consiglio Direttivo ha approvato quanto i diversi gruppi sezionali, con grande impegno, hanno predisposto per garantire la continuità dell'attività e soprattutto la partecipazione dei Soci. In questo semplice opuscolo sono esposte, pagina per pagina, tutte le attività che andremo ad organizzare nel 2016. L'introduzione è riservata alla nostra Corale che proprio di recente si è esibita nella rassegna celebrativa del 130° mostrando al folto pubblico presente il buon livello raggiunto dopo anni di duro lavoro. Come negli anni precedenti "la montagna" nel suo concetto più ampio sarà frequentata dai Soci durante la stagione invernale con le ciaspole e gli sci (sci nordico, sci alpinismo, sci alpino) e durante la stagione estiva ovviamente a piedi (alpinismo, escursionismo, trekking). Anche quest'anno una particolare attenzione sarà riservata ai bambini e ai ragazzi per i quali sono previste specifiche uscite sia escursionistiche che di sci alpino.

Due le novità di questo programma: le uscite notturne, già realizzate in passato senza che fossero inserite nel programma ufficiale e le gite di sci alpino, in origine riservate ai bambini e alle loro famiglie, e ora aperte a tutti i Soci appassionati di questa specialità. Con il Campeggio andremo a Peio, all'interno del Parco nazionale dello Stelvio, dove potremo di nuovo salire verso le stupende montagne di questo bellissimo territorio. Tutte le attività collaterali sono state confermate e incrementate. Così avremo sempre le nostre serate in sede con diversi ospiti, la ginnastica presciistica, la gara di bocce con la castagnata, il concorso fotografico, che sempre con grande impegno cerchiamo di mantenere in vita e che quest'anno raggiungerà la 40ª edizione. A tutti coloro che hanno contribuito alla elaborazione del programma e che poi ne seguiranno la sua realizzazione va il sincero ringraziamento di tutti i Soci del CAO, che potranno apprezzare la solerzia con cui è stato fatto questo lavoro e ai quali chiediamo di partecipare con il solito entusiasmo e soprattutto di collaborare e contribuire alla vita dell'Associazione con nuove idee.

Il Presidente *Erio Molteni*

# CORALE



2

2008-2016, da otto anni camminiamo assieme su questa montagna di musica di cui non si vede mai la cima!

Abbiamo voluto redarre un bilancio della nostra attività di questi anni e ne è risultato che sono state organizzate tante iniziative interessanti, messi in repertorio o solamente studiati tanti brani, provate nuove esperienze, accolto tanti nuovi coristi, salutato anche tanti coristi che purtroppo per vari motivi ci hanno lasciati.



Come tutti i bilanci anche il nostro è una serie di cifre ma dietro i numeri ci sono le emozioni vissute e quelle che abbiamo suscitato nei nostri ascoltatori, i momenti di allegria, gli entusiasmi e gli scoraggiamenti, l'ansia prima di un'esibizione, la gioia dopo l'esibizione o il rammarico se tutto non è andato per il meglio, le docce con acqua gelata o il bagno con acqua tiepida e poca schiuma dei commenti del nostro Maestro.

Ma siamo ancora qui a cantare: siamo in 26 di cui 18 sono quelli che hanno aderito sin dall'inizio a questa bellissima attività e continuano a farlo, accogliendo e sostenendo i nuovi arrivati che portano sempre una ventata di novità nel coro. Il bilancio non dice che siamo anche cresciuti

qualitativamente, il canto ha bisogno di esercizio per migliorare, il canto in coro ancora di più perché non basta migliorare singolarmente ma bisogna ricercare l'armonia di tutto il gruppo. Tanti elementi concorrono nell'emissione della voce per cui nessuno ha un timbro vocale uguale ad un altro, la nostra voce è uno strumento unico che ha solo bisogno di un po' di accordatura e le nostre orecchie devono solo essere educate a sentire le diversità dei suoni per permetterci di evitare stonature. In pratica è solo questione di esercizio ed è un vero peccato non approfittare di questa opportunità che la nostra associazione ci mette a disposizione.

Come sempre noi ci troviamo il mercoledì sera e come sempre la porta è aperta!

## LEGGERE BENE

**RIDUZIONI** ai giovani di età inferiore agli anni 14 verrà applicata una quota ridotta del 50% per il pullman.

**PER LE GITE** che verranno effettuate con le auto private, è prevista per i soci una quota di € 2,00 a persona.

### **IN CASO DI RINUNCIA**

La rinuncia alla gita, se comunicata entro dieci giorni dalla data della stessa (giovedì della settimana precedente), comporta la restituzione della caparra eventualmente già versata.

### **IN CASO DI ANNULLAMENTO**

della gita, le quote o caparre di iscrizione saranno rimborsate la settimana successiva alla gita, presso la Sede.

### **PREPARAZIONE ED EQUIPAGGIAMENTO**

Per tutte le gite in programma si raccomanda un adeguato allenamento in relazione ai tempi di percorrenza, ai dislivelli ed alle difficoltà indicate.

È importante un'autovalutazione delle proprie capacità in relazione alle difficoltà specifiche dell'itinerario.

Si raccomanda inoltre un adeguato equipaggiamento, in buono stato e conforme alle norme, idoneo all'ambiente alpino in cui si svolgono la maggior parte delle gite.

In particolare, è da prestare attenzione a:

### **Escursionismo**

calzature e vestiario.

### **Alpinismo**

calzature, vestiario, imbracatura, cordini e moschettoni, piccozza e ramponi, casco e kit omologato U.I.A.A per le ferrate, cibo e bevande adeguati alla quota; eventuale sacco-lenzuolo per il pernottamento in rifugio.

### **Sci alpinismo**

Artva, pala, sonda, vestiario, cibo e bevande adeguati alla quota, sci ed attacchi, lame (o "rampanti") degli attacchi, pelli (stato usura, colla); eventuali imbracatura, cordini e moschettoni, piccozza e ramponi, sacco-lenzuolo per il pernottamento in rifugio.

4

**Le iscrizioni alle singole gite, RISERVATE AI SOCI, si ricevono esclusivamente in sede, fino ad esaurimento dei posti disponibili a partire dal mese precedente la gita stessa.**

**Per le gite che prevedono il viaggio in pullman e/o il pernottamento in rifugi o alberghi, la validità dell'iscrizione è confermata dal contestuale versamento della caparra prevista.**

**Qualora non si raggiungesse il numero di iscritti necessario per garantire l'uso del pullman, la gita si svolgerà, dove possibile, con le auto private.**

**CAO CLUB ALPINO OPERAIO**  
Associazione Sportiva Dilettantistica  
P.IVA - C.F. 00453090136

**PER INFORMAZIONI**  
più dettagliate rivolgersi in sede  
CAO viale Innocenzo XI,70  
22100 Como  
martedì e giovedì  
dalle ore 21  
telefono 031/263121  
e-mail:posta@caocomo.it

Le informazioni  
sulle attività sociali  
sono disponibili sul sito  
[www.caocomo.it](http://www.caocomo.it)

## NOTA BENE

### LUOGO DI RITROVO

È fissato generalmente a Como, lungo il viale Inno-  
cenzo XI (tangenziale) all'altezza area ex-Ticosa, di  
fronte all'ENEL.

Eventuali altri ritrovi sono specificati nelle descrizioni  
delle singole gite.

Si raccomanda la presenza nel luogo di ritrovo alme-  
no 15 minuti prima dell'ora fissata, per agevolare la  
salita in pullman o la distribuzione nelle auto private.

### DURANTE LA GITA

I partecipanti si impegnano ad accettare le disposi-  
zioni che saranno di volta in volta indicate dai Capi  
Gita ed ad adeguarsi a tutte le esigenze che una gita  
collettiva comporta. In particolare i Capi Gita si riser-  
vano la facoltà di modificare l'itinerario prefissato e  
di interrompere in qualsiasi momento la gita in svolgi-  
mento, qualora subentrino situazioni per cui vengano  
a mancare le necessarie condizioni di sicurezza  
(meteo, pericolo valanghe, scarso/ingente inneva-  
mento ed ogni altro fattore che, a loro giudizio, possa  
compromettere il regolare svolgimento della gita).

Nei casi opportuni, i Capi Gita si riservano di non  
accettare iscrizioni da parte di soci non sufficien-  
tamente preparati, tecnicamente e fisicamente, ad  
affrontare l'impegno richiesto.

### DOCUMENTI

Si raccomanda di portare con sé i propri documenti  
d'identità, obbligatori per le gite svolte all'estero, per  
sé e per eventuali minori al seguito. Si raccomanda  
inoltre di portare sempre la tessera convalidata del  
CAI per poter usufruire delle coperture assicurative e  
delle tariffe agevolate per i pernottamenti nei rifugi,  
sia italiani che esteri. Per le attività sciistiche si consi-  
glia la sottoscrizione della tessera F.I.S.I.

### RESPONSABILITÀ

Il CAO declina ogni responsabilità per danni a persone  
o cose durante lo svolgimento delle gite.

L'iscrizione alle gite comporta l'accettazione, da  
parte dei partecipanti, dei rischi derivanti dall'es-  
istenza di pericoli oggettivi, propri dell'ambiente  
alpino in cui le gite stesse si svolgono.

Gli accompagnatori ed i capi gita non sono professio-  
nisti, pertanto svolgono il proprio compito in regime  
di volontariato non retribuito. Inoltre non hanno titolo  
di legge per l'insegnamento delle attività alpine, riser-  
vato a Guide Alpine e Istruttori Nazionali e Regionali  
del CAI.

**Per tutte le gite in programma,  
sempre previste in ambiente alpino,  
si raccomanda un adeguato allenamento  
(vedi i tempi di percorrenza e i dislivelli indicati)  
e idoneo equipaggiamento (anche questo  
evidenziato) relativamente al tipo di attività  
e al periodo in cui vengono effettuate.**

**Nei casi dubbi consultarsi con i Capi gita.**

**Qualora mancassero le necessarie condizioni  
di sicurezza ed intervenisse qualsiasi  
altro fattore che impedisca il suo regolare  
svolgimento, la gita sarà annullata  
o sostituita con un'alternativa  
altrettanto valida e sicura.**

# Corti Sport

Viale Lecco, 103 - 22100 Como - Tel. 031.302.392

*Da tre generazioni  
al servizio  
degli sportivi*

Abbigliamento ed attrezzature per

**- Sci -**

**- Fondo -**

**- Trekking -**

**- Outdoor -**

# SCALA DELLE DIFFICOLTA IN MONTAGNA

## DIFFICOLTÀ ESCURSIONISTICHE

Per differenziare l'impegno richiesto dagli itinerari di tipo escursionistico, si utilizzano le quattro sigle della scala CAI. Questa indicazione è utile anche per definire chiaramente il limite tra escursionismo ed alpinismo.

### T = Turistico

Itinerari su stradine, mulattiere o larghi sentieri. Richiedono una discreta conoscenza dell'ambiente montano ed una preparazione fisica alla camminata.

### E = Escursionistico

Itinerari che si svolgono su evidenti tracce di passaggio in terreno vario (pascoli, detriti, pietraie). Possono svolgersi su pendii ripidi, sempre con segnalazioni adeguate ed avere singoli passaggi o tratti brevi su roccia, non esposti, né impegnativi, grazie alla presenza di attrezzature (scalette, pioli, cavi). Richiedono senso dell'orientamento, esperienza e conoscenza dell'ambiente alpino, allenamento alla camminata, oltre a calzature ed abbigliamento adeguati.

### EE = Escursionisti Esperti

Itinerari che implicano una capacità di muoversi su terreni impervi, pendii ripidi o scivolosi, misti di rocce ed erba, pietraie, brevi nevai, tratti rocciosi con lievi difficoltà tecniche.

**Necessitano:** esperienza di montagna in generale, passo sicuro ed assenza di vertigini; equipaggiamento, attrezzatura e preparazione fisica adeguata.

### EEA = per Escursionisti Esperti con Attrezzature

Percorsi attrezzati o vie ferrate che richiedono l'uso dei dispositivi di autoassicurazione.

## DIFFICOLTÀ ALPINISTICHE

### Valutazione d'insieme

È una valutazione complessiva, sia del livello tecnico che dell'impegno globale, anche psichico, richiesto da un'ascensione. Influiscono l'asprezza del terreno, l'isolamento, la qualità della roccia, la difficoltà di una ritirata, della posa di punti di assicurazione ecc. Viene espressa mediante le sette sigle seguenti ed è completata dall'indicazione dei passaggi di massima difficoltà.

<b>F</b>	Facile
<b>PD</b>	Poco Difficile
<b>AD</b>	Abbastanza Difficile
<b>D</b>	Difficile
<b>TD</b>	Molto Difficile
<b>ED</b>	Estremamente Difficile
<b>EX</b>	Eccezionalmente Difficile

Aggiungendo ad ognuna di queste sigle il segno più (+) o meno (-), si ottengono i gradi intermedi.

## DIFFICOLTÀ SCIALPINISTICHE

Per le ascensioni scialpinistiche vengono usate le sigle della scala Blachère, che valuta nel suo insieme l'itinerario con riferimento alla capacità tecnica dello sciatore.

### MS

#### itinerario per Sciatore Medio

(che padroneggia pendii aperti di pendenza moderata)

### BS

#### itinerario per Buon Sciatore

(che è in grado di curvare e di arrestarsi in breve spazio e nel punto voluto, su pendii inclinati fino a 30°).

### OS

#### itinerario per Ottimo Sciatore

(che ha un'ottima padronanza dello sci anche su terreno molto ripido, con tratti esposti e passaggi obbligati).

L'aggiunta della lettera A indica che l'itinerario presenta anche caratteri alpinistici (percorso di ghiacciai, di creste, di tratti rocciosi, a quote elevate, ecc.)



**SPECIALISTI  
PER OCCHIALI  
D'ALTA QUOTA**

via Milano 37 Como  
via V. Emanuele 17 Olgiate C.sco  
[www.terruzziottica.it](http://www.terruzziottica.it)

**terruzzi**

**O T T I C A**

**Ottici in Como dal 1954**

# RESPONSABILI ATTIVITÀ



## GRUPPO ALPINISTICO Alpinismo e Sci-alpinismo

Angelo BALESTRINI  
Marcello BASSI  
Luca BIANCHI  
Carlo CORTI  
Matteo FRIGERIO  
Giorgio GALVANI  
Alberto LUPIS  
Ezio RIGHETTI  
Antonio SIGNORIELLO  
Pietro SIMONELLI  
Gianni VALESÌ



## ESCURSIONISMO CIASPOLE

Fiorenzo BOTTA  
Carla BRAMBILLA  
Diego CAPPELLETTI  
Alessio MAZZOCCHI  
Ornello POZZI  
Sergio RONCHETTI  
Valerio RONCORONI  
Adriano TAGLIABUE  
Franco VILLA



## SCI ALPINO discesa

Massimo MICCIO  
Erio MOLTENI



## CAMPEGGIO

Giuseppe MERONI  
Sergio RONCHETTI  
Gigi PRUNOTTO



## SCI NORDICO fondo

Francesco BIANCHI FETUCCIA  
Ornello POZZI



## CORALE

Rita ROMANÒ



**GENERALI**  
Assicurazioni Generali S.p.A.

**AGENZIA PRINCIPALE COMO OVEST**

Via Varesina, 151  
22100 Como  
telefono 031.525730  
031.525747 (R.A.)  
telefax 031.525740  
[comoovest@agenzia.generalitaly](mailto:comoovest@agenzia.generalitaly)

# I SOCI SI INCONTRANO

venerdì 15	<b>GENNAIO</b>	<b>ore 20,45</b>	<b>Serata di presentazione delle attività CAO 2016</b> presso l'auditorium del Collegio Gallio <i>ospite: Luca Schiera</i>
venerdì 22			<b>Serata aggiornamento teorico "prevenzione e autosoccorso"</b> <b>in ambiente montano innevato</b>
martedì 2	<b>FEBBRAIO</b>		<b>NEPAL - Dalle città imperiali del Regno Malla,</b> <b>ai sogni himalayani</b> <i>relatore: Antonio Signoriello</i>
martedì 1	<b>MARZO</b>		<b>COLORI E PROFUMI DELL'INDIA</b> <i>relatrice: Carla Brambilla</i>
martedì 15			<b>LA FLORA DEL LARIO</b> <i>relatori: Gabriele Piazza e Giorgio Gianatti</i>
martedì 5	<b>APRILE</b>		<b>IL BRAMITO DEL CERVO NELLE VALLI LARIANE</b> <i>relatore: Alessandro Omassi e Pino Marelli</i>
martedì 3	<b>MAGGIO</b>		<b>RIVEDIAMOCI L'INVERNO</b> <i>a cura del Gruppo Escursionistico ed Alpinistico</i>
martedì 7	<b>GIUGNO</b>		<b>ALFONSO VINCI: LO SPIGOLO VINCI</b> <i>relatore: Alberto Berini</i>
martedì 5	<b>LUGLIO</b>		<b>I soci si raccontano</b> <b>TRA CIELO E MARE</b> <i>relatore: Angelo Gatti</i> <b>TOUR DEL MONVISO E PARCO NATURALE FRANCESE</b> <b>DEL QUEYRAS</b> <i>relatrice: Paola Spadina</i>
sabato 24	<b>SETTEMBRE</b>	<b>ore 19,30</b>	<b>FESTA DEL CAMPEGGIO</b>
martedì 22	<b>NOVEMBRE</b>		<b>RIVEDIAMOCI L'ESTATE</b> <i>a cura del Gruppo Escursionistico ed Alpinistico</i>

11

**Il CAO si riserva di modificare le date dei singoli incontri a seconda delle esigenze, è quindi utile informarsi per tempo presso la sede o sul sito [www.caocomo.it](http://www.caocomo.it). L'INGRESSO È LIBERO e le serate si terranno presso la sede alle ORE 21, salvo diverse indicazioni.**

# Gruppo Serratore



**ERBA (CO)** - Via Milano - tel. **031/647111**



**GRANDATE (CO)** - Via Monviso, 1 - tel. **031/5686811**



**LECCO** - Corso E. Filiberto, 10 - tel. **0341/224411**



**ALBAVILLA (CO)** - Via Bolettone, 23  
tel. **031/627232**



**CANTÙ (CO)** - Via G. Fossano, 42  
tel. **031/7075811**



**ERBA (CO)** - Viale Prealpi, 4  
tel. **031/647311**



**PESCATO (LC)** - Via Roma, 23  
tel. **0341/297911**

# CIASPOLE SCI NORDICO



17 GENNAIO

## HINTERRHEIN M 1457 E SPLÜGEN (CH) M 2082

Nella splendida zona di Splügen con un itinerario che porterà i ciaspolatori dal paese di Hinterrhein m 1620 alla piana di Chilchalp m 2082 da dove, se il meteo lo consentirà, il panorama potrà appagare i palati più esigenti.

I fondisti proseguiranno fino a Splügen dove inizieranno le loro piacevoli fatiche sulla neve. Per i meno allenati Splügen offre itinerari segnalati per facili passeggiate.

**NB** Indispensabili i documenti validi per l'espatrio, consigliati Franchi svizzeri

14

**ritrovo**

Como/ore 7,15/pullman/  
per Hinterrhein (CH)/m 1620 e Splügen (CH)/m 1457

**difficoltà**

facile salita su neve

**dislivello**

m 477

**equipaggiamento**

da escursionismo invernale/per ogni tipo di clima/  
bastoncini, ghette e ciaspole/  
set autosoccorso consigliato (ARTVA, pala, sonda)/  
da sci nordico

**colazione**

al sacco

**capi gita**

Carla Brambilla/Francesco Bianchi Fetuccia

28 FEBBRAIO

## PONTRESINA VAL ROSEG (CH) M 2000

Questa bella e conosciuta valle dell'alta Engadina offre tutte le possibilità. Fondisti, ciaspolatori ed escursionisti a piedi o in carrozza, troveranno l'ambiente ideale per una piacevole giornata sulla neve. Le escursioni sono molteplici ed adatte a tutti in una cornice dominata dal ghiacciaio di Roseg e dalla vedretta della Tschierwa.

Una dolce camminata lungo la pista battuta fino all'hotel Roseg, consente di immergersi in un paesaggio fiabesco senza eccessivo dislivello.

**NB** Indispensabili i documenti validi per l'espatrio, consigliati Franchi svizzeri

**ritrovo**

Como/ore 5,45/pullman/  
per Pontresina (CH)/m 1777

**salita**

itinerario per ciaspole/val Roseg/ore 2-2,30

**difficoltà**

facile camminata su neve

**dislivello**

m 250

**equipaggiamento**

da escursionismo invernale/per ogni tipo di clima/  
bastoncini, ghette e ciaspole/ set autosoccorso  
consigliato (ARTVA, pala, sonda)/da sci nordico

**colazione**

al sacco/in rifugio

**capi gita**

Francesco Bianchi Fetuccia/Franco Villa



Mercedes-Benz

**GRUPPO  
SCA**

Concessionaria ufficiale di vendita e assistenza  
Mercedes-Benz

**[www.grupposca.com](http://www.grupposca.com)**

---

COMO - Via Cecilio, 4 - Tel. 031 587011

COMO - Via P. Paoli, 53 - Tel. 031 587011

MARIANO COMENSE - Via Prov. per Arosio, 2 - Tel. 031 757611

VALMADRERA (LC) - Via XXV Aprile, 49 - Tel. 0341 207211

MERATE (LC) - Via Bergamo, 78 - Tel. 039 9514633

CASSANO MAGNAGO via Bonicalza, 172 - Tel. 0331.283911

CANTU'/LOC. CASCINA AMATA - Via Monte Baldo, 42 - Tel. 031 7370611

BUSTO ARSIZIO (VA) - Via per Cassano, 155 - Tel. 0331 372211

# ALBERGO \*\*\* PANORAMA



Via Templari 51- 38030  
Panchià - Trentino -  
Dolomiti - Val di Fiemme - m. 981 s.l.m.  
tel. 0462 813137 Fax 0462 810136  
[www.albergopanorama.it](http://www.albergopanorama.it)  
[info@albergopanorama.it](mailto:info@albergopanorama.it)

PRODUZIONE: Smalti oleosintetici -  
Antiruggini - Pitture opache e smalti  
satinati - Vernici trasparenti -  
Impregnanti per legno - Idropitture  
traspiranti e idrorepellenti - Tempere

Stucchi per rasare  
Rivestimenti plastici murali  
Fissativi e trasparenti per plastici



Attrezzi  
per l'applicazione

 **BRAVIN**

COLORIFICIO BRAVIN snc  
via P.Paoli 116 - Como - 031.520620

# CIASPOLE



## 24 GENNAIO

# CUFERCALHÜTTE (CH)

M 2385

Camminare con le ciaspole nel meraviglioso mondo della natura d'inverno ovattato dalla neve. La Cufercalhütte è una capanna del CAS posta sotto il Piz Calandari raggiungibile da Sufers lungo un'invitante stradina forestale in un bosco di abeti, per poi continuare su pendii, in leggera salita, sempre più ampi fino al bellissimo ed ampio alpeggio, dove si trova la Cufercalhütte, con una vista superba sulla cresta di confine del Passo dello Spluga e il Pizzo Tambò. La discesa si effettuerà sullo stesso itinerario di salita.

**NB** Indispensabili i documenti validi per l'espatrio, consigliati Franchi svizzeri

	<b>ritrovo</b>
<b>piscine di Muggiò</b> /ore 6,45/auto proprie/ per Sufers (CH)/m 1426	
Cufercalhütte/m 2385/ore 3,30	<b>salita</b>
camminata su neve	<b>difficoltà</b>
m 959	<b>dislivello</b>
	<b>equipaggiamento</b>
da escursionismo invernale/per ogni tipo di clima/ bastoncini, ghette e ciaspole/ set autosoccorso consigliato (ARTVA, pala, sonda)	
al sacco	<b>colazione</b>
Valerio Roncoroni/Fiorenzo Botta	<b>capi gita</b>

## 7 FEBBRAIO

# MONTE RESEGONE

M 1875

Celebrata montagna ben visibile ed inconfondibile per la sua cresta a filo di sega, il Resegone costituisce la sentinella sud-occidentale della catena orobica, a cavallo delle province di Lecco e Bergamo. Escursione priva di difficoltà, in uno scenario di panorami mutevoli tra fitti boschi ed ampi pascoli. Da Morterone una traccia sale il corto crinale. In prossimità di una strozzatura, questa si inoltra più agevolmente tra fitti boschi e raggiunge una piccola sella dove è possibile sostare. Piegando a sinistra si attraversa la costa boschiva sottostante l'ampio anfiteatro contornato da rocce; un ultimo e più impegnativo tratto porta al rifugio Azzoni m 1860 ed alla croce di vetta m 1875.

	<b>ritrovo</b>
<b>piscine di Muggiò</b> /ore 7,45/auto proprie/ per Morterone (LC)/m 1070	
Monte Resegone/m 1875/ore 3	<b>salita</b>
salita su neve	<b>difficoltà</b>
m 805	<b>dislivello</b>
	<b>equipaggiamento</b>
da escursionismo invernale/per ogni tipo di clima/ bastoncini, ghette e ciaspole/set autosoccorso consigliato (ARTVA, pala, sonda)	
al sacco/in rifugio	<b>colazione</b>
Carla Brambilla/Valerio Roncoroni	<b>capi gita</b>

## 20 FEBBRAIO CIASPOLATA NOTTURNA

in località da definire secondo condizioni meteo-ambientali. Se non hai mai provato l'emozione delle ciaspole in un'escursione notturna, al chiaro di luna, vieni con noi: il percorso, non sarà impegnativo!

Basta un minimo di preparazione a sopportare la camminata ed una piccola dose di adattamento alle temperature invernali per scoprire le bellezze naturali del posto e godersi appieno l'esperienza.

## 5/6 MARZO RIFUGIO WILLY JERVIS IN VAL PELLICE M 1732

Il rifugio Willy Jervis, di proprietà del Cai-Uget Val Pellice è situato all'estremità inferiore della suggestiva Conca di Prà ad una quota di m 1732 al fondo della Val Pellice in provincia di Torino, compresa tra le valli Chisone/Germanasca e la Valle Po. È rinomato per la sua ospitalità, l'ottima cucina, la piacevole atmosfera familiare. Le caratteristiche ambientali della conca, che ricordano le vaste distese innevate canadesi, offrono una splendida occasione di camminare sulla neve con le ciaspole.

**piscine di Muggiò**/auto proprie **ritrovo**  
**difficoltà**  
salita su neve **equipaggiamento**  
da escursionismo invernale/per ogni tipo di clima/  
pila frontale, bastoncini, ghette e ciaspole/  
set autosoccorso consigliato (ARTVA, pala, sonda)  
Adriano Tagliabue/Franco Villa **capi gita**  
**per informazioni**  
dettagliate rivolgersi in sede negli orari di apertura

**piscine di Muggiò**/ore 8,15/auto proprie/  
per Villanova (TO)/m 1220 **ritrovo**  
rifugio Willy Jervis/m 1732/ore 2 **salita**  
facili e medie escursioni su neve **difficoltà**  
1° giorno/m 520\_2° giorno/in base all'itinerario scelto **dislivello**  
da escursionismo invernale/per ogni tipo di clima/  
bastoncini, ghette e ciaspole/set autosoccorso  
consigliato (ARTVA, pala, sonda) **equipaggiamento**  
al sacco/in rifugio **colazione**  
Adriano Tagliabue/Franco Villa **capi gita**  
23 febbraio 2016 **termine iscrizione**



**TEOREMA**  
**ITALIA**

Forniture ingrosso  
tessuti per tendaggi  
tendaggi  
zanzariere  
binari per tende  
veneziane  
rulli

**TEOREMA ITALIA**

22100 Como - Albate  
via Mascherpa, 9 - tel. 031/525707

**ARROTINO  
COLTELLERIA**

**Riccadonna**

Coltellerie professionali  
e sportive  
delle migliori marche



Via Borgovico 69  
22100 Como  
Tel. 333/8053192

# SCI ALPINISMO



## 31 GENNAIO

# MONTE BARDAN

M 2812

Starleggia è una frazione di Campodolcino nota località turistica della valle Spluga. La nostra gita parte da Starleggia o da Splugetta a seconda dell'innevamento della strada. La prima parte si svolge su un sentiero che permetterà di raggiungere l'alpeggio di San Sisto m 1769. Poi per ampi pendii arriveremo al Pian dei Cavalli m 2200. Questa zona era popolata già 5000 anni fa da cacciatori, ora d'estate si allevano i magnifici cavalli Haflinger utilizzati una volta per i lavori agricoli. Da qui raggiungeremo il lago Bianco per poi seguire un'ampia dorsale verso la cima, dove la vista spazierà dal pizzo Stella al pizzo Emet al pizzo Quadro.

## 14 FEBBRAIO

# CROU DE BLEINTSE

M 2824

La salita alla cima è un percorso invernale, facile e vario, molto meno affollato del vicino col Champillon, ma altrettanto panoramico con vista sul Monte Bianco e il vicino Grand Combin. Alla partenza si segue una strada interpoderale che ci permette di superare facilmente un tratto boscoso. Appena usciti da quest'ultimo, prima un ampio dosso, poi un dolce valloncetto ci permettono di raggiungere il pendio-canale finale. Un ultimo sforzo e in breve tempo sci ai piedi si raggiungerà la cima. Discesa dallo stesso itinerario.

22

**piscine di Muggiò**/ore 5,45/auto proprie/  
per Campodolcino/Starleggia (SO)/m 1500

al Monte Bardan/m 2812/ore 4

BS

m 1300

da sci-alpinismo/set autosoccorso obbligatorio  
(ARTVA, pala, sonda)

Pietro Simonelli/Gianni Valesi

**ritrovo**

**salita**

**difficoltà**

**dislivello**

**equipaggiamento**

**capi gita**

**piscine di Muggiò**/ore 5,45/auto proprie/  
per Chatellair/Val di Ollomont (AO)/m 1500

al Crou de Bleintse/m 2824/ore 4

BS

m 1300

da sci-alpinismo/set autosoccorso obbligatorio  
(ARTVA, pala, sonda)

Giorgio Galvani/Alberto Lupis

**ritrovo**

**salita**

**difficoltà**

**dislivello**

**equipaggiamento**

**capi gita**

## PIZ BELVAIR (CH) 6 MARZO

M 2822

Classica e divertente gita, con stupendo scenario tra l'Alta e Bassa Engadina nei pressi dell'Albula. Si parte dalla Stazione Ferroviaria di Madulain. Alle spalle del paese si sale per ampi pendii in direzione nord, si entra nel bosco e continuare su pendii aperti verso all'Alp Belvair. Procedere inizialmente con pendenza moderata su un ampio dosso, superato un tratto ripido, si segue la cresta sud fino alla vetta del Piz Belvair m 2822. Discesa dall'itinerario di salita.

**NB** Indispensabili i documenti validi per l'espatrio, consigliati Franchi svizzeri

**piscine di Muggiò**/ore 5,45/auto proprie/  
per Madulain (Engadina-CH)/m 1687 **ritrovo**

al Piz Belvair m 2822/ore3-4 **salita**

BS **difficoltà**

m 1130 **dislivello**

da sci-alpinismo/set autosoccorso obbligatorio **equipaggiamento**  
(ARTVA, pala, sonda)

Carlo Corti/Pietro Simonelli **capi gita**

## CORNO GRIES 10 APRILE

M 2969

Alta Val Formazza. Si parte da Riale dove nasce il fiume Toce che raccoglie le acque dei torrenti Roni, Gries e Hosand. Si passa dal rif. Maria Luisa, poi si percorre la Val Rossa. Nella conca è ora visibile il Corno Gries, quindi si sale, in modo diretto, puntando verso la bocchetta a m 2915, situata tra l'anticima e la cima principale. Raggiungere il fondo della piana dove sulla sinistra si apre un ampio pendio (30-35°) che esce direttamente sulla spalla sud del Corno Gries e da qui, facilmente, raggiungere la vetta a piedi (ometto). Panorama eccezionale a 360°. Scenderemo dallo stesso itinerario di salita.

**piscine di Muggiò**/ore 6,00/auto proprie/  
per Riale (VB)/m 1728 **ritrovo**

al Corno Gries/m 2969/ore 4-5 **salita**

BS **difficoltà**

m 1240 **dislivello**

da sci-alpinismo/set autosoccorso obbligatorio **equipaggiamento**  
(ARTVA, pala, sonda)/piccozza/ramponi

Giorgio Galvani/Gianni Valesi **capi gita**



og

al vostro servizio!  
**sconto 15%**  
ai soci



Accurate analisi  
visive computerizzate

Applicazioni  
lenti a contatto

Lenti a contatto  
cosmetiche computerizzate

Consulenza specifica  
da ottici optometristi

Laboratorio interno  
per consegne veloci

Esclusivisti delle migliori  
marche



og

**OtticaAnzani**

22066 Mariano C.se  
Piazza Roma, 62  
tel. 031.746028

**L'OtticoPerTutti**

Centro Comm.  
Il Gigante  
22070 Vertemate  
SS dei Giovi 35, 9  
tel. 031.901521

**OtticaAnzaniSeregno**

20038 Seregno  
via Garibaldi, 9  
tel. 0362.220884

**OtticaVittani**

22100 Como  
Piazza Vittoria, 23  
tel. 031.264480

**OtticaGarcea**

22100 Como  
via C.Cantù, 52  
tel. 031.260205

**AnzaniGroup**

22100 Como  
via V.Emanuele, 66  
tel. 031.270684

# AnzaniGroup

OCCHIO ALLA VISTA

[www.otticaanzani.it](http://www.otticaanzani.it)



CONSULENTI DEL LAVORO

DI  
DEL  
E

**STUDIO  
CONSULENZA  
LAVORO  
FRISONI  
BISCEGLIE**

**RAG. FRISONI PAOLO**

*Consulente del lavoro - Revisore legale*

**RAG. LUIGINA ANDRIGHETTI FRISONI**

*Consulente del lavoro - Revisore legale*

**RAG. SILVIA FRISONI**

Consulente del lavoro

**DOTT. MARCO FRISONI**

Consulente del lavoro

**DOTT. ALESSIO BISCEGLIE**

Consulente del lavoro



via **Oltrecolle**, 139  
22100 **Como**  
telefono **031 555560**  
fax **031 555540**

**[www.frisoniebisceglie.com](http://www.frisoniebisceglie.com)**

# SCI ALPINO



# SCI NORDICO



**CARROZZERIA**



AUTORIZZATA **FIAT**

***Riparazione  
con garanzia certificata***

***Assistenza assicurativa  
liquidazione danni***

Via Donatori del Sangue, 3  
22100 Como  
Tel. 031/592010 (2 linee)  
Fax 031/521834

**26** DICEMBRE 2015  
**2** GENNAIO 2016  
**SETTIMANA BIANCA  
IN VAL DI FEMME (TN)**

Ospiti fissi dell'albergo Panorama di Panchià, che da anni ci riserva un trattamento curato, restiamo affezionati alla tradizionale settimana bianca di fine anno. Infinite possibilità per sciatori, fondisti e ciaspolatori per trascorrere una vacanza sulla neve nel prestigioso territorio di Fiemme e Fassa, tra i comprensori del Catinaccio, Latemar e San Pellegrino.

**responsabili**

Erio Molteni/Massimo Miccio/  
Francesco Bianchi Fetuccia

**per informazioni**

dettagliate rivolgersi in sede negli orari di apertura

## 13/20 FEBBRAIO SETTIMANA BIANCA A BRUNICO IN VAL PUSTERIA (BZ)

Brunico è la località prescelta per la nostra 38ª tradizionale settimana bianca di febbraio. Posta al centro della valle, permette di usufruire di tutti i famosi comprensori sciistici delle Dolomiti, tra i quali eccellono quelli di Plan de Corones e di Sesto Pusteria. Per i fondisti, la località offre l'occasione di frequentare le stupende e ben note piste della valle Anterselva, della val Casies e della val di Landro, in grado di soddisfare le esigenze degli appassionati di questo sport. Anche gli escursionisti, a piedi o con le ciaspole, potranno raggiungere facilmente diverse località ed ammirare gli incantevoli paesaggi dolomitici.

**responsabili**

Erio Molteni/Massimo Miccio/  
Francesco Bianchi Fetuccia

**per informazioni**

dettagliate rivolgersi in sede negli orari di apertura

## GITE SCIISTICHE

**31** GENNAIO

**MADESIMO**

M 1550

**14** FEBBRAIO

**LAAX (CH)**

M 1100

**28** FEBBRAIO

**GRESSONEY**

M 1385

**13** MARZO

**BORMIO**

M 1225

*vedi anche pagina 44*

**responsabili**

Angelo Balestrini/Giuliana Pozzi/Sergio Ronchetti

**per informazioni**

dettagliate rivolgersi in sede negli orari di apertura

# DA OGGI PIÙ GRANDI. DA SEMPRE AL TUO FIANCO.

**AGENZIA ZURICH  
BRESSANELLI GALLI GELPI  
& PARTNERS**

**VIA CANTURINA, 83/B  
tel. 031.307933  
COMO**

**co002@agenziaturich.it**



**ZURICH ASSICURAZIONI.  
PER CHI AMA DAVVERO.**



**ZURICH®**

Zurich Insurance Plc Rappresentanza Generale per l'Italia - Via Benigno Crespi, 23 - 20159 Milano - P.IVA 05380900968  
Zurich Investment Life Spa - Via Benigno Crespi, 23 - 20159 Milano - P.IVA 08921640150



# ESCURSIONISMO

10 APRILE

## TRAVERSATA CAMOGLI-SAN FRUTTUOSO SANTA MARGHERITA

La meta “marinara” che per tradizione apre la stagione escursionistica estiva ci porta nel parco naturale del monte di Portofino che attraverseremo da Camogli a Portofino. Due percorsi, uno più semplice nell'entroterra ed uno più impegnativo con passaggi a picco sul mare, ci porteranno a San Fruttuoso con l'antico monastero e la Torre Doria ed a Santa Margherita Ligure. L'importante sarà rispettare i tempi, altrimenti i ritardatari dovranno scegliere fra il treno ed il cavallo di San Francesco per il ritorno. Le località toccate dalla gita non hanno certo bisogno di presentazione, essendo famose e conosciute in tutto il mondo.

32

Como/ore 5,45/pullman/  
per Camogli (GE) **ritrovo**

**A**/salita m 600/ore 5,30-6  
**B**/ salita m 850/ore 6-6,30 **itinerari**

**A**/(E) escursionistico  
**B**/(EE) escursionisti allenati con piede sicuro **difficoltà**

da escursionismo/per ogni tipo di clima **equipaggiamento**

al sacco **colazione**

Carla Brambilla/Fiorenzo Botta **capi gita**

31 marzo 2016 **termine iscrizione**

30 APRILE

## CAMMINATA NOTTURNA

in località da definire secondo condizioni meteo-ambientali. Dopo l'emozione della ciaspolata in notturna, l'escursione al chiaro di luna. Quando il giorno sembra ormai volto al termine, quando tutto sembra tacere e scomparire nell'oscurità, c'è un mondo che si risveglia e che si anima sotto il cielo stellato dando movimento e voce alla notte. Vieni ancora con noi: il percorso non sarà impegnativo! Basta un minimo di preparazione a sopportare la camminata ed una piccola dose di adattamento alle temperature primaverili per scoprire le bellezze naturali del posto e godersi appieno l'esperienza.

**piscine di Muggiò**/auto proprie **ritrovo**

E - Escursionistico **difficoltà**

da escursionismo/per ogni tipo di clima/  
pila frontale **equipaggiamento**

Adriano Tagliabue/Franco Villa **capi gita**

**per informazioni**  
dettagliate rivolgersi in sede negli orari di apertura

## 8 MAGGIO

# SENTIERO DEL VIANDANTE DA ABBADIA LARIANA A LIERNA

Il “Sentiero del Viandante” rappresenta un’occasione unica per scoprire le bellezze artistiche e naturali delle località che punteggiano la costa da Lecco verso nord. Si tratta di un’antica via di passaggio dal Milanese alla Svizzera che, accanto alla via lacuale, testimonia il ruolo del territorio lariano nei traffici commerciali. Il sentiero sale da Abbadia Lariana a mezza costa fuori e dentro i centri abitati e ne ripercorre la storia fino ad arrivare a Rongio, ove si può allungare la gita salendo ad una delle più interessanti caverne della zona, la Grotta della Ferrera o del Rame (utile la pila per la visita), percorsa da acque e da alcuni identificata con una cavità ricordata da Leonardo. Si prosegue passando da varie frazioni per arrivare infine a Lierna.

**ritrovo**  
Como/ore 7,45/pullman/  
per Abbadia Lariana (LC)

**itinerari**  
**A**/salita m 360/discesa m 360/ore 3,30  
**B**/salita m 600/discesa m 600/ore 5

**difficoltà**  
**A**/(E) escursionistico  
**B**/(E) escursionistico

**equipaggiamento**  
da escursionismo/per ogni tipo di clima

**colazione**  
al sacco

**capi gita**  
Ornello Pozzi/Valerio Roncoroni

**termine iscrizioni**  
28 aprile 2016

## 29 MAGGIO

# MONTE GRONA SENTIERO VIA NORMALE

M 1736

Il Gruppo Alpinistico propone, unitamente al Gruppo Escursionistico, di ritrovarsi insieme in vetta al monte Grona. Per gli alpinisti, riproporre la nostra spettacolare ferrata “Centenario CAO”, ultimamente ripristinata e come sempre panoramica sui due rami del Lario, le Grigne, la piana di Porlezza fino alle maestose montagne delle Alpi dove spicca il gruppo del Monte Rosa. Per gli escursionisti, il sentiero della via normale al Monte Grona, dal rifugio Menaggio m 1385, senza alcuna difficoltà, e trovarci tutti insieme in vetta.

*vedi anche pagina 45*

**ritrovo**  
**piscine di Muggiò**/ore 6,45/auto proprie/  
per Monti di Breglia (CO)/m 996

**salita**  
al rifugio Menaggio/ore 1,30

**ascensioni**  
monte Grona per la via normale/ore 1,30

**difficoltà**  
E - Escursionistico

**dislivello**  
al rifugio/m 400  
al Monte Grona/via normale m 350

**equipaggiamento**  
da escursionismo/per ogni tipo di clima

**colazione**  
al sacco e/o rifugio

**capi gita**  
Carla Brambilla/Franco Villa

## MONTE ALBEN

M 2019

12 GIUGNO

Posto a cavallo fra la Val Brembana a occidente e la Val Seriana ad oriente, Monte Alben è una delle montagne simbolo delle Prealpi Bergamasche. L'orografia è piuttosto complessa tanto da fare assumere all'Alben le caratteristiche di un minuscolo gruppo montuoso. Il versante orientale si presenta come un'alta scogliera calcarea culminante in una cresta dentellata che precipita dirupata nella Valle del Riso. Sul versante occidentale l'Alben perde parte del suo aspetto arcigno e si eleva al di sopra di ampie conche pascolive e di sereni angoli alpestri. Dalla cima dell'Alben si può ammirare uno dei più interessanti e completi panorami delle Prealpi Bergamasche.

34

**piscine di Muggiò**/ore 6,15/auto proprie/  
per Cornalba/m 893/(BG) **ritrovo**

**A**/da Cornalba/salita m 697/ore 3 ca **itinerari**  
**B**/da Cornalba/salita m 1216/ore 4,30 ca

**A**/(E) escursionistico/baita Sura **difficoltà**  
**B**/(EE) escursionisti esperti ed allenati/vetta

da escursionismo/per ogni tipo di clima **equipaggiamento**

al sacco **colazione**

Carla Brambilla/Fiorenzo Botta **capi gita**

## MONTE GRIDONE UN BALCONE SUL VERBANO (CH)

M 2187  
insieme al CAI di Como

26 GIUGNO

Il Monte Gridone è una splendida montagna (dai due nomi: Gridone per gli Svizzeri, Limidario per gli Italiani) che si eleva sopra il lago Maggiore, al confine tra il territorio svizzero delle Centovalli e quello italiano della Val Canobbina. È un'escursione non breve, con la possibilità di una sosta intermedia allo splendido e panoramichissimo rifugio "Al Legn" e da affrontare con attenzione, specie durante la discesa dalla vetta.

**NB** Indispensabili i documenti validi per l'espatrio, consigliati Franchi svizzeri

**piscine di Muggiò**/ore 6,30/auto proprie/  
per Mergugno (CH)/m 1037 **ritrovo**

**A**/rifugio/salita m 793/ore 2,30 **itinerari**  
**B**/vetta/salita m 1150/ore 4

**A**/(E) escursionistico/rifugio "al Legn" **difficoltà**  
**B**/(EE) escursionisti esperti ed allenati/vetta

da media montagna/per ogni tipo di clima **equipaggiamento**

al sacco **colazione**

Sergio Ronchetti/Franco Villa **capi gita**  
Andrea Casartelli/Roberto Belluschi  
per il CAI Como

# 1/4 LUGLIO

## TREKKING PARCO NATURALE ADAMELLO-BRENTA

Il Parco, situato nel Trentino occidentale, comprende con i suoi 620,51 kmq i gruppi montuosi dell'Adamello e del Brenta, separati dalla Val Rendena e compresi tra le valli di Non, di Sole e Giudicare ed interessa il territorio di 39 Comuni. L'ambiente è estremamente vario, andando da circa 400 metri di quota ai 3500 metri della Cima Presanella. Ricco di acque, il Parco è interessato dalla presenza di oltre 50 laghi e dal ghiacciaio dell'Adamello, uno dei più estesi d'Europa. La componente faunistica, tra le più ricche dell'arco alpino, comprende tutte le specie montane, inclusi l'orso bruno e lo stambecco. Quattro giorni di escursioni, con soggiorno in albergo a Madonna di Campiglio, ci consentiranno di conoscere le bellezze del territorio.

**piscine di Muggiò**/auto proprie **ritrovo**  
E/escursionistico **difficoltà**  
da escursionismo/per ogni tipo di clima **equipaggiamento**  
Francesco Bianchi Fetuccia **responsabile**  
dettagliate rivolgersi in sede negli orari di apertura **per informazioni**

# 16/17 LUGLIO

## RIFUGIO MARINELLI-BOMBARDIERI M 2813

Il Rifugio Marinelli Bombardieri è situato su un grande spallone roccioso affacciato sull'alto Vallone di Scerscen, che permette di avere una visuale perfetta sull'intera parte italiana del gruppo del Bernina. Il giorno successivo, in base alle condizioni meteo-ambientali, sarà possibile salire la Punta Marinelli per poi rientrare a Campo Moro, oppure, per i più esperti, rientrare a Campo Moro via bocchetta di Caspoggio e rifugio Bignami, che regala l'esperienza di un piccolo ghiacciaio su percorso con tratto alpinistico.

**piscine di Muggiò**/ore 8,15/auto proprie/  
per Campo Moro (SO)/m 1990 **ritrovo**

al rifugio Marinelli/m 2813/ore 3,30-4 **salita**

2° giorno **itinerari**  
**A**/Punta Marinelli/m 3182/ore 2,30-3  
più rientro a Campo Moro  
**B**/rientro a Campo Moro via bocchetta  
di Caspoggio/m 2983/ore 4

1° giorno: m 860 **dislivello**  
2° giorno: in base al percorso scelto **difficoltà**

**A**/ (E) escursionistico  
**B**/ (EE) escursionisti esperti/salita su neve **equipaggiamento**  
da escursionismo/per ogni tipo di clima

al sacco/in rifugio **colazione**

Sergio Ronchetti/Carla Brambilla **capi gita**

5 luglio 2016 **termine iscrizione**

2/5 SETTEMBRE

## TREKKING LUNIGIANA E PARCO REGIONALE DELLE ALPI APUANE

Aulla in Toscana, nella zona conosciuta come Lunigiana, sarà la località che ci ospiterà per i tradizionali quattro giorni settembrini e dalla quale partiremo per le nostre escursioni verso Pontremoli, località che si trova in una conca circondata da altorilievi collinari; il Parco Regionale delle Alpi Apuane con le sue cave di marmo, il tratto di costa frastagliato della riviera ligure di levante chiamato Cinque Terre e considerato una delle più suggestive attrattive costiere italiane, per il loro contesto orografico collinare naturalmente aspro e accidentato, addolcito dalla costruzione di terrazzamenti o fasce per la coltura, che cala verso il mare con forti pendenze. Come sempre il soggiorno sarà in albergo con partenze giornaliere, accompagnati da guide locali, per meglio conoscere ed apprezzare l'ambiente naturale che andremo a visitare.

36

**ritrovo**

**piscine di Muggiò**/auto proprie

**difficoltà**

E/escursionistico

**equipaggiamento**

da escursionismo/per ogni tipo di clima

**responsabile**

Francesco Bianchi Fetuccia

**per informazioni**

dettagliate rivolgersi in sede negli orari di apertura

18 SETTEMBRE

## TRAVERSATA PASSO GOTTARDO, PIZ GIUBIN, ANDERMATT (CH)

M 2776

Panoramica (siamo circondato da splendide cime vicine e lontane: Pizzo Rotondo, Pesciora, Lucendro, Finsteraarhorn, Monte Prosa, Pizzo Fortunéi, Gams-spitz, Pizzo Centrale, Piz Prevat, Giubin, Posmeda) e lunga escursione che, con partenza dal passo del Gottardo, raggiunge il lago della Sella ed il successivo passo Posmeda per proseguire fino alla cima del piz Giubin. I più allenati proseguono verso il passo della Sella. Percorrendo l'Unteralp, raggiungono la Vermigelhütte e scendono fino ad Andermatt.

**NB** Indispensabili i documenti validi per l'espatrio, consigliati Franchi svizzeri

**ritrovo**

Como/ore 6,15/pullman/  
per passo Gottardo (CH)/m 2081

**itinerari**

**A**/da passo Gottardo/salita m 695/discesa m 695  
ore 4

**B**/da passo Gottardo/salita m 695/discesa m 1329  
ore 6

**difficoltà**

**A**/(E) escursionistico fino alla vetta

**B**/(E) escursionisti allenati

**equipaggiamento**

da escursionismo/per ogni tipo di clima

**colazione**

al sacco

**capi gita**

Adriano Tagliabue/Franco Villa

**termine iscrizione**

8 settembre 2016

## 2 OTTOBRE

# CAPANNA QUARNEI (CH)

M 2107

La valle Malvaglia offre agli appassionati di escursionismo affascinanti possibilità di traversate ed ascensioni, in parte lungo sentieri ben segnalati. Questa valle è inserita nell'elenco dei paesaggi e dei monumenti naturali di importanza nazionale. La capanna Quarnei ha una vista a 360° ed è una delle poche da cui si può gustare un panorama circolare ed uno spettacolo incantato. Per i patiti del sudore possibilità di brevi escursioni nei dintorni.

**NB** Indispensabili i documenti validi per l'espatrio, consigliati Franchi svizzeri

**piscine di Muggiò**/ore 7,15/auto proprie/  
per Cusiè in val Malvaglia (CH)/m 1670 **ritrovo**

capanna Quarnei/m 2107 **salita**

m 437/ore 2,30 **dislivello**

E/escursionistico **difficoltà**

da escursionismo/per ogni tipo di clima **equipaggiamento**

al sacco **colazione**

Sergio Ronchetti/Franco Villa **capi gita**

## 8/9 OTTOBRE

# GITA DI CHIUSURA AL RIFUGIO LA CANUA

M 1520

Il Rifugio La Canua, gestito da volontari dell'Operazione Mato Grosso, è situato su un terrazzo naturale che offre uno scenario più unico che raro e permette di spingersi visivamente da Nord a Sud sul Lario sottostante. La bassa Valtellina e giù fino a Lecco, e la Brianza sono gli orizzonti che si esplorano da questa postazione. Il Monte Legnone e la Valsassina fanno da specchio frontale. Il giorno successivo, in base alle condizioni meteo, sarà possibile fare un giro ad anello che ci porterà verso il Bregagnò, Sant'Amate con salita in vetta al monte Grona e ritorno a Montuglio.

**piscine di Muggiò**/ore 13,15/auto proprie/  
per San Siro località Montuglio (CO)/m 1100 **ritrovo**

al rifugio La Canua/m 1520/ore 1,30 **salita**

1° giorno m 420 **dislivello**

2° giorno salita m 638/discesa m 1058 **difficoltà**

E/escursionistico **equipaggiamento**

da escursionismo/per ogni tipo di clima **colazione**

al sacco/in rifugio **capi gita**

Giorgio Galvani/Sergio Ronchetti **termine iscrizione**

29 settembre 2016



# **K2O SPORT**

di Fabio Algarotti

**ALPINISMO  
SPELEOLOGIA  
CANYONING  
SUBACQUEA  
TRIATHLON  
NUOTO  
TRAIL RUNNING  
TREKKING & HIKING**

CERNOBBIO (Co), viale Matteotti 16/A  
[www.k2osport.it](http://www.k2osport.it) - tel. 327.6340307

# ALPINISMO



29 MAGGIO

**MONTE GRONA**  
**VIA FERRATA**  
**CENTENARIO CAO**  
M 1736

Prima uscita alpinistica della nuova stagione CAO. Il Gruppo Alpinistico propone di ritrovarsi insieme e riproporre la nostra spettacolare ferrata “Centenario CAO”, ultimamente ripristinata e come sempre panoramica sui due rami del Lario, le Grigne, la piana di Porlezza fino alle maestose montagne delle Alpi dove spicca il gruppo del Monte Rosa. Per chi lo desidera, in alternativa, è possibile il sentiero della via normale al Monte Grona, dal rifugio Menaggio m 1383, senza alcuna difficoltà e trovarci tutti insieme in vetta.

40

**ritrovo**

**piscine di Muggiò**/ore 7,00/auto proprie/  
per Monti di Breglia (CO)/m 996

**ascensione**

monte Grona per la Via Ferrata “Centenario CAO”  
/ore 2,30

**difficoltà**

D (difficile)/T3/ escursione di montagna  
impegnativa

**dislivello**

al Monte Grona m 760/la sola ferrata m 360

**equipaggiamento**

da media montagna/obbligatorio kit da ferrata  
U.I.A.A./imbragatura/casco

**capi gita**

Ezio Righetti/Antonio Signoriello

19 GIUGNO

**PIZZO RABBI**  
M 2470  
**BIVACCO PETAZZI AL LEDÙ**  
M 2247

Dalla località Prà Prince m 917 in Val Bodengo, valle laterale della Val Chiavenna, si attraversa il ponte sul fiume Boggia e si segue il sentiero di salita nella Val Garzelli. Dopo l'alpe Garzelli m 1031 un ripido sentiero nel bosco ci conduce al pianoro dell'Alpe Campo m 1652. Si punta verso l'intaglio tra il Pizzo Ledù e il Pizzo Rabbi e si risale il canale di sfasciumi fino alla Bocchetta del Cannone m 2274. La fatica della salita è ripagata da una vista eccezionale sul sottostante Bivacco Ledù che si specchia nell'omonimo laghetto e sull'alto Lago di Como con il promontorio di Bellagio che divide i due rami.

**ritrovo**

**piscine di Muggiò**/ore 5,30/auto proprie/  
Val Bodengo-Pra Prince (SO)/m 917

**ascensione**

Pizzo Rabbi m 2470/Bivacco Petazzi al Ledù/  
m 2246/ore 3,30-4

**difficoltà**

T3/escursione di montagna

**dislivello**

al Bivacco Ledù/m 1330/al Pizzo Rabbi/m 1550

**equipaggiamento**

da media montagna/probabili condizioni  
di innevamento/uso di ramponi e piccozza

**capi gita**

Marcello Bassi/Giorgio Galvani

## 3 LUGLIO

### PUNTA TERRAROSSA WASENHORN (CH)

#### TRAVERSATA CRESTA WSW CRESTA/PARETE SE

M 3246

Stupenda piramide che garantisce un panorama grandioso sul Vallese. Dall'ospizio del Sempione, indicazioni per la Cabane Monte Leone m 2848, pendii erbosi solcati da ruscelli che scendono dal Chaltwasse-gletscher, facili placche ed una ripida morena ci conducono al bivio in direzione del Maderlicke m 2946. Saliamo ripidi a sinistra. Poco sotto il colle deviamo a destra, un traverso ci porta all'evidente attacco della cresta. Salita divertente, avendo cura di rimanere alti sulla stessa, a volta esposta. La discesa dalla cresta sud, pur essendo ripida, è semplice ma con sfasciumi per poi addolcirsi sino alla Cabane Monte Leone.

**NB** Indispensabili i documenti validi per l'espatrio, consigliati Franchi svizzeri

#### ritrovo

**piscine di Muggiò**/ore 5,30/auto proprie/  
Ospizio Passo del Sempione (CH)/m 2005

#### ascensione

Punta Terrarossa (Wasenhorn) m 3246/Traversata  
cresta WSW/cresta, parete sud-est/ore 3,30/4

#### difficoltà

T3/escursione di montagna impegnativa/  
vari passaggi di roccia I-II grado scala U.I.A.A.

#### dislivello

Punta Terrarossa m 1250

#### equipaggiamento

da media montagna/probabili condizioni  
di innevamento/uso del casco, ramponi e piccozza

#### capi gita

Carlo Corti/Antonio Signoriello

## 11 SETTEMBRE

### MONTE BALDO

#### FERRATA DELLE TACCOLE ALLA VETTA DELLE BUSE

M 2155

Ferrata riattrezzata nel luglio del 1992 dal gruppo alpino Scaligero del CAI di Verona che percorremo con percorso ad anello, isolato, selvaggio e dal suggestivo panorama sul lago di Garda. Dalla località Prada Alta, sopra Prada di Monte Baldo, per sentiero boschivo e pascoli si passa per Baito delle Buse m 1625 e Pozza delle Buse m 1820. Si raggiungiamo la Valle del Pre e per banchi rocciosi giungiamo all'attacco della ferrata a quota m 1970 che su placche e diedri verticali si sviluppa per circa m 150 di dislivello e presenta tratti che richiedono una buona tecnica di salita; quindi si guadagna dopo alcuni facili salti di roccia la vetta prativa a m 2155.

#### ritrovo

**piscine di Muggiò**/ore 5,30/auto proprie/  
per Prada Alta (VR)/m 1154

#### ascensione

vetta delle Buse/m 2155/ore 4

#### difficoltà

EEA/escursionisti esperti/TD  
difficoltà alpinistiche

#### dislivello

alla vetta delle Buse m 1000  
solo ferrata m 150

#### equipaggiamento

kit da ferrata U.I.A.A./imbragatura/casco

#### capi gita

Alberto Lupis/Antonio Signoriello

# 25 SETTEMBRE TRAVERSATA ALTA DELLE GRIGNE

Dai Piani dei Resinelli per la classica cresta Cermenati si raggiunge la vetta della Grigna Meridionale. Vista panoramica sul Lario e dintorni che ci accompagnerà per tutta la traversata. Dalla vetta, per una serie di catene si scende all'intaglio del Canalino Federazione, quindi fino alla Bocchetta di Giardino m 2004, cartello "Alta Via". Si arriva al Buco di Grigna m 1803, un breve tratto di sentiero piuttosto ripido ci conduce alla base dello Scudo Tremare; ultimi tratti attrezzati e si raggiunge la Bocchetta della Bassa (Bivacco Merlini). Ultimo erto e facile pendio fino al Rifugio Brioschi (Grigna Settentrionale). Ritornati alla Bocchetta della Bassa, si scende al Rifugio Pialeral quindi alla Chiesetta del Sacro Cuore m 833, dove si sarà provveduto a lasciare almeno un' auto.

## ritrovo

**piscine di Muggiò**/ore 6,00/auto proprie/  
per Piani dei Resinelli (LC)/ m 1278

## ascensione

Grigna meridionale/m 2177/ore 2-2,5  
Grigna settentrionale/m 2410/ore 3-3,5

## difficoltà

T3/escursione di montagna impegnativa

## dislivello

alla Grigna meridionale/m 899  
alla Grigna settentrionale/discesa m 400/  
salita m 610/discesa m 1580

## equipaggiamento

da media montagna/imbragatura/kit da ferrata  
U.I.A.A./casco

## capi gita

Marcello Bassi/Carlo Corti

# JA ngelo dominioni



Deposito



Distributore



## BATTERIE E RICAMBI AUTO



22100 Como  
via Alciato, 21  
tel. 031 278 653 - fax 031 267 001  
E-mail: dominioni@tin.it

# RAGAZZI



**10/17/24/31 GENNAIO**  
**SPLUGEN (CH)**  
SCUOLA DI SCI  
PER BAMBINI E RAGAZZI

Il vivaio del Cao continua ad accogliere i bambini ed i ragazzi che vogliono imparare a sciare ed a perfezionarsi. Durante le domeniche di gennaio è attivo il corso in collaborazione con i Maestri della Scuola di sci di Splügen, per le discipline di sci alpino e di snowboard.

**USCITE SCIISTICHE  
DOPOSCUOLA**

**31 GENNAIO**

**MADESIMO**

M 1550

**14 FEBBRAIO**

**LAAX (CH)**

M 1100

**28 FEBBRAIO**

**GRESSONEY**

M 1385

**13 MARZO**

**BORMIO**

M 1225

*vedi anche pagina 29*

44

**responsabili**  
Angelo Balestrini/Giuliana Pozzi/Sergio Ronchetti  
**per informazioni**  
dettagliate rivolgersi in sede negli orari di apertura

**responsabili**  
Angelo Balestrini/Giuliana Pozzi/Sergio Ronchetti  
**per informazioni**  
dettagliate rivolgersi in sede negli orari di apertura

17 APRILE

## GREENWAY DEL LAGO DI COMO DA COLONNO A CADENABBIA

insieme al CAI Moltrasio

La Greenway del Lago si snoda per oltre 10 km attraverso i comuni di Colonno, Sala Comacina, Ossuccio, Lenno, Mezzegra, Tremezzo e Griante, in parte appena sopra gli abitati e in parte lungolago. Lungo la Greenway si possono così scoprire le diverse anime di questo territorio: i borghi storici, gli scorci rurali, i paesaggi di lago, gli edifici e i giardini di pregio. Non si tratta di un percorso isolato, ma di un tracciato che segue e si sviluppa sulla rete di collegamenti esistente.

**ritrovo**

**parcheggio Bennet di Tavernola**/ore 8/auto proprie/  
per Colonno (CO)/m 215

**traversata**

a Cadenabbia frazione Maiolica dove termina  
la Greenway del lago

**difficoltà**

E/Escursionistico

**dislivello**

m 100/ore 4-4,30

equipaggiamento

da escursionismo/per ogni tipo di clima

**colazione**

al sacco

**capo gita**

Sergio Ronchetti

Mariarosa Camperi per CAI Moltrasio

29 MAGGIO

## MONTE GRONA SENTIERO VIA NORMALE

M 1736

Il Gruppo Alpinistico propone, unitamente al Gruppo Escursionistico, di ritrovarsi insieme in vetta al monte Grona. Per gli alpinisti, riproporre la nostra spettacolare ferrata “Centenario CAO”, ultimamente ripristinata e come sempre panoramica sui due rami del Lario, le Grigne, la piana di Porlezza fino alle maestose montagne delle Alpi dove spicca il gruppo del Monte Rosa. Per gli escursionisti, il sentiero della via normale al Monte Grona, dal rifugio Menaggio m 1583, senza alcuna difficoltà, e trovarci tutti insieme in vetta.

*vedi anche pagina 33*

**ritrovo**

**piscine di Muggiò**/ore 6,45/auto proprie/  
per Monti di Breglia (CO)/m 996

**salita**

al rifugio Menaggio/ore 1,30

**ascensioni**

monte Grona per la via normale/ore 1,30

**difficoltà**

E - Escursionistico

**dislivello**

al rifugio/m 400

al Monte Grona/via normale m 350

**equipaggiamento**

da escursionismo/per ogni tipo di clima

**colazione**

al sacco e/o rifugio

**capo gita**

Sergio Ronchetti

45

**19 GIUGNO**  
**IL PONTE TIBETANO**  
**DI CURZUTT**  
**IN VALLE SEMENTINA (CH)**  
insieme al CAI Moltrasio

Giro ad anello nel bellinzonese, passando per il ponte tibetano, che dalla primavera del 2015 collega Sementina e Monte Carasso, vicini litigiosi nella storia ticinese, chissà se basterà un ponte tibetano a colmare questa barriera. Se soffrite di vertigini non lo vorrete attraversare, camminando sentirete sotto i vostri piedi l'elasticità di cui è dotato, una caratteristica indispensabile che aiuta a deformarlo sotto il carico del vento, delle neve o delle persone. Il ponte, realizzato dalla Fondazione Curzùtt-S. Barnàrd, è lungo 270 metri e pesa 50 tonnellate. Ancorato a quota m 696, il camminamento è in legno di larice con 728 tavole con rete metallica ai lati.

46 **NB** Indispensabili i documenti validi per l'espatrio, consigliati Franchi svizzeri

**ritrovo**

Como/ore 7,45/auto proprie/  
per Sementina (CH)/m 224

**itinerario**

giro ad anello/ore 4

**difficoltà**

E/escursionistico

**dislivello**

m 600 circa

**equipaggiamento**

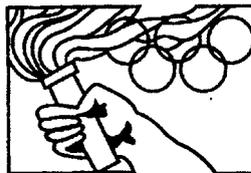
da escursionismo/per ogni tipo di clima

**colazione**

al sacco

**capi gita**

Sergio Ronchetti  
Mariarosa Camperi per il CAI di Moltrasio



# OLIMPIADI

# 2000

**s.n.c.**

## PREMIAZIONI SPORTIVE

## COPPE - MEDAGLIE

Via Roncaldier, 12  
22032 ALBESÈ con CASSANO  
(Como) ITALY

**TEL. 031 360270 (2 LINEE R.A.)**

**FAX 031 360274**

**E-mail olimpiadi.2000@virgilio.it**



# CAMPEGGIO





**roncoroni legno**

***Arredamenti su misura***  
***Serramenti in legno / legno alluminio***  
***Porte e Portoncini in legno***  
***Lavorazioni particolari su disegno***



Roncoroni Legno ha realizzato serramenti per: CAPANNA CAO Brunate (Co)

***Roncoroni Legno di Roncoroni Luigi***  
*Via Carso, 50 22100 Como (CO) Tel/Fax +39 031 305 660*  
*e mail: [info@roncoronilegno.it](mailto:info@roncoronilegno.it)*  
***[www.roncoronilegno.it](http://www.roncoronilegno.it)***

1/26 AGOSTO

## 43° CAMPEGGIO

LOCALITÀ

DOSSI DI CAVIA/PEIO (TN)

CAMPEGGIO VAL DI SOLE

M 1250

Un grazioso campeggio a conduzione familiare, nel verde del Parco Nazionale dello Stelvio, circondato dalle montagne del gruppo Ortles-Cevedale. Disposto su grandi terrazzoni soleggiati con piazzole erbose, offre la possibilità di soggiorno in caravan/camper/tenda oppure in comodi e accoglienti bungalow in legno. All'interno del campeggio si trovano bar-ristorante, minimarket, sala giochi, ritrovo e un caminetto per le grigliate. Peio è un centro turistico che offre la possibilità di effettuare escursioni ed ascensioni, con partenza, anche a piedi, direttamente dal campeggio. Con pochi chilometri di macchina o con i comodi servizi di bus navetta si possono raggiungere il passo del Tonale, Madonna di Campiglio, ecc.. Rafting sul fiume Noce, gite in mountain bike, sorgenti di acqua ferruginosa e terme arricchiscono l'offerta vacanziera per i Soci.

### prenotazioni

per esigenze organizzative è necessario prenotare con largo anticipo la propria partecipazione

### responsabile

Sergio Ronchetti

### per informazioni

dettagliate rivolgersi in sede negli orari di apertura



# GRAFICA MALIMA



**YES, WE CAN**  
**LA TIPOGRAFIA DI COMO**

**22100 COMO - ITALY**  
**Via Don Brusadelli, 18**  
**Tel. e Fax 031.270915**

**grafica@malima.it**  
**www.malima.it**



REPRESENTATIVES  
INTERNATIONAL MEETINGS

**RICERCA E SVILUPPO**  
**MERCATI ESTERI**  
**PER PICCOLE - MEDIE**  
**AZIENDE**

info@mirexonline.com  
www.mirexonline.com

DA OTTOBRE  
**CORSO DI GINNASTICA  
PRESCIISTICA**

**16** OTTOBRE  
**GARA DI BOCCE  
E CASTAGNATA**

**XIV trofeo Fiorella Noseda**

**Capanna CAO/località Le Colme/Brunate (Co)**

Per motivi organizzativi le iscrizioni alla gara si ricevono in sede entro il giovedì precedente oppure presentandosi direttamente presso il campo di bocce della Capanna CAO entro le ore 9 di domenica 16 ottobre

**6** NOVEMBRE  
**45ª FESTA AMICI  
DELLA MONTAGNA**

**17** NOVEMBRE  
**40° CONCORSO  
FOTOGRAFICO**  
termine presentazione opere

**11** DICEMBRE  
**FESTA DI NATALE**

DICEMBRE/GENNAIO  
**SETTIMANA BIANCA  
DI FINE ANNO**

GENNAIO  
**SCUOLA DI SCI DISCESA**  
bambini e ragazzi



Rita Romanò, Diego Cappelletti,  
Antonio Signoriello

Lavori in corso

Grafica MALIMA

Un sincero ringraziamento a tutti coloro  
che hanno collaborato  
alla realizzazione di questo Programma

**ARRIVEDERCI  
AL PROSSIMO ANNO**

# SPT ha tutti i mezzi



SPT Srl  
via Aldo Moro, 23  
22100 Como

Ufficio  
noleggio  
autobus  
minibus  
con conducente  
tel. 031 4144548  
fax 031 4145307

[www.sptcomo.it](http://www.sptcomo.it)  
[noleggi@sptcomo.it](mailto:noleggi@sptcomo.it)

per tenervi sempre  
in movimento



Società Privata  
Trasporti SRL

# Splügen

Impianti di risalita



[www.tambo.ch](http://www.tambo.ch)

Funzionamento nel fine settimana

**12/13 dicembre 2015**

Apertura stagionale

**dal 19 dicembre 2015 tutti i giorni fino al 28 marzo 2016.**

Orari giornalieri di apertura

**09.00 - 16.00**

 Viamala



# Migliavada

agenzia doganale

**COMO - PONTE CHIASSO**  
Tel 031-54 33 21 - Fax 031-54 33 37

**MONTANO LUCINO (COMO SUD)**  
Tel 031-47 17 01 - Fax 031-47 02 70