



**PROGRAMMA  
ATTIVITÀ  
SOCIALE  
2019**

**CAO**

**CLUB  
ALPINO  
OPERAIO  
COMO  
DAL 1885**

escursionismo

sci alpinismo

ciaspole

sci alpino

sci nordico

campeggio

corale



**42° CONCORSO  
FOTOGRAFICO**

**in copertina  
primo premio**

**ANTONIO BENVENUTI**

*Fila indiana*

**sopra**

**secondo premio**

**ANTONIO SIGNORIELLO**

*Weissmies*

**in terza di copertina  
terzo premio**

**ANGELO GATTI**

*Autunno in valle*

**premio speciale**

**CHIARA BOTTA**

*Nella bufera*

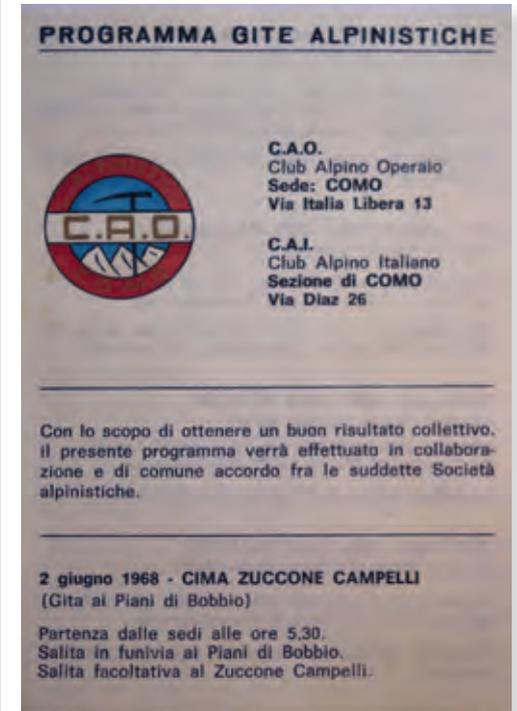
# CALENDARIO CRONOLOGICO 2019

<b>DICEMBRE '18/GENNAIO '20</b>		<b>sci alpino/sci nordico/ciaspole/escursionismo</b>							
<b>DAL 26/12 AL 02/01</b>			Settimana Bianca/Panchià in val di Fiemme (TN)	28					
<b>GENNAIO/FEBBRAIO</b>		<b>sci alpino</b>	Scuola sci per bambini e ragazzi a Splügen	40					
<b>GENNAIO</b>	<b>11</b>	varie	NEVE: gite invernali e rischio valanghe, serata divulgativa in sede a cura degli accompagnatori CAO	22					
	<b>13</b>	<b>sci alpino</b>	Scuola sci per bambini e ragazzi a Splügen	40					
	<b>13</b>	<b>ciaspole</b>	Capanna Piansecco (CH) <i>m 1982</i>	19					
	<b>18</b>	varie	Serata presentazione Programma Attività Sociale 2019 Ospite: Mario Vielmo						
	<b>20</b>	<b>sci alpino</b>	Scuola sci per bambini e ragazzi a Splügen	40					
	<b>20</b>	<b>ciaspole/sci nordico</b>	Passo del Maloja e valle del Forno (CH) <i>m 1815</i>	15					
	<b>27</b>	<b>sci alpino</b>	Scuola sci per bambini e ragazzi a Splügen	40					
<b>FEBBRAIO</b>	<b>3</b>	<b>scialpinismo</b>	Alto Lario/bassa Valtellina <i>itinerario secondo meteo</i>	22					
	<b>3</b>	<b>sci alpino</b>	Scuola sci per bambini e ragazzi a Splügen	40					
	<b>5</b>	varie	I Soci si incontrano/Iran/C. Botta, A. Signoriello	11					
	<b>10</b>	<b>ciaspole/sci nordico</b>	Engadina/Capanna Boval/ <i>m 2495</i> e val Roseg (CH)	15					
	<b>16/23</b>	<b>sci alpino/sci nordico/ciaspole/escursionismo</b>	41ª Settimana bianca/Brunico (BZ) <i>m 838</i>	29					
	<b>17</b>	<b>sci alpino</b>	Madesimo (SO) <i>m 1550</i>	29/40					
<b>MARZO</b>	<b>2/3</b>	<b>ciaspole</b>	Rifugio Crosta/val d'Ossola (VB) <i>m 1751</i>	19					
	<b>3</b>	<b>scialpinismo</b>	Val d'Aosta/Biellese <i>itinerario secondo meteo</i>	22					
	<b>5</b>	varie	I Soci si incontrano/Papua Nuova Guinea/A. Omassi	11					
	<b>31</b>	<b>scialpinismo</b>	Val Formazza/Sempione <i>itinerario secondo meteo</i>	23					
<b>APRILE</b>	<b>2</b>	varie	Da definire	11					
	<b>7</b>	<b>escursionismo</b>	Via Julia Augusta (IM) e Monte Bignone <i>m 1299</i>	32					
	<b>14</b>	<b>escursionismo/ragazzi CAI</b>	Alpe di Lemna (CO) <i>m 889</i>	41					
	<b>28</b>	<b>escursionismo</b>	Eremo di San Valentino <i>m 770</i> monte Comer (BS) <i>m 1280</i>	32					
					<b>MAGGIO</b>	<b>7</b>	varie	I Soci si incontrano/rivediamoci l'inverno 2019	11
						<b>12</b>	<b>escursionismo</b>	Rifugio Elisa (LC) <i>m 1515</i>	35
						<b>19</b>	<b>escursionismo/ragazzi CAI</b>	Capanna Tamaro (CH) <i>m 1867</i>	41
				<b>GIUGNO</b>	<b>4</b>		varie	Da definire	11
					<b>9</b>		<b>escursionismo</b>	Anello del passo San Marco (SO) <i>m 1992</i>	33
					<b>16</b>		<b>escursionismo/CAO CAI</b>	Monte Mucrone (BI) <i>m 2335</i>	34
					<b>22</b>		<b>escursionismo/</b>	Monte Berlinghera (CO) <i>m 1930</i>	34
				<b>LUGLIO</b>	<b>28/VI-1/VII</b>		<b>escursionismo/trekking</b>	Norcia ed i monti Sibillini (PG) <i>m 600</i>	35
					<b>2</b>		varie	I Soci si incontrano/A. Gatti e C. Brambilla	11
					<b>13/14</b>		<b>escursionismo/alpinismo</b>	Rifugio Chabod <i>m 2750/Gran Paradiso m 4061</i>	35
				<b>AGOSTO</b>	<b>5/23</b>		campeggio	46° Campeggio: Zoldo Alto/Palafavera (BL) <i>m 1514</i>	45
				<b>SETTEMBRE</b>	<b>30/VIII-2/IX</b>		<b>escursionismo/trekking</b>	Val Sarentino Valdurna (BZ)	36
					<b>8</b>		alpinismo	Ferrata Furggen Ride (AO) <i>m 3492</i>	37
					<b>15</b>		<b>escursionismo</b>	Laghi di Valgoglio (BG) <i>m 2064</i>	37
					<b>28</b>		varie	I soci si incontrano - Festa del campeggio	11
					<b>29</b>		<b>escursionismo</b>	Madonna della Neve/val Biandino (LC) <i>m 1087</i>	37
				<b>OTTOBRE</b>			varie	Inizio corso di ginnastica presciistica	46
					<b>5/6</b>		<b>escursionismo/alpinismo</b>	Gita di chiusura/ rifugio Lecco/piani di Bobbio (LC) <i>m 1780</i>	38
					<b>20</b>		varie	Gara di bocce e castagnata	46
				<b>NOVEMBRE</b>	<b>10</b>		varie	48ª Festa Amici della Montagna	46
					<b>14</b>		varie	43° concorso fotografico/termine presentazione opere	46
					<b>26</b>		varie	I Soci si incontrano/rivediamoci l'estate 2019	11
				<b>DICEMBRE</b>			varie	43° concorso fotografico/serata premiazione opere	

## PRESENTAZIONE

Socie e Soci carissimi,  
anche quest'anno, con questa pubblicazione,  
il CAO mantiene l'impegno di presentare  
il suo Programma per le Attività Sociali 2019.  
Quando il Consiglio Direttivo deliberò, più di  
cinquant'anni fa, di stampare un semplice foglietto  
promemoria per i Soci certo non poteva  
immaginare che l'idea si sarebbe sviluppata  
sino ad assumere l'attuale impostazione grafica  
che richiede la collaborazione professionale  
di un grafico e quella di molti Soci che  
con la stesura dei testi e belle fotografie  
illustrano la loro passione per la montagna.  
Né poteva certo immaginare che molte altre  
associazioni avrebbero seguito questa idea  
per rendere un importante servizio ai propri soci.  
La riproduzione della prima pagina  
del programma estivo 1968, oltre a testimoniare  
la nostra gratitudine per coloro che diedero inizio  
alla pubblicazione del Programma dell'Attività  
Collettiva, vuole essere un invito ai Soci ad essere  
presenti alle diverse iniziative.  
Un modo concreto per garantire vitalità  
ed efficienza alla nostra Associazione.

Il Presidente *Erio Molteni*





2

È ancora di moda l'ascolto? O siamo talmente frastornati dai rumori che ci dimentichiamo di prestare orecchio a quanto sentiamo? Mi sono trovata recentemente in un supermercato tecnologicamente avanzato nel quale i clienti vengono dotati di un apparecchio che legge ogni articolo posto nel carrello in modo tale che quando si arriva alla cassa bisogna solo pagare, senza fare la fila. Tutto molto bello se non fosse che l'apparecchio emette ogni volta un suono per segnalare che ha letto l'articolo, per cui tra le varie corsie è un continuo risuonare di bip bip che vengono accettati come fosse la normalità.

Io sono letteralmente fuggita senza comperare niente.

Ho l'orecchio troppo sensibile? Può darsi. Canto con la Corale fin dall'inizio e a qualcosa saranno ben serviti gli esercizi di educazione all'ascolto. Lo scorso maggio per festeggiare il decimo anniversario della rifondazione della Corale siamo tornati a cantare dove avevamo tenuto il nostro primo concerto e con la nostra esibizione abbiamo aperto una serie di eventi tutti dedicati all'ascolto. Forse abbiamo veramente bisogno di una rieducazione che ci permetta non solo di sentire meglio ma di essere più attenti a chi e a a quanto ci circonda.

E in tutto questo cosa c'entra la Corale del CAO? Per sua fortuna è dotata di un Direttore di grande sensibilità e professionalità e di una trentina di coristi che, magari ogni tanto con qualche brontolamento, continuano a credere nel suo percorso di formazione e a seguirlo.

Non cambieremo certamente il mondo né risolveremo i problemi che lo affliggono, ma sicuramente avremo migliorato il nostro modo di approcciarci agli altri ed acquisito, unitamente ad una migliore tecnica vocale, una maggior consapevolezza delle nostre capacità.

Buon 2019 e buon ascolto a tutti!

Come sempre, il mercoledì sera siamo lì e la porta è aperta.

3

## 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.

## NOTA BENE

**LUOGO DI RITROVO**  
Indicato  
nelle singole gite



Si raccomanda la presenza nel luogo di ritrovo almeno 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 disposizioni 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 riservano la facoltà di modificare l'itinerario prefissato e di interrompere in qualsiasi momento la gita in svolgimento, qualora subentrino situazioni per cui vengano a mancare le necessarie condizioni di sicurezza (meteo, pericolo valanghe, scarso/ingente innevamento 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 sufficientemente 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 scistiche si consiglia 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'esistenza di pericoli oggettivi, propri dell'ambiente alpino in cui le gite stesse si svolgono.

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

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  
PIVA - 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)

5



**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 -**

**- 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 nevaï, 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



### ALPINISMO SCI-ALPINISMO

Marcello BASSI  
Luca BIANCHI  
Giorgio GALVANI  
Ezio RIGHETTI  
Antonio SIGNORIELLO  
Gianni VALESÌ



### ESCURSIONISMO CIASPOLE

Marcello BASSI  
Carla BRAMBILLA  
Paola BRENNÀ  
Ornello POZZI  
Ezio RIGHETTI  
Sergio RONCHETTI  
Laura SALA  
Adriano TAGLIABUE  
Franco VILLA



### SCI ALPINO discesa

Massimo MICCIO  
Erio MOLTENI



### CAMPEGGIO

Sergio RONCHETTI  
Gigi PRUNOTTO



### SCI NORDICO fondo

Ornello POZZI  
Carlo TAIANA



### CORALE

Rita ROMANÒ



REPRESENTATIVES  
INTERNATIONAL MEETINGS

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

info@mirexonline.com  
www.mirexonline.com

## CASTELLETTI Tipolitografia S.R.L.

Via N. Tommaseo, 3  
22036 Erba (Co)

stampa offset e digitale  
grande formato  
etichette  
volantini  
manifesti  
legatoria

Tel. 031.641525 - 031.270915  
tipocast@tipolitografiacastelletti.191.it

## I SOCI SI INCONTRANO

venerdì 11	GENNAIO		<b>NEVE: gite invernali e rischio valanghe</b> <i>serata divulgativa in sede a cura degli accompagnatori CAO</i>
venerdì 18	GENNAIO	ore 20,45	<b>Serata di presentazione delle attività CAO 2019</b> presso l'auditorium don Guanella in via T. Grossi, 18 <i>ospite: Mario Vielmo</i>
martedì 5	FEBBRAIO		<b>IRAN: TERRA DI ANTICHI IMPERI</b> <i>relatori: Chiara Botta e Antonio Signoriello</i>
martedì 5	MARZO		<b>PAPUA NUOVA GUINEA:</b> <b>i Koroway di Papua, un viaggio nel tempo</b> <i>relatore: Alessandro Omassi</i>
martedì 2	APRILE		<b>Da definire</b>
martedì 7	MAGGIO		<b>RIVEDIAMOCI L'INVERNO 2019</b> <i>a cura dei responsabili attività Escursionistica ed Alpinistica</i>
martedì 4	GIUGNO		<b>Da definire</b>
martedì 2	LUGLIO		<b>FRECCE TRICOLORI E PREMANA</b> <i>relatore: Angelo Gatti</i> <b>MESSICO E YUCATÁN</b> <i>relatrice: Carla Brambilla</i>
sabato 28	SETTEMBRE	ore 19,30	<b>FESTA DEL CAMPEGGIO 2019</b>
martedì 26	NOVEMBRE		<b>RIVEDIAMOCI L'ESTATE 2019</b> <i>a cura dei responsabili attività Escursionistica ed Alpinistica</i>

**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.**



## NUOVA GESTIONE

Produzione e vendita di formaggi e salumi

Degustazione prodotti tipici



**LOCALE COMPLETAMENTE  
RINNOVATO**

Conduzione familiare

**Bar - Ristorante**

**cucina casereccia e tipica  
della tradizione lombarda**

Albergo

**Servizio Navetta  
su prenotazione**



**DAL 1885**  
Locale storico  
**BRUNATE - Via alle Colme**  
**1000 m di altitudine**  
vecchisapori2016@gmail.com  
**Telefoni**  
**031 221074**  
**335 766 32 99**  
**349 138 7937**



# CIASPOLE SCI NORDICO



**DIEGO CAPPELLETTI**  
Verso l'ignoto



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



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



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



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



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



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



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

## 20 GENNAIO PASSO DEL MALOJA M 1815 VALLE DEL FORNO\*

La nostra meta è la stupenda Valle del Forno in Engadina, ed è inutile ricordare la straordinaria bellezza degli ambienti di queste montagne. Il pullman ci lascerà al Passo del Maloja da dove inizia la facile ma appagante camminata, che risalendo nel bosco ci porterà al Lago Cavloc, posto in un'ampia e stupenda conca. Se le condizioni lo permetteranno proseguiremo per un breve tratto successivo per allargare lo sguardo verso il fondovalle e a nuovi meravigliosi panorami. Gli amici fondisti potranno invece divertirsi sui noti e sempre apprezzati percorsi che fanno di questa zona un autentico paradiso per lo sci di fondo.

## 10 FEBBRAIO CAPANNA BOVAL M 2495 E VAL ROSEG\*

Una meravigliosa ciaspolata ai piedi del Bernina con panorami sul ghiacciaio del Morteratsch. Cosa chiedere di meglio ad una giornata sulla neve? Saliremo per facile sentiero gustando ad ogni passo la vista su una delle più belle zone della Svizzera, nell'ambiente glaciale dell'Engadina. I Soci appassionati di fondo potranno invece divertirsi sulle piste della Val Roseg, altra meta di infinita bellezza.

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

**ritrovo**  
piscine di Muggiò/ore 6,45/pullman/  
per passo del Maloja (CH)/m 1815

**difficoltà**  
facile camminata su neve

**dislivello**  
m 350/ore 2 salita/ore 5 totale

**equipaggiamento**  
**ciaspole** da escursionismo invernale/per ogni tipo  
di clima/bastoncini, ghettoni e ciaspole/  
**set autosoccorso consigliato** (ARTVA, pala, sonda)  
**sci di fondo** dotazione personale

**colazione**  
al sacco

**capi gita**  
Adriano Tagliabue/Franco Villa/Laura Piatti

**termine iscrizione**  
giovedì 10 gennaio

**ritrovo**  
piscine di Muggiò/ore 6,15/pullman/  
per Morteratsch/Engadina (CH)/m 1896

**difficoltà**  
camminata su neve

**dislivello**  
m 605/ore 3 salita/ore 6 totale

**equipaggiamento**  
**ciaspole** da escursionismo invernale/per ogni tipo  
di clima/bastoncini, ghettoni e ciaspole/  
**set autosoccorso consigliato** (ARTVA, pala, sonda)  
**sci di fondo** dotazione personale

**colazione**  
al sacco

**capi gita**  
Ezio Righetti/Marcello Bassi/Alessio Mazzocchi

**termine iscrizione**  
giovedì 31 gennaio

ARROTINO  
COLTELLERIA

## Riccadonna

Coltellerie professionali  
e sportive  
delle migliori marche



Via Borgovico 69  
22100 Como  
Tel. 333/8053192

Dal 1940 produciamo  
e vendiamo direttamente:  
pitture, vernici, smalti  
e altri prodotti per l'edilizia



Attrezzi  
per l'applicazione

 **BRAVIN**

COLORIFICIO BRAVIN snc  
via P.Paoli 116 - Como - 031.520620  
e\_mail: [info@colorificiobrain.it](mailto:info@colorificiobrain.it)

# CIASPOLE



DONATELLA FIGINI  
Ombre



**GENERALI**  
Generali Italia Spa

**AGENZIA PRINCIPALE DI COMOVARESINA 771**

via Varesina 151  
22100 Como  
telefono 031.525730  
fax 031.525740

mail: [agenzia.comovaresina.it@generali.com](mailto:agenzia.comovaresina.it@generali.com)  
pec: [comovaresina@pec.agenzie.generali.com](mailto:comovaresina@pec.agenzie.generali.com)

18

**13 GENNAIO**

**CAPANNA PIANSECCO**  
M 1982  
**VAL BEDRETTO\***

Inizia l'anno escursionistico e come sempre le prime uscite ci vedranno camminare sulla neve con le ciaspole ai piedi. La nostra meta è la val Bedretto che, grazie alla sua esposizione, è una di quelle valli dove... "la neve non manca mai". Partendo dalla località All'Acqua, saliremo per facile sentiero solitamente ben battuto fino alla Capanna Piansecco, apprezzando la disposizione geografica che ci farà camminare per lunghi tratti sul lato soleggiato della valle. Una volta giunti alla meta sarà opportuno alzare lo sguardo verso l'alto per meravigliarsi alla visione delle cime in versione invernale fra le quali spiccano per bellezza il Poncione di Cassina Baggio (2727 m) e il Chuebodenhorn (3070 m).

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

**ritrovo**  
piscine di Muggiò/ore 6,45/auto proprie/  
per All'Acqua (CH)/m 1614

**difficoltà**  
facile camminata su neve

**dislivello**  
m 502/ore 3 salita/ore 6 totale

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

**colazione**  
al sacco

**capi gita**  
Franco Villa/Carla Brambilla/Adriano Tagliabue

**termine di iscrizione**  
giovedì 10 gennaio

**2/3 MARZO**

**RIFUGIO CROSTA**  
**ALL'ALPE SOLCIO** M 1751  
**ALTA VAL D'OSSOLA**

Il nostro tradizionale week end con le ciaspole ci porta quest'anno al Rifugio Crosta situato a 1751 metri in alta Val d'Ossola, sopra il comune di Varzo. Si trova in una costruzione dall'aspetto "antico" ma confortevole ed ospitale, con una cucina casalinga, gustosa e curata. La zona è ricca di itinerari per escursionismo e trekking di più giorni, e meta classica per ciaspolatori e scialpinisti. Saliremo dalla località Maulone lungo una pista generalmente battuta e che rappresenta il percorso più sicuro fra i tre che salgono da valle. Alla domenica mattina seguiremo il facile e aperto percorso fino al panoramico Alpeggio Marzasca per poi scendere alle auto compiendo un anello.

**ritrovo**  
piscine di Muggiò/ore 8,15/auto proprie/  
per Maulone di Varzo (VB)/m 930

**difficoltà**  
camminata su neve

**dislivelli**  
1°giorno m 821/ore 3  
2° giorno m 300 in salita/m 1121 in discesa

**equipaggiamento**  
da escursionismo invernale/per ogni tipo di clima/  
bastoncini, ghette e ciaspole/  
**SET AUTOSOCORSO OBBLIGATORIO** (ARTVA, pala, sonda)

**colazione**  
al sacco e in rifugio

**capi gita**  
Adriano Tagliabue/Paola Brenna/Franco Villa

**termine di iscrizione**  
giovedì 21 febbraio

19

# 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)



## OLIMPIADI 2000 s.n.c.

### PREMIAZIONI SPORTIVE COPPE - MEDAGLIE

Via Roncaldier, 12  
22032 ALBESÉ con CASSANO  
(Como) ITALY  
**TEL. 031 360270 (2 LINEE R.A.)**  
**FAX 031 360274**  
**E-mail [olimpiadi.2000@virgilio.it](mailto:olimpiadi.2000@virgilio.it)**

# SCI ALPINISMO



**ANTONIO SIGNORIELLO**  
Tra vette imbiancate

## VENERDÌ 11 GENNAIO

### SERATA DIVULGATIVA

#### SEDE SOCIALE

NEVE: gite invernali e rischio valanghe  
serata divulgativa a cura accompagnatori CAO

Viste le esperienze degli anni passati, cioè delle estreme variabilità delle condizioni meteo-niveo e del rischio valanghe, non fissiamo in anticipo le mete, ma le date e le aree di nostro interesse, con una rosa di possibili itinerari.

La meta verrà decisa il giovedì precedente la gita, in base alle condizioni. Gli iscritti e interessati verranno avvisati via messaggio, telefono. In caso di pessime condizioni è possibile l'annullamento o il posticipo.

Capigita/accompagnatori:

**Luca Bianchi, Giorgio Galvani,  
Antonio Signoriello, Gianni Valesi**

## DOMENICA 3 FEBBRAIO

### ALTO LARIO, BASSA VALTELLINA

#### MONTE BREGAGNO

Di solito cresta nord, da chiesa San Bernardo, alcuni tratti ripidi, panorama splendido

M 2100	quota
M 1200	dislivello

#### PIZZO DI GINO

Versante ovest, mediamente ripido, richiede condizioni sicure

M 2250	quota
M 1200	dislivello

#### MELLASC

Versante nord, facile, dislivello e sviluppo importante

M 2460	quota
M 1360	dislivello

## DOMENICA 3 MARZO

### VAL D'AOSTA, BIELLESE

#### VERTOSAN

Versante sud, BSA, cresta finale alpinistica

M 2940	quota
M 1200	dislivello

#### CIMA BONZE

Versante est, BS

M 2500	quota
M 1300	dislivello

#### PUNTA VALLETTA

Versante nord, MS

M 2800	quota
M 1400	dislivello

## DOMENICA 31 MARZO

### VAL FORMAZZA, SEMPIONE

#### PIZZO PIOLTONE

Raggiungibile da sud (San Bernardo, Bognanco) o da ovest (Zwischbergental), tratto finale mediamente ripido

M 2600	quota
M 1350	dislivello

#### TEGGIOLO

Versante nord, facile, sviluppo importante

M 2400	quota
M 1150	dislivello

#### PUNTA DI ELGIO

Versante sud, sviluppo importante, pendii sostenuti tratto finale, richiede condizioni sicure

M 2800	quota
M 1150	dislivello



# AnzaniGroup

ANZANIGROUP.IT

SCONTO  
PRESENTANDO

# 20%

RISERVATO!  
LA TESSERA CAO



**OTTICA ANZANI**

AnzaniGroup

SEREGNO

OTTICAANZANISEREGNO.IT



**OTTICA ANZANI**

AnzaniGroup

MARIANO COMENSE

OTTICAANZANIMARIANOCOMENSE.IT



**OTTICA ANZANI**

AnzaniGroup

VERTEMATE

OTTICAANZANIVERTEMATE.IT



**OTTICA ANZANI**

AnzaniGroup

GIUSSANO

OTTICAANZANIGIUSSANO.IT



**OTTICA ANZANI**

AnzaniGroup

COMO

OTTICAANZANICOMO.IT

**ANCORA PIÙ GRANDI PER CRESCERE  
SEMPRE AL TUO FIANCO.**

**BRESSANELLI GALLI GELPI PORTA & C. SRL**  
VIA CANTURINA, 83/B - 22100 COMO  
TEL. 031.307933  
co002@agenziaturich.it  
www.agenziaturich.it/co002



ZURICH ASSICURAZIONI.  
PER CHI AMA DAVVERO.



# SCI ALPINO



# SCI NORDICO



**26** DICEMBRE 2018/  
**2** GENNAIO 2019  
**SETTIMANA BIANCA  
IN VAL DI FIEMME (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, ciaspolatori ed escursionisti a piedi per trascorrere una vacanza sulla neve nel prestigioso territorio di Fiemme e Fassa, tra i comprensori del Catinaccio, Latemar e San Pellegrino. Anche gli escursionisti, a piedi o con le ciaspole, potranno raggiungere facilmente diverse località ed ammirare gli incantevoli paesaggi dolomitici.

**responsabile**

Erio Molteni

**per informazioni**

dettagliate rivolgersi in sede negli orari di apertura

**16/23** FEBBRAIO  
**SETTIMANA BIANCA  
A BRUNICO  
IN VAL PUSTERIA (BZ)**

Brunico è la località prescelta per la nostra 41<sup>a</sup> 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.

**responsabile**

Erio Molteni, Massimo Miccio

**per informazioni**

dettagliate rivolgersi in sede negli orari di apertura

**GITA SCIISTICA  
17** FEBBRAIO

**MADESIMO**  
M 1550

*vedi anche pagina 40*

**responsabili**

Angelo Balestrini/Giuliana Pozzi/Sergio Ronchetti

**per informazioni**

dettagliate rivolgersi in sede negli orari di apertura

**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



**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

# ESCURSIONISMO



**MARTINO TAGLIABUE**  
Eriofori al lago Blanchet

## 7 APRILE

### VIA JULIA AUGUSTA E MONTE BIGNONE

M 1299

Bellissimo percorso ad anello lungo i panoramici crinali tra Albenga e Alassio. Nella prima parte si seguono le tracce della “*via Julia Augusta*”, l’antica strada romana che percorreva la riviera ligure di ponente, incontrando interessanti resti archeologici e con belle viste sull’Isola Gallinara. In seguito si arriva al promontorio di Santa Croce, da cui inizia la ripida salita per il Monte Bignone e i suoi panorami.

La discesa avviene lungo la cresta nord-est della montagna riportandoci ad Albenga dove ci attende una rilassante sosta sulla spiaggia.

## 28 APRILE

### EREMO DI SAN VALENTINO E CIMA COMER

M 770 / LAGO DI GARDA  
M 1280

Gita all’insegna di panorami spettacolari e mozzafiato sul Lago di Garda e sul Monte Baldo. Da Gargnano saliremo al paesino di Sasso e quindi per mulattiera all’Eremo di San Valentino, un luogo insolito e bellissimo, situato sotto una roccia strapiombante dove regna la pace. Il giro più corto da qui tornerà a Gargnano compiendo un anello. Il giro lungo salirà, seguendo un semplice tratto attrezzato, fino alla Cima Comer dove ci attende un panorama straordinario. Dopo le foto di rito scenderemo verso nord compiendo un anello fino al delizioso paese di Muslone e da qui al lago dove ci attende il pullman.

## 12 MAGGIO

### RIFUGIO ELISA

M 1515  
ALTA VAL MERIA

Ritorniamo sulle belle montagne vicino casa con un percorso ad anello che parte molto dolcemente per poi arrivare con una mulattiera gradinata alla caratteristica grotta detta “Ferrera” o Grotta del rame, con tanto di fontana (Acqua Bianca, m 540). Prima della grotta parte a sinistra l’itinerario 18, che faremo al ritorno chiudendo l’anello. Si prosegue poi prima su mulattiera poi su sentiero fino al rifugio con bella vista sul Sasso Cavallo e dei Carbonari. Al ritorno scenderemo con ripido sentiero alla Gardata, una costruzione in pietra molto austera immersa in una bellissima pineta. Per finire un tratto selciato che scende decisamente con continui tornanti fino alla Ferrera e da lì alle auto.

## 9 GIUGNO

### L’ANELLO DEL PASSO SAN MARCO

M 1992

Il Passo San Marco, che divide la Valtellina dalla Val Brembana, è il punto di partenza per una splendida e varia escursione durante la quale il Rifugio Salmurano si trova in un ideale posto-tappa. Dalla Ca’ San Marco seguendo il sentiero 101 delle Orobie occidentali in direzione Passo di Salmurano-Rifugio Benigni, si toccano i laghetti di Ponteranica, il Monte Avaro e il Passo di Salmurano, raggiungendo il rifugio in circa tre ore, con discreto sviluppo ma scarso dislivello e interamente sul versante solivo bergamasco. Per il rientro sceglieremo il più selvaggio versante valtellinese, toccando il Lago di Pescegallo, il Forcellino e il Passo di Verrobbio.

32

	<b>ritrovo</b>
<b>piscine di Muggiò</b> /ore 5,45/pullman/ per Albenga (SV)	
	<b>traversata</b>
in ore 5.30	
	<b>difficoltà</b>
E/escursionistica	
	<b>dislivello</b>
m 580	
	<b>equipaggiamento</b>
da escursionismo/per ogni tipo di clima	
	<b>colazione</b>
al sacco	
	<b>capi gita</b>
Paola Brenna/Adriano Tagliabue/Sergio Ronchetti	
	<b>termine iscrizione</b>
martedì 28 marzo	

	<b>ritrovo</b>
<b>piscine di Muggiò</b> /ore 5,45/pullman/ per Gargnano (BS)/m 98	
	<b>itinerari</b>
<b>A</b> /salita m 580/ore 2 <b>B</b> /salita m 1180/ore 3	
	<b>difficoltà</b>
<b>A</b> /(E) escursionistico <b>B</b> /(EE) escursionisti esperti	
	<b>equipaggiamento</b>
da escursionismo/per ogni tipo di clima	
	<b>colazione</b>
al sacco	
	<b>capi gita</b>
Adriano Tagliabue /Franco Villa/Laura Sala	
	<b>termine iscrizione</b>
martedì 18 aprile	

	<b>ritrovo</b>
<b>piscine di Muggiò</b> /ore 6,45/auto proprie/ per Mandello del Lario/loc. Rongio (LC)/m 400	
	<b>dislivello</b>
m 1117/ore 5	
	<b>difficoltà</b>
E/escursionistica	
	<b>equipaggiamento</b>
da escursionismo/per ogni tipo di clima	
	<b>colazione</b>
al sacco	
	<b>capi gita</b>
Ezio Righetti/Marcello Bassi/Sergio Ronchetti	
	<b>termine iscrizioni</b>
giovedì 9 maggio	

	<b>ritrovo</b>
<b>piscine di Muggiò</b> /ore 6,45/auto proprie/ per passo San Marco (SO)/m 1992	
	<b>difficoltà</b>
(E) escursionistica	
	<b>dislivello</b>
m 600/ore 6	
	<b>equipaggiamento</b>
da escursionismo/per ogni tipo di clima	
	<b>colazione</b>
al sacco	
	<b>capi gita</b>
Carla Brambilla/Marcello Bassi/Ezio Righetti	
	<b>termine iscrizioni</b>
giovedì 6 giugno	

33

**16 GIUGNO**  
**MONTE MUCRONE**  
M 2335  
**UN BALCONE  
SUL BIELLESE**  
CON CAI COMO

Si parte dal magnifico Santuario di Oropa, pregevolmente incastonato nel cuore delle Prealpi Biellesi. Questa catena di monti colpisce per la rapidità con cui si erge dalla pianura, le colline quasi non esistono è subito montagna. Saliremo il Monte Mucrone con un percorso agevole ma non banale. Dalla cima ci sposteremo verso la croce, leggermente disassata, per godere di una vista migliore sul Canavese, mentre alle nostre spalle si stagliano i giganti, cioè i 4000 della Val d'Aosta.

**22 GIUGNO**  
**MONTE BERLINGHERA**  
M 1930  
**IN NOTTURNA**

Da qualche anno abbiamo inserito le notturne nel programma CAO, gite che hanno incontrato uno straordinario gradimento da parte dei Soci. Così quest'anno vogliamo fare un salto di qualità alzandoci di quota e scegliendo una meta che ci impegnerà quasi tutta la notte "una notturna totale"! Raggiungeremo la cima del Monte Berlinghera che per la sua posizione regala lo spettacolo di panorami incredibili per la loro vastità e bellezza. Come sempre, al termine, la tradizionale "merenda sotto le stelle". La luna sarà a due terzi e ci auguriamo una notte di cielo sereno per apprezzare la sua luce e la visione delle stelle.

**28 GIUGNO / 1 LUGLIO**  
**TREKKING SUI MONTI  
SIBILLINI**  
**NORCIA E DINTORNI**

Quattro giorni in zone di una bellezza assoluta, proprio nel periodo in cui avviene la famosa fioritura della Piana di Castelluccio di Norcia dove gli ordinati campi vengono coltivati con diverse specie di piante (fra cui le famose Lenticchie di Castelluccio), ognuna delle quali sviluppa fiori coloratissimi creando uno spettacolo di quelli "da vedere una volta nella vita". Ci attendono paesaggi meravigliosi, due escursioni scelte con cura per apprezzare al meglio questo angolo di Appennino, borghi e paesi medievali molto ben conservati, l'assaggio della rinomata cucina umbra, l'acquisto di prodotti locali, e se non vi basta faremo anche una visita guidata alla città di Norcia dove, purtroppo, il recente sisma ha lasciato ferite inguaribili.

**13/14 LUGLIO**  
**RIFUGIO FEDERICO CHABOD**  
M 2750  
**GRAN PARADISO** M 4061

Gran Paradiso montagna delle Alpi Graie, situato nell'omonimo Parco Nazionale.

La vetta è situata totalmente in territorio della Valle d'Aosta e quindi considerato l'unico 4000 in territorio italiano.

Il rifugio Federico Chabod è situato al cospetto della parete NW del Gran Paradiso, punto di partenza per l'ascensione della via normale per il ghiacciaio di Laveciau.

La discesa si effettuerà per l'itinerario che conduce al rifugio Vittorio Emanuele II.

Gli escursionisti mediante un piacevole percorso, molto interessante sotto l'aspetto panoramico al cospetto del Gran Paradiso, raggiungeranno il rifugio Vittorio Emanuele II e da qui possono raggiungere il fronte del ghiacciaio del Gran Paradiso affrontando un vallone su morene fino alla base del ghiacciaio.

**continua alla pagina seguente**

34

**ritrovo**  
**piscine di Muggiò/ore 7,00/auto proprie/**  
per Oropa (BI)/m 1235

**itinerario**  
dislivello m 1100/durata ore 6

**difficoltà**  
(EE) escursionisti esperti ed allenati

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

**colazione**  
al sacco

**capi gita**  
Sergio Ronchetti/Franco Villa  
Roberto Belluschi/Luigi Molteni per il CAI Como

**termine iscrizioni**  
giovedì 13 giugno

**ritrovo**  
**piscine di Muggiò/ore 18,45/cena già fatta/**  
auto proprie/per San Bartolomeo  
frazione di Gera Lario (CO)/m 1200

**difficoltà**  
(E) escursionistica/il percorso è semplice,  
tuttavia si raccomanda di tenersi  
a stretto contatto con gli accompagnatori

**dislivello**  
m 730/salita ore 3/totale 5,30

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

**capi gita**  
Adriano Tagliabue/Paola Brenna/Laura Piatti

**termine iscrizioni**  
martedì 18 giugno

35

**ritrovo**  
**piscine di Muggiò/ore 5,45/pullman o auto/per**  
Biselli di Norcia/m 600 (PG)

**difficoltà**  
(E) escursionistico

**dislivello**  
m 730/salita ore 3/totale 5,30

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

**capo gita**  
Adriano Tagliabue

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

**termine iscrizioni**  
giovedì 30 maggio

**piscine di Muggiò**/ore 7,00/auto proprie/  
per Pont Valsavarenche (AO)/m 1956

**ritrovo**

**1° giorno**

salita al rifugio Federico Chabod in ore 2,30/  
dislivello m 916

**2° giorno**

**A**/traversata al rifugio Vittorio Emanuele II/  
dislivello irrilevante/ore 2,30/  
discesa a Pont Valsavarenche/ore 2,00  
*Facoltativo:* dal rifugio Vittorio Emanuele II  
salita al cospetto ghiacciaio del Gran Paradiso  
quota 3100m/dislivello 350m/ore 2,00/  
discesa a Pont Valsavarenche/ore 2,00  
**B**/salita al Gran Paradiso/m 1311/ore 4,30/  
discesa al rifugio Vittorio Emanuele II/ore 3,30/  
discesa a Pont Valsavarenche/ore 2,00

**difficoltà**

**A**/(F) escursionistica  
**B**/(EEA/F+) alpinistica su ghiaccio

**equipaggiamento**

**A**/da escursionismo alta quota/  
per ogni tipo di clima  
**B**/da alpinismo d'alta quota con ramponi/piccozza/  
imbragatura/2 moschettoni a ghiera/2 cordini

**colazione**

al sacco e in rifugio

**capi gita**

**A**/Carla Brambilla/Franco Villa  
**B**/Giorgio Galvani/Antonio Signoriello

**termine iscrizione**

giovedì 4 luglio

**30 AGOSTO - 2 SETTEMBRE**  
**TREKKING**  
**IN VAL SARENTINO**

Alla scoperta delle Alpi Sarentine, in zone frequentate dagli escursionisti di tutta Europa. La Val Sarentino è definita uno dei luoghi più autentici dell'Alto Adige, dove le lancette dell'orologio sembrano girare più piano che altrove e dove le tradizioni fanno ancora parte della vita quotidiana fra i lindi villaggi di fondovalle, i numerosi Masi sparsi sulle pendici delle montagne in cui la lavorazione dei cesti e l'intaglio delle pipe sono ancora attività praticate con passione. Verdi foreste di conifere sono il contorno a montagne ricche di leggende e dall'aspetto talvolta selvaggio che fanno nascere il desiderio di salire con lo zaino in spalla per allargare la vista su questo meraviglioso ambiente. Seguendo il tradizionale schema di queste nostre "avventure" di quattro giorni, ci divertiremo con due bellissime escursioni e con la visita a due luoghi molto particolari e di grandiosa soddisfazione.

**ritrovo**

**piscine di Muggiò**/ore 6,15/auto proprie/  
per Valdurna in val Sarentino (BZ)/m 1568

**difficoltà**

E/escursionistico

**equipaggiamento**

da escursionismo/per ogni tipo di clima

**capo gita**

Adriano Tagliabue

**per informazioni**

rivolgersi in sede negli orari di apertura

**termine iscrizione**

martedì 23 luglio

ALPINISTICA

**8 SETTEMBRE**  
**TÊTE DE LA FORCLAZ**  
M 3492  
**FERRATA FURGGEN RIDE**

Valtournenche al cospetto della "Gran Becca", il Cervino. Un itinerario di notevole prestigio, una cresta che appaga per la sua spettacolarità alpinistica. Un percorso misto, roccia con eventualmente tratti ghiacciati, che assicurato da fune metalliche conduce alpinisti esperti al compimento di un'entusiasmante e gratificante impresa. Salita in funivia al Plateau Rosà. In leggera discesa su ghiacciaio al Rifugio Teodulo m. 3517. Da qui inizia il percorso, con la bella ed aerea cresta spartiacque tra Italia e Svizzera, fino alla vecchia stazione della funivia del Furggen. La discesa, con la parte iniziale alquanto ripida, conduce su agevoli prati alla funivia di Plain Maison e rientro a Cervinia.

**ritrovo**

**piscine di Muggiò**/ore 5,30/auto proprie/  
per Breuil-Cervinia/Valtournenche (AO)/m 2050

**itinerario**

semplice ghiacciaio e ferrata su cresta

**difficoltà**

(EEA - PD)

**equipaggiamento**

da alpinismo d'alta quota con imbrago,  
**kit ferrata omologato**, casco, ramponi, bastoncini

**colazione**

al sacco

**capi gita**

Giorgio Galvani/Antonio Signoriello

**termine iscrizione**

martedì 3 settembre

**15 SETTEMBRE**

**GIRO DEI LAGHI**  
**DI VALGOGGIO**  
M 2064

Una classica camminata su facili sentieri ci permetterà di effettuare il giro di ben nove laghetti incastonati fra bellissime cime. Arrivati al secondo lago, il Cernello a 1922 metri di quota, i più pigri potranno fermarsi in un accogliente rifugio, mentre il resto del gruppo effettuerà il giro completo. La gita si effettua in zone in grado di soddisfare gli escursionisti per la varietà degli ambienti che andremo ad attraversare, dal bosco alle severe pietraie d'alta quota. Ci attende una splendida giornata in allegra compagnia fra i grandiosi scenari delle Orobie.

**ritrovo**

**piscine di Muggiò**/ore 6,15/auto proprie/  
per Valgoglio (BG)/m 930

**dislivello**

m 776 al rifugio Cernello/ore 2,30  
m 980 il giro completo/ore 6 totale

**difficoltà**

E/escursionistica

**equipaggiamento**

da escursionismo adatto ad ogni tipo di clima

**colazione**

al sacco

**capi gita**

Ezio Righetti/Franco Villa/Sergio Ronchetti

**termine iscrizione**

giovedì 12 settembre

**29 SETTEMBRE**  
**MADONNA DELLA NEVE**  
M 1087  
**VAL BIANDINO**

Una volta arrivati ad Introbio, proseguendo lungo la strada carrozzabile, con una pendenza a volte moderata, a volte severa, ci inoltriamo nella bella valle sempre accompagnati dallo scrosciare delle acque del torrente Troggia. Superiamo dapprima un ponte, la fonte San Carlo, l'agriturismo "La Baita". Dopo circa 2 ore e 40 minuti, superiamo un ponte su una dolce cascatella arrivando così al rifugio Tavecchia. Qui proseguiamo in piano in mezzo ai prati verso il santuario della Madonna della Neve che raggiungeremo in circa 25 minuti. Il panorama è ormai completamente aperto sull'intera valle e sul gruppo del Pizzo dei Tre Signori.

38

**ritrovo**  
**piscine di Muggiò**/ore 6,45/auto proprie/  
per Introbio (LC)/m 586

**dislivello**  
m 950/salita ore 3/totale ore 5,30

**difficoltà**  
(E) escursionistica

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

**colazione**  
al sacco

**capi gita**  
Carla Brambilla/Ezio Righetti/Laura Sala

**termine iscrizione**  
giovedì 26 settembre

**5/6 OTTOBRE**  
**GITA DI CHIUSURA**  
**AL RIFUGIO LECCO** M 1777

Piani di Bobbio, nell'accogliente rifugio Lecco. La salita verrà fatta da Barzio o da Moggio, funivia chiusa. Due le proposte per la giornata di domenica: l'Anello dei Campelli oppure la ferrata Minonzio. La prima è una traversata escursionistica che conduce sul versante orientale dello Zuccone Campelli, arrivando ad Artavaggio passando dalla Bocchetta dei Mughì (punto più alto). La seconda è un percorso attrezzato che porta in cima allo Zuccone Campelli. In discesa, ci si ricongiunge ad Artavaggio; ritorno a Moggio in funivia (o a piedi).

**ritrovo**  
**piscine di Muggiò**/ore 12,45/auto proprie/  
per Barzio o Moggio (LC)/m 890

**itinerari**  
**1° giorno** al rifugio Lecco/m 1777/ore 3/m 900  
**2° giorno**  
A/Anello dei Campelli-Artavaggio/m 350/ore 4/5  
B/Ferrata Minonzio-Artavaggio/m 450/ore 4/5

**difficoltà**  
**A/** (E) escursionistico/sentieri ripidi che richiedono allenamento e passo sicuro  
**B/** (EEA) kit ferrata omologato con casco

**equipaggiamento**  
da escursionismo autunnale/per ogni tipo di clima (possibile freddo in quota)

**colazione**  
al sacco e in rifugio

**capi gita**  
Giorgio Galvani/Sergio Ronchetti

**termine iscrizione**  
giovedì 26 settembre

# RAGAZZI



**ANGELO GATTI**  
Esodo

**SCUOLA DI SCI**  
**13/20/27** GENNAIO  
**3** FEBBRAIO  
**SPLÜGEN (CH)\***  
**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 e febbraio è attivo il corso in collaborazione con i Maestri della Scuola di sci di Splügen, per le discipline di sci alpino e di snowboard.

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

**GITA SCIISTICA**  
**17** FEBBRAIO  
**MADESIMO**  
M 1550

vedi anche pagina 29

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

**ALPE DI LEMNA**  
M 889  
CON CAI MOLTRASIO  
**14** APRILE

Lasciate le auto a Molina, si attraversa il piccolo borgo e si giunge al masso avello di Lemna (o di Bicogno), unico esistente nella zona di Faggeto Lario. Ci si addentra quindi nel bosco su un sentiero immerso nel verde fino all'Alpe. È un alpeggio stupendo che si apre fra i monti nel triangolo lariano. È presente un centro equestre per cui potremo ammirare cavalli ed animali domestici. Sarà possibile anche un buon ristoro all'agriturismo.

**ritrovo**  
Como/viale Innocenzo XI (fronte ENEL)/ore 8,15/  
auto proprie/per Molina di Faggeto Lario (CO)/m 450  
**itinerario**  
escursione all'Alpe di Lemna  
**difficoltà**  
E/Escursionistico  
**dislivello**  
m 439/ore 1,30  
**equipaggiamento**  
da escursionismo/per ogni tipo di clima  
**colazione**  
al sacco o in agriturismo  
**capo gita**  
Sergio Ronchetti  
Mariarosa Camperi per CAI Moltrasio  
**termine iscrizioni**  
giovedì 11 aprile

**CAPANNA TAMARO\***  
M 1867  
CON CAI MOLTRASIO  
**19** MAGGIO

La capanna si trova sulla cresta che congiunge la Valle del Trodo e la Valle di Duragno. In pratica è sul confine tra il Sopra e Sottoceneri. Situata appena sotto la vetta del pizzo Tamaro, si gode una stupenda vista sul fondovalle: a nord su Bellinzona e sulle vallate superiori, a sud Lugano con il lago Ceresio ed a ovest il lago Maggiore dominato da Locarno e dal suo delta. La Capanna è stata ricavata da una vecchia costruzione militare del 1914 e più volte rimodernata.

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

**ritrovo**  
parcheggio Bennet di Tavernola/ore 7,45/auto proprie/  
per Vira-Gambarogno/Alpe di Neggia (CH)/m 1395  
**itinerario**  
salita alla capanna Tamaro  
**difficoltà**  
E/Escursionistico  
**dislivello**  
m 500/ore 2  
**equipaggiamento**  
da escursionismo/per ogni tipo di clima  
**colazione**  
al sacco  
**capo gita**  
Sergio Ronchetti  
Mariarosa Camperi per CAI Moltrasio  
**termine iscrizioni**  
giovedì 16 maggio

# FB

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)

# CAMPEGGIO



**DIEGO CAPPELLETTI**  
Monte Pelmo



**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)

**5/23** AGOSTO

**46° CAMPEGGIO**  
**ZOLDO ALTO**  
VAL DI ZOLDO (BL)  
CAMPEGGIO PALAFAVERA  
M 1514

Torniamo nelle Dolomite Zoldane, tra il monte Civetta ed il Pelmo, per il nostro tradizionale campeggio estivo, dopo le più che positive esperienze degli anni passati.

Un prestigioso territorio alpino, ricco di opportunità tra sport, divertimento e natura sul quale il maltempo ha infierito in modo particolarmente violento. La partecipazione a questo evento è un modo per contribuire alla rinascita di questi territori giustamente riconosciuti come patrimonio dell'umanità.

Due alberghetti, con camere, bar e ristorante (da prenotare con largo anticipo) sono adiacenti il campeggio.

Il tendone ritrovo e la piccola cucina comunitaria, arricchiscono l'offerta vacanziera per i Soci.

**prenotazioni**

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

**responsabile**

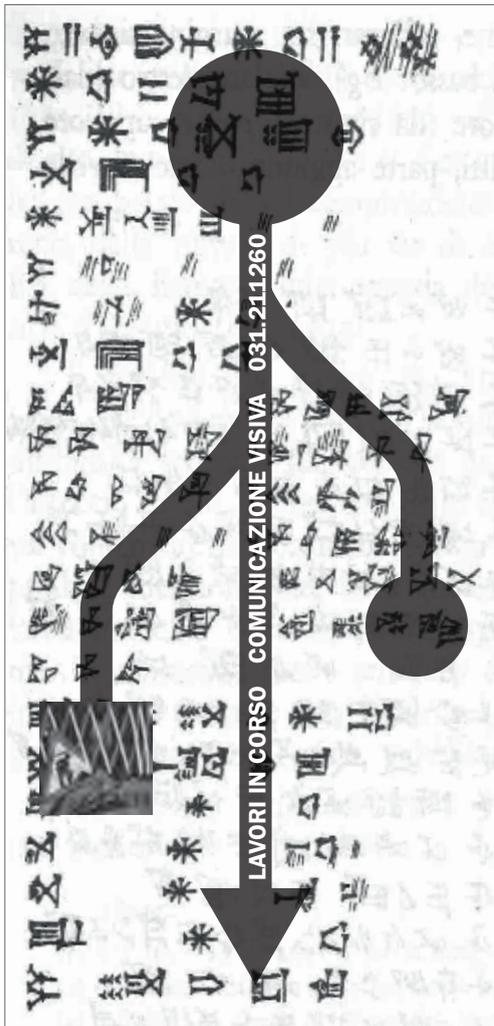
Sergio Ronchetti

**per informazioni**

dettagliate rivolgersi in sede negli orari di apertura







redazione

Rita Romanò, Diego Cappelletti,  
Antonio Signoriello

grafica

Lavori in corso

stampa

Tipografia Castelletti

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

**ARRIVEDERCI  
AL PROSSIMO ANNO**



**terzo premio**  
**ANGELO GATTI**  
*Autunno in valle*

## 41° CONCORSO FOTOGRAFICO



**premio speciale**  
**CHIARA BOTTA**  
*Nella bufera*



# 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