



**PROGRAMMA
ATTIVITÀ
SOCIALE
2020**

CAO

**CLUB
ALPINO
OPERAIO
COMO
DAL 1885**

escursionismo

sci alpinismo

ciaspole

sci alpino

sci nordico

campeggio

corale



43° CONCORSO FOTOGRAFICO

in copertina
primo premio A
ANGELO GATTI
Rifugio Torino

sopra
primo premio B
ANGELO GATTI
Campo base

in terza di copertina
secondo premio
ANNAMARIA ADAMI
Paesaggio lunare

terzo premio
ANTONIO SIGNORIELLO
Insieme verso la meta

a fianco
premio speciale
DANIELE LURASCHI
Grignetta
"Un bianco e nero
che celebra
nelle sue sfumature
il colore
che vogliamo immaginare"

135° ANNO

Socie e Soci carissimi,

fra pochi mesi il nostro CAO festeggerà il 135° anniversario della sua fondazione e nel predisporre il programma delle attività per l'anno 2020 il Consiglio Direttivo ha voluto onorare questa ricorrenza con un'iniziativa particolare. Si è pensato così di percorrere il noto Cammino Materano, da Bari a Matera, lungo la via Peuceta. Un modo per ricordare che camminare, "andar per il monte" come dicevano i soci fondatori, è sempre stato uno degli obiettivi sociali più significativi.

L'altra iniziativa legata a questa importante ricorrenza è stata quella di creare un bollino speciale 2020 per invogliare i soci a contribuire al finanziamento dei lavori

di rifacimento del tetto della Capanna. Vi è poi un'altra ragione per la quale questo è un anno speciale: settant'anni fa veniva fondata la Corale CAO che, rinnovata nella sua formazione, anche se con qualche difficoltà, sta portando avanti con passione l'impegno della diffusione del canto alpino popolare.

Il Programma 2020, rispecchiando poi la tradizione di questi ultimi anni, si presenta completo nelle diverse attività e, speriamo, in grado di soddisfare le esigenze dei nostri soci. Ed a questo obiettivo deve tendere l'impegno di tutti coloro che con qualsiasi incarico ed a qualsiasi livello operano per la nostra associazione in modo da gratificare i Soci per la loro appartenenza al Club Alpino Operaio.

Il Presidente *Erio Molteni*



CALENDARIO CRONOLOGICO 2020

DICEMBRE 2019/DICEMBRE 2020

Sci alpino/sci nordico/ciaspole/escursionismo

dal 26/12 al 02/01		Settimana Bianca/Panchià in val di Fiemme (TN) m 981	26	
GENNAIO	12	sci alpino	Scuola sci per bambini e ragazzi/Splügen (CH) m 1457	38
	17	varie	Serata presentazione Programma Attività Sociale 2020	
		Ospite: Davide Chiesa	11	
	19	sci alpino	Scuola sci per bambini e ragazzi/Splügen (CH) m 1457	38
	26	sci alpino	Scuola sci per bambini e ragazzi/Splügen (CH) m 1457	38
FEBBRAIO	02	ciaspole	Val Piumogna da Dalpe (CH) m 1400	15
	02	sci alpino	Scuola sci per bambini e ragazzi/Splügen (CH) m 1457	38
	04	varie	I Soci si incontrano/ C. Brambilla e C. Botta-A. Signoriello	11
	09	scialpinismo	Alto Lario/Engadina itinerario secondo meteo	20
	16	sci alpino	Madesimo (SO) m 1550	27/38
	16	ciaspole	Capanna Grossalp da Bosco Gurin (CH) m 1907	15
	29/2-7/3	sci alpino/sci nordico/ciaspole/escursionismo	42ª Settimana bianca/Brunico (BZ) m 838	27
MARZO	01	scialpinismo	Biellese/Valsesia/Sempione itinerario secondo meteo	21
	10	varie	I Soci si incontrano/Sono figlio del cammino/A. Omassi	11
	15	ciaspole	Lago di Pescegallo/val Gerola (SO) m 1865	17
	29	escursionismo	Varazze, Santuario N.S. della Guardia, Cogoletto, Varazze	30
	29	scialpinismo	Valtellina itinerario secondo meteo	21
APRILE	05	escursionismo/ragazzi CAI	La via dei canti nella foresta della Valsolda	39
	07	varie	I Soci si incontrano/Micologica Bresadola/Giana-Ghidelli	11
	19	escursionismo	Rifugio Ghislandi (LC) m 1284	30
MAGGIO	3/11	escursionismo/trekking	Sentiero Materano: la via Peuceta	31
		varie	I Soci si incontrano/rivediamoci l'inverno 2020	11
	12	escursionismo	Monte Boglià (CH) m 1450	31
	17	escursionismo	Monte Boglià (CH) m 1450	31
	24	escursionismo/ragazzi	CAI Capanna Tamaro (CH) m 1867	39

GIUGNO	07	escursionismo	Rifugio De Dosso/valle di Tegno (SO) m 2119	32
	09	varie	I Soci si incontrano/Federaz. pesca sportiva/L.Guglielmetti	11
	28	escursionismo/CAO CAI	Rifugio Alpe Piazza/valle di Albaredo (SO) m 1835	32
LUGLIO	04/05	escursionismo/alpinismo	Rif. Benevolo/ Granta Parey m 3387/Col Bassac Derè m 3085	33
	07	varie	I Soci si incontrano/Lago di Alserio/Angelo Gatti	11
	19	escursionismo	Rifugio Cesare Ponti (SO) m 2559	34
AGOSTO	02/21	campeggio	47° Campeggio: Peio, campeggio val di Sole (TN) m 1250	41
SETTEMBRE	04/08	escursionismo/trekking	Val Visdende/Sappada (UD) m 1245	34
	13	escursionismo	Lago Nero m 2054 e lago Verde m 2073/val Belviso (SO)	35
	27	escursionismo	Lago di val Sambuzza m 2085 e pizzo Zerno m2572 (BG)	35
	27	alpinismo/ferrata	Ferrata degli artisti (SV) m 1335	36
	OTTOBRE		varie	Inizio corso di ginnastica presciistica
	3/4	escursionismo/alpinismo	Gita di chiusura/rifugio Scoggione/Colico (LC) m 1575	36
	10	varie	Festa del campeggio 2020	11
	18	varie	Gara di bocce e castagnata alla Capanna CAO	45
NOVEMBRE	08	varie	49ª Festa Amici della Montagna alla Capanna CAO	45
	12	varie	44° concorso fotografico/termine presentazione opere	11
	24	varie	I Soci si incontrano/rivediamoci l'estate 2020	45
DICEMBRE		varie	44° concorso fotografico/serata premiazione opere in sede	45

CORALE



2

La nostra Associazione compie 155 anni!
Quante persone ha avvicinato alla montagna in questi anni, quanti hanno scoperto le bellezze di nuovi paesaggi e il piacere di camminare in compagnia in mezzo alla natura, quanti hanno cantato durante le escursioni!
Nella nostra storia si legge che “il coro è nato dallo spontaneo trovarsi di amici appassionati di montagna e di canto per onorare la memoria di un compagno vittima di un incidente alpinistico”.
Poi siamo arrivati noi, corale di voci miste, nata dalla voglia di continuare una tradizione che non si voleva lasciar cadere.
È un piacere ed un orgoglio quando ci presentiamo poter citare l’anzianità della nostra Associazio-

ne e a volte qualcuno incredulo ne chiede conferma.
Cantiamo e contiamo di farlo ancora a lungo perché il canto è il modo più immediato di trasmettere emozioni e sentimenti, perché cantare in coro è un’esperienza unica che insegna ad ascoltare e ad entrare in sintonia con gli altri, a dare e ricevere energia, a dimenticare le ansie quotidiane, ad educare il nostro corpo per riuscire ad emettere un suono migliore.
Siamo strumenti umani dotati di corde vocali che vibrano al passaggio dell’aria, ognuno di noi è uno strumento unico, diverso da tutti gli altri. Nel coro ricreiamo un’orchestra che può comporre armonie uniche.

Ci piace ripensare a chi lo ha fatto prima di noi in tutti questi anni e alle emozioni che avrà vissuto e trasmesso.
Lunga vita alla nostra Associazione e buon canto a tutti!
Come sempre se qualcuno vuole unirsi a noi ci trova in sede il mercoledì sera.

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.



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.

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.

CAO CLUB ALPINO OPERAIO
Associazione Sportiva Dilettantistica
PIVA - C.F. 00453090136
cao.como@arubapec.it

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

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.



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.



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

www.roncoronilegno.it

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 nevali, 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.

F	Facile
PD	Poco Difficile
AD	Abbastanza Difficile
D	Difficile
TD	Molto Difficile
ED	Estremamente Difficile
EX	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.)


DOTT. RAG. PAOLO FRISONI
Consulente del lavoro – Revisore legale
RAG. LUIGINA ANDRIGHETTI
Consulente del lavoro – Revisore legale
RAG. SILVIA FRISONI
Consulente del lavoro
DOTT. MARCO FRISONI
Consulente del lavoro
DOTT. ALESSIO BISCEGLIE
Consulente del lavoro


FRISONI **e** BISCEGLIE

STUDIO DI CONSULENZA DEL LAVORO

 **Via Oltrecolle, 139 – 22100 Como**

 **+39 031 555560**

 **info@frisoniebisceglie.com**

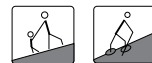
 **www.frisoniebisceglie.com**

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
Maurizio RONCHETTI
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

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

I SOCI SI INCONTRANO

venerdì 17	GENNAIO	ore 20,45	Serata di presentazione delle attività CAO 2020 presso l'auditorium don Guanella in via T. Grossi, 18 <i>ospite: Davide Chiesa</i>
martedì 4	FEBBRAIO		MOSCA E SAN PIETROBURGO <i>relatrice: Carla Brambilla</i> CAMMINO MATERANO <i>relatori: Chiara Botta e Antonio Signoriello</i>
martedì 10	MARZO		SONO FIGLIO DEL CAMMINO <i>relatore: Alessandro Omassi</i>
martedì 7	APRILE		Associazione micologica Bresadola - Como I FUNGHI: QUELLO CHE SI DEVE SAPERE <i>relatori: Gianni Giana e Silvano Ghidelli</i>
martedì 12	MAGGIO		RIVEDIAMOCI L'INVERNO 2020 <i>a cura dei responsabili attività Escursionistica e Sci-Alpinistica</i>
martedì 9	GIUGNO		A.P.S. Como F.I.P.S.A.S. VALORE SOCIALE DELLA PESCA SPORTIVA <i>Relatore: Luigi Guglielmetti</i>
martedì 7	LUGLIO		LE MIE GIORNATE AL LAGO D'ALSERIO <i>relatore: Angelo Gatti</i>
sabato 10	OTTOBRE	ore 19,30	FESTA DEL CAMPEGGIO 2020
martedì 24	NOVEMBRE		RIVEDIAMOCI L'ESTATE 2020 <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. L'INGRESSO È LIBERO e le serate si terranno presso la sede alle ore 21, salvo diverse indicazioni.

**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.**



CIASPOLE 

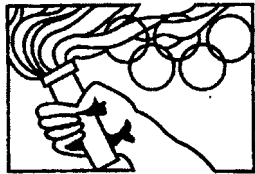
**ANGELO GATTI
In fila indiana**



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
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

2 FEBBRAIO VAL PIUMOGNA DA DALPE M 1450

Grazie all'abbondanza di neve, ed alla presenza di numerosi itinerari sicuri, la Val Piumogna è una meta classica per gli appassionati delle ciaspole. Dal paese di Dalpe seguiremo il facile percorso per ciaspole che si addentra nella suggestiva Val Piumogna, costeggiando il tracciato dell'omonimo torrente. In questo spettacolare altopiano potremo ammirare le splendide vette che si innalzano intorno, tra le quali vanno citate il Pizzo Campo Tencia e il Pizzo Forno.

NB Indispensabili documenti validi per l'espatrio, consigliati franchi svizzeri

ritrovo
piscine di Muggiò/ore 6,45/auto proprie/ per Dalpe/CH/m 1190

difficoltà
camminata su neve

dislivello
m 300/ore 3 salita/ore 5 totale

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

colazione
al sacco

capi gita
Paola Brenna, Alessio Mazzocchi, Franco Villa

termine di iscrizione
giovedì 30 gennaio

16 FEBBRAIO CAPANNA GROSSALP M 1907 BOSCO GURIN

Bosco Gurin è un delizioso villaggio Walser dove potremo ammirare le caratteristiche e antiche abitazione in legno costruite con la tecnica del blockhaus. Da qui saliremo fino alla Capanna Grossalp lungo un sicuro percorso. La struttura, sempre aperta e custodita, ci offrirà una splendida vista sul sottostante villaggio e sulla conca che lo circonda. Al ritorno sarà d'obbligo una visita al piccolo borgo e alle case dove vivono i discendenti dei primi abitanti che, oggi come allora, parlano un dialetto derivante dal tedesco, caso unico in tutto il Ticino.

NB Indispensabili documenti validi per l'espatrio, consigliati franchi svizzeri

ritrovo
piscine di Muggiò/ore 7,15/auto proprie/ per Bosco Gurin (CH)/m 1504

difficoltà
salita su neve

dislivelli
m 403/ore 2

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

colazione
al sacco e/o in rifugio

capi gita
Carla Brambilla, Ezio Righetti, Laura Sala

termine di iscrizione
giovedì 13 febbraio



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
pec: comovaresina@pec.agenzie.generali.com

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@colorificiobravini.it

15 MARZO
LAGO DI PESCEGALLO
M 1865 **VAL GEROLA**

Gerola Alta è uno dei centri orobici più conosciuti e belli. Posta com'è, fra alta e bassa valle, rappresenta il baricentro della valle del Bitto di Gerola, la più occidentale delle due grandi e celeberrime valli del Bitto, l'altra è la valle di Albaredo. Dopo aver lasciato l'auto al parcheggio di Pescegallo prendiamo la stretta strada che sale a tornati verso il rifugio Salmurano. Saliamo verso le baite della casera del lago di Pescegallo. Il tratto successivo ci porta rapidamente in quota tra un tornante e l'altro sino a raggiungere la località di Casera. Una leggera salita e raggiungiamo il lago di Pescegallo, l'invaso artificiale è posto a quota 1865 m e le case dei guardiani sono poste a destra.

ritrovo
piscine di Muggiò/ore 6,45/auto proprie/
per Gerola Alta/parcheggio Pescegallo/SO/m 1454
difficoltà
salita su neve
dislivello
m 400/totale ore 5
equipaggiamento
da escursionismo invernale/per ogni tipo di clima/
bastoncini, ghettoni e ciaspole/
set autosoccorso obbligatorio (ARTVA, pala, sonda)
colazione
al sacco
capi gita
Carla Brambilla, Paola Brenna, Ezio Righetti
termine di iscrizione
giovedì 12 marzo

- LIQUORI DI COMO -



Cordiale a bassa gradazione alcolica a base di miele millefiori di **Brunate** e infusi di erbe aromatiche



Amaro prodotto con le foglie degli ulivi che crescono lungo le sponde del **LAGO DI COMO**



Liquore delicato a base di assenzio tipico della **Valle d'Intelvi**



Liquore con scorze di arance siciliane. "Nasce" a Como da madre della prospera terra siciliana e da padre del laborioso Friuli

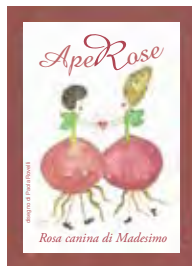
- LIQUORI DI MADESIMO -



Possiede le salutari proprietà di selezionate erbe officinali alpine



Elisir di grappa con miele di rododendro di **MADESIMO**



Aperitivo a base di rosa canina di Madesimo, ricca di vitamina C



Liquore ai mirtilli di Madesimo con distillato d'uva

Distribuiti da: OSTERIA DEL GALLO

Via Vitani, 16 - Como - Tel. 031 272591 - www.osteriadelgallo-como.it

SCI ALPINISMO



ANTONIO SIGNORIELLO
Nel silenzio della traccia

DOMENICA 9 FEBBRAIO
**ALTO LARIO,
ENGADINA**

PIZZO DI GINO

Versante ovest,
mediamente ripido

	quota
M 2100	
	dislivello
M 1200	
	difficoltà
S3	

CORN CHAMUOTSCH

Versante est, poi nord, poi sud,
ripido per il finale in vetta

	quota
M 3000	
	dislivello
M 1100	
	difficoltà
S2	

PIZ MESDI

Versante est,
ripido per il finale in vetta

	quota
M 2990	
	dislivello
M 1150	
	difficoltà
S3	

DOMENICA 1 MARZO
**BIELLESE, VALSESIA,
SEMPIONE**

CIMA BONZE

Versante est

	quota
M 2500	
	dislivello
M 1300	
	difficoltà
S3	

COLLE BOTTIGIA

Versante est,
ripido ultimo tratto

	quota
M 2600	
	dislivello
M 1300	
	difficoltà
S3	

SEEHORN

Versante ovest da Gabi,
versante est dalla Zwischbergental

	quota
M 2400	
	dislivello
M 1200	
	difficoltà
S2	

DOMENICA 29 MARZO
VALTELLINA

SAVORETTA

Versante ovest, poi nord

	quota
M 3050	
	dislivello
M 1600	
	difficoltà
S3	

PIZZO SCALINO

Versante ovest, poi nord

	quota
M 3300	
	dislivello
M 1300	
	difficoltà
S3	

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 Sigoriello, Gianni Valesi**



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



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

SCI ALPINO



PAOLO FRISONI
L'appello

SCI NORDICO



ARROTINO
COLTELLERIA

Riccadonna

Coltellerie professionali
e sportive
delle migliori marche



Via Borgovico 69
22100 Como
Tel. 333/8053192

26 DICEMBRE 2019/
2 GENNAIO 2020
**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, 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.

responsabile

Erio Molteni

per informazioni

dettagliate rivolgersi in sede negli orari di apertura

29 FEBBRAIO 2020/
7 MARZO 2020
**SETTIMANA BIANCA
A BRUNICO
IN VAL PUSTERIA (BZ)**

Brunico è la località prescelta per la nostra 42^a 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 dolomiti.

responsabile

Massimo Miccio, Erio Molteni

per informazioni

dettagliate rivolgersi in sede negli orari di apertura

**GITA SCIISTICA
16** FEBBRAIO

MADESIMO
M 1550

vedi anche pagina 38

responsabili

Angelo Balestrini, Giuliana Pozzi, Sergio Ronchetti

per informazioni

dettagliate rivolgersi in sede negli orari di apertura



REPRESENTATIVES
INTERNATIONAL MEETINGS

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

info@mirexonline.com
www.mirexonline.com

ESCURSIONISMO



ANTONIO SIGNORIELLO
Percorso materano

29 MARZO
VARAZZE, SANTUARIO NS. SIGNORA DELLA GUARDIA, COGOLETO, VARAZZE

M 406

La nostra prima uscita sarà come sempre al mare, quest'anno è Varazze che ci aspetta.

Da Varazze percorreremo una carrareccia per poi inerpirci nella macchia mediterranea dove possiamo ammirare ginestre e mirti. L'ottocentesco Santuario, ubicato in splendida posizione panoramica, si compone di un complesso di edifici il cui corpo centrale è costituito dalla chiesa con annesso campanile. Lungo il versante sud ovest delle adiacenti alture, dal sagrato possiamo ammirare gran parte dell'intero arco ligure.

Dopo la sosta ripartiamo con direzione Cogoletto. Un sentiero sul crinale erboso, più lungo ma con una splendida vista e si arriva a Cogoletto dove ci immettiamo sulla bella passeggiata a mare (lungo-mare Europa), realizzata nella ex sede ferroviaria, che ci ricondurrà a Varazze.

19 APRILE
CAPANNA GHISLANDI
M 1284
AI PIEDI DEL RESEGONE

L'abitato di Erve, diviso longitudinalmente dal torrente Galavesa, è caratterizzato da numerosi ponti che congiungono le case dell'una e dell'altra riva, conferendo all'abitato un aspetto urbanistico molto singolare. Attraversato l'ultimo ponticello inizia la salita, ripida ma breve, arrivati all'agriturismo si inizia a percorrere il sentiero San Carlo e in 2 ore si arriva, con un sentiero nel bosco, al rifugio Monzese m 1171. Da qui in circa 30 minuti si raggiunge il "pass del Fò" e la capanna Ghislandi m 1284. Si rientra seguendo il percorso di andata sino al Rifugio Monzese; da qui deviazione per la miniera della Passata (30 minuti), da cui si estraeva galena (solfuro di piombo), dalla quale si scende ad Erve sul sentiero San Carlo.

3/11 MAGGIO
CAMMINO MATERANO
"LA VIA PEUCETA"

È proprio vero, che con il semplice gesto del camminare, percorrendo sentieri tra valli e monti, si può andare ovunque e lontano.

Cammina, cammina... e questa gloriosa società ultracentenaria è arrivata al compimento del suo 135° anniversario.

Passo dopo passo, anno dopo anno, un altro bel traguardo è stato raggiunto, e cosa più meritevole sarebbe di onorarlo con un memorabile avvenimento. Sono quattro i cammini che conducono a Matera: la Via Peuceta da Bari, la Via Ellenica da Brindisi, la Via Sveva da Trani e la Via Dauna da Termoli. Il nostro itinerario sarà un cammino che dalla Puglia ci condurrà in Basilicata: la "Via Peuceta". Dalla Basilica di San Nicola di Bari, il nostro percorso attraversa l'antico territorio della Peucezia, l'esteso altopiano carsico delle Murge, che costituisce uno scenario incantevole in cui sorgono Gravina in Puglia e Matera.

150 km lungo i quali si scopre il ricchissimo patrimonio culturale apulo e lucano, costituito non solo da cattedrali, borghi medievali, chiese rupestri, vestigia greche e romane, ma anche da masserie, trulli, muretti a secco e da una straordinaria gastronomia che rimandano all'autentica tradizione contadina.

17 MAGGIO
ANELLO DEL MONTE BOGLIA M 1516

Il Monte Boglia, ben visibile dal ponte di Melide, è un balcone panoramico a Nord di Lugano e segna l'inizio della catena delle Prealpi Luganesi. Dalle caratteristiche viette di Brè inizieremo la nostra salita verso il Sasso Rosso: il facile sentiero attraverso un bel bosco ci porterà ad affacciarsi sul sottostante Lago di Lugano.

Usciti dal bosco raggiungeremo quindi la cresta erbosa che ci porterà alla vetta del Monte Boglia ed al magnifico panorama che da lì si gode.

Dalla vetta proseguiamo per un breve tratto lungo la cresta, per poi scendere dal versante opposto sino a raggiungere l'alpe Bolla, e chiudere l'anello passando da Carbonera e ritornando a Brè. Il tracciato si sviluppa per buona parte lungo facili sentieri in terra battuta, mulattiere e pascolo; lungo la salita è presente un breve tratto con gradoni su facili roccette.

Il percorso, interamente escursionistico, presenta un breve passaggio un po' esposto ed è pertanto poco indicato a chi soffre di vertigini.

NB Indispensabili documenti validi per l'espatrio, consigliati franchi svizzeri

30

	ritrovo
piscine di Muggiò /ore 5,45/pullman/ per Varazze (SV)	
	traversata
in ore 5.30	
	difficoltà
E/escursionistica	
	dislivello
m 452	
	equipaggiamento
da escursionismo/per ogni tipo di clima	
	colazione
al sacco	
	capi gita
Paola Brenna, Maurizio Ronchetti, Sergio Ronchetti	
	termine iscrizione
martedì 24 marzo	

	ritrovo
piscine di Muggiò /ore 7,15/auto proprie/ per Calozziocorte/Erve/LC/m 600	
	difficoltà
E/escursionistica	
	dislivello
m 800/ totale ore 5.30	
	equipaggiamento
da escursionismo/per ogni tipo di clima	
	colazione
al sacco	
	capi gita
Carla Brambilla, Alessio Mazzocchi, Franco Villa	
	termine iscrizione
giovedì 16 aprile	

	difficoltà
E/ escursionistica	
	equipaggiamento
da escursionismo/per ogni tipo di clima	
	per informazioni
dettagliate rivolgersi in sede negli orari di apertura	

	ritrovo
piscine di Muggiò /ore 7,30/ auto proprie/per Brè sopra Lugano/CH/m 800	
	difficoltà
E/ escursionistica	
	dislivello
m 716/totale ore 5	
	equipaggiamento
da escursionismo/per ogni tipo di clima	
	colazione
al sacco	
	capi gita
Carla Brambilla, Alessio Mazzocchi/Franco Villa	
	termine iscrizioni
giovedì 14 maggio	

31

7 GIUGNO

RIFUGIO DE DOSSO

M 2119 / VAL DI TOGNO

Si parte dalla località Carnale sopra Montagna in Valtellina dove si parcheggia l'auto.

La val di Togno è una valle abbastanza selvaggia e poco frequentata con splendidi scorci paesaggistici e una bella vista poiché si arriva al centro della val Painale.

Per mulattiera e poi per sentiero si giunge al rifugio Val di Togno (m 1517) in circa un'ora e mezzo con un dislivello di 220 m.

Da qui si procede per sterrato e poi per sentiero, alternando tratti in salita a tratti pianeggianti, fino al rifugio De Dosso in ore 2,30 e dislivello di 800 m dal rifugio precedente.

Rientro per lo stesso itinerario di salita

28 GIUGNO

RIFUGIO ALPE PIAZZA

M 1835

CIMA LAGO M 2352 /

VALLE DEL BITTO DI ALBAREDO
COL CAI COMO

Il Monte Lago si trova fra la valle del Bitto di Albaredo e la Val Tartano.

La prima parte dell'escursione, che conduce al rifugio Alpe Piazza, ci fa entrare in un mondo di tradizioni contadine ancora ben radicate.

Oltre il rifugio la panoramica salita alla vetta, ci permetterà di godere del bellissimo panorama del versante retico e dei gruppi Masino-Bernina-Scalino.

piscine di Muggiò/ore 6,30/auto proprie/
per sopra Albaredo/SO **ritrovo**

dislivello m 1020/durata ore 6 **itinerario**

E/escursionistica **difficoltà**

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

al sacco **colazione**

Sergio Ronchetti, Franco Villa per CAO **capi gita**
Milena Acerbi, Luigi Molteni per CAI Como

giovedì 25 giugno **termine iscrizione**

4/5 LUGLIO

RIFUGIO BENEVOLO M 2285

GRANTA PAREY M 3387

COL BASSAC DERÈ M 3085

Val di Rhêmes, rifugio Benevolo: da qui 2 proposte, una alpinistica, l'altra escursionistica
Il sabato si sale al rifugio, lasciata l'auto a Thumel.

La domenica:

proposta alpinistica:

A/alla Granta Parey, una delle vette della testata della Val di Rhêmes. Salita mista, sentiero, poi pietraia, neve e ghiacciaio, canalino ghiacciato verso la vetta sud, piccola paretina di roccia alla vetta nord.

La discesa lungo la via di salita, magari con qualche calata in doppia nei due tratti più ripidi.

Proposta escursionistica:

B/al Col Bassac Derè, passando per il lago di Goletta. Discesa lungo il persorso di salita.

Ritrovo dei due gruppi al rifugio Benevolo e ritorno alle auto.

piscine di Muggiò/ore 7,00/auto proprie/
per Thumel in val di Rhêmes/AO/ m 1879 **ritrovo**

sabato:
salita al Rifugio Benevolo in ore 1,30
domenica:
A/alla Granta Parey in ore 4/4,30/ritorno al rifugio
ore 3/3,30 **itinerari**
B/al Col Bassac Derè in ore 3/ritorno al rifugio
in ore 2/2,30
ritorno alle auto per tutti ore 1

A/(PD+) Granta Parey **difficoltà**
B/(E) Col Bassac Derè

A/Granta Parey: da alpinismo d'alta quota,
piccozza, ramponi, imbragatura, moschettoni,
cordini, discensore e casco. **equipaggiamento**
B/Col Bassac Derè: da escursionismo d'alta
quota/per ogni tipo di clima/possibili nevali

al sacco e in rifugio **colazione**

Carla Brambilla, Paola Brenna, **capi gita**
Giorgio Galvani, Antonio Signoriello

giovedì 25 giugno **termine iscrizione**

piscine di Muggiò/auto proprie/per Montagna in
Valtellina, loc. San Giovanni e Carnale/SO/m 1256 **ritrovo**

E/ escursionistica **difficoltà**

m 1020/ore 4/totale ore 7 **dislivello**

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

al sacco **colazione**

Ezio Righetti, Maurizio Ronchetti, Sergio Ronchetti **capi gita**
giovedì 4 maggio **termine iscrizioni**

19 LUGLIO

RIFUGIO CESARE PONTI

M 2559

VAL MASINO

Gita in una valle laterale della val Masino con panorami di incomparabile bellezza al cospetto del monte Disgrazia.

In particolare nella prima parte ci sono due piane erbose molto caratteristiche.

La salita fino al rifugio Ponti si svolge su bel sentiero con pianori e parti più ripide. La salita alla bocchetta Roma (m 2898) è su sentiero un po' più impegnativo ma senza difficoltà.

Da qui bellissima vista sull'alta val di Mello. Rientro per lo stesso itinerario di salita.

4/8 SETTEMBRE

TREKKING A SAPPADA

E IN VAL VISDENDE

La Val Visdende, incontaminata vallata delle Dolomiti nell'alto Veneto, compresa tra i 1250 ed i 2600 metri, racchiusa in una cerchia di monti di varia natura geologica, è una delle ultime oasi naturalistiche preservate dal turismo di massa. Si estende dal confine con l'austriaca Valle del Gail, la Val di Sesis (Sappada) e le altre valli del Comelico, presentando numerosi valichi, non transitabili con mezzi a motore, che consentono il collegamento con le zone limitrofe. La rete delle mulattiere e dei sentieri che la percorrono danno la possibilità di ammirarla con passeggiate più o meno impegnative. Da qui è possibile vedere il Monte Peralba, sulle cui pendici si trovano le sorgenti del Piave. Immersi fra natura e animali al pascolo potremo vivere giornate di completo relax. Il soggiorno è previsto in albergo con trattamento di mezza pensione.

13 SETTEMBRE

LAGO NERO E LAGO VERDE

VAL BELVISO

La Val Belviso, una delle perle del territorio di Tegliò è un'ampia conca glaciale che si estende ai piedi del versante nord orientale del monte Torena e racchiude due splendidi laghi: il lago Nero e il lago Verde. Dal Ponte Frera, dove lasciamo l'automobile, raggiungiamo la Malga Fraitina e proseguiamo in corrispondenza dei prati del "baitone" di quota 1900; in autunno troveremo silenzio ma colori stupendi. Si prosegue per malga Torena e vediamo davanti a noi il lago Nero (m 2054), un lago pittoresco, anche per il caratteristico isolotto interamente ricoperto di vegetazione. Sulla riva occidentale potremo individuare incisioni di graffiti preistorici. Ritorniamo al "baitone" e prendiamo il sentiero che ci porta al lago più alto: il lago Verde (m 2073) Rientro per lo stesso itinerario di salita.

27 SETTEMBRE

LAGO DI VAL SAMBUZZA

M 2085

PIZZO ZERNO

M 2572

Si parte dalla località Carona dove, parcheggiata l'auto nel punto più alto del paese, si segue la stradina che passando per la frazione di Pagliari e la bella cascata della val Sambuzza va verso il famoso rifugio Calvi. Noi però in località Dosso prendiamo il sentiero che in modo regolare e mai ripido risale la val Sambuzza prima nel bosco e poi per prati fino al lago di val Sambuzza. Qui si ferma il giro corto; per chi vorrà fare il giro lungo si salirà al passo Publino (m 2368) sulla cresta principale delle Orobie con vista anche sul versante valtellinese. Qui c'è il bivacco Pedrinelli come punto d'appoggio. In funzione del tempo meteorologico e dell'orario si potrebbe anche raggiungere la cima del pizzo Zerno.

34

ritrovo
piscine di Muggiò/ore 6,00/auto proprie/
per parcheggio località Preda Rossa /m 1950/
da Filorera/Cataeggio/val Masino/SO,
itinerari
A/salita m 609/fino al rifugio Ponti/ore 2
B/salita m 948/fino alla bocchetta Roma/ore 3
difficoltà
A/(E) escursionistica
B/(E) escursionistica
equipaggiamento
da escursionismo/per ogni tipo di clima
colazione
al sacco
capi gita
Carla Brambilla, Paola Brenna, Laura Sala
termine iscrizione
giovedì 16 luglio

ritrovo
piscine di Muggiò/ore 6,00/auto proprie/
per Sappada/UD/m 1245
difficoltà
E/escursionistica
equipaggiamento
da escursionismo adatto ad ogni tipo di clima
per informazioni
dettagliate rivolgersi in sede negli orari di apertura
termine iscrizione
giovedì 16 luglio

ritrovo
piscine di Muggiò/ore 6,00/auto proprie/per
passo Aprica loc. diga di Ponte Frera/SO/m 1381
difficoltà
E/ escursionistica
m 700/ore 5
dislivello
da escursionismo/per ogni tipo di clima
equipaggiamento
al sacco
colazione
capi gita
Carla Brambilla, Ezio Righetti, Sergio Ronchetti
termine iscrizione
giovedì 10 settembre

ritrovo
piscine di Muggiò/ore 6.00/auto proprie/
per Carona in val Brembana/BG/m 1200
itinerari
A/salita m 885/fino al lago/ore 2,30
B/salita m 1168/fino al passo Publino/ore 3,30
C/salita m 1372/vetta pizzo Zerno/ore 4
difficoltà
A/(E) escursionistica
B/(E) escursionistica
C/(EE) escursionisti esperti
equipaggiamento
da escursionismo/per ogni tipo di clima
colazione
al sacco
capi gita
Paola Brenna, Ezio Righetti, Maurizio Ronchetti
termine iscrizione
giovedì 24 settembre

35

27 SETTEMBRE

FERRATA DEGLI ARTISTI BRIC DELL'AGNELLINO

M 1335

Bella ferrata con visione del mare, alpi liguri, area della falesia di Finale Ligure. Usciti dall'autostrada, si sale verso il Colle del Melogno.

Prima del colle, si entra nel fondo valle (strada sterrata) fino ad una barriera dove si lascia l'auto. Da qui per sentiero in 20 minuti si arriva all'inizio della ferrata, che percorreremo lungo pareti e creste, con scalette e un bel ponte tibetano. Vedremo anche le pitture da cui il nome della ferrata! Alla fine della ferrata, in pochi minuti saliremo fino alla vetta.

Il sentiero di ritorno presenta alcune catene nei tratti ripidi, poi facile sentiero.

ritrovo

piscine di Muggiò/ore 5,30/auto proprie/
per Melogno/località Isallo/SV/m 600

salita

al Bric dell'Agnellino per la via Ferrata degli Artisti; 3 ore di ferrata, 45 min avvicinamento, 2 ore discesa

difficoltà

PD (poco/moderatamente difficile)

dislivelli

m 600 di ferrata, 700 in tutto

equipaggiamento

kit ferrata omologato/casco, cordino

colazione

al sacco

capi gita

Giorgio Galvani/Antonio Signoriello

termine iscrizione

giovedì 24 settembre

3/4 OTTOBRE

GITA DI CHIUSURA RIFUGIO SCOGGIONE

M 1575

Monte Legnone, versante nord di Colico, al Rifugio Scoggione, gita di chiusura 2020. Con le auto raggiungiamo la località di Rusico, poi a piedi lungo un sentiero boschivo che arriva all'Alpe Scoggione, dove sorge il rifugio.

Due le proposte per la giornata di domenica: una più escursionistica, l'altra più impegnativa. Escursionistica: anello Rifugio Legnone, Monte Colombano, Rifugio Scoggione oppure traversata al Rifugio Roccoli e ritorno (Sentiero dei Pivion) Escursionistica impegnativa: Monte Legnone, dalla direttissima o dalla bocchetta Colombano (tratti attrezzati con catene); il ritorno dalla strada militare che ripassa dalla bocchetta Colombano oppure dalla Ca' de legno con arrivo al rifugio.

piscine di Muggiò/ore 12,45/auto proprie/ **ritrovo**
per Colico/località Rusico/m 743
sabato: salita al rifugio Scoggione/ore 2 **itinerari**
domenica:

A/Anello monte Colombano/ore 3,5
(rifugio Roccoli e ritorno ore 6)

B/Monte Legnone con ritorno al rifugio/ore 5,30
Ritorno alle auto ore 1,30

m 900 al rif. Scoggione, m 550 al Monte **dislivelli**
Colombano, (m 600 al rifugio Roccoli), m 1050 al
Monte Legnone

A/ (EE) Anello monte Colombano **difficoltà**
B/ (EEA) Monte Legnone

equipaggiamento

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

al sacco e in rifugio

Giorgio Galvani/Sergio Ronchetti **capi gita**
giovedì 24 settembre **termine iscrizione**

RAGAZZI



MARCO DOMINIONI
Disgelo allo Spadolazzo

SCUOLA DI SCI 12/19/26 GENNAIO 2 FEBBRAIO

SPLÜGEN
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.

GITA SCIISTICA 16 FEBBRAIO MADESIMO M 1550

vedi anche pagina 27

responsabili
Angelo Balestrini, Giuliana Pozzi, Sergio Ronchetti

per informazioni
dettagliate rivolgersi in sede negli orari di apertura

5 APRILE LA VIA DEI CANTI M 1240 FORESTA DELLA VALSOLDA COL CAI MOLTRASIO

Dalla chiesetta di San Bernardo, seguendo i bolli blu (sentiero delle Quattro valli n. 5) si arriva alle baite Rancò. Qui inizia la via dei Canti che si sovrappone in parte al sentiero faunistico, con pannelli didattici. Si prosegue, dolcemente, fino all'alpe Serte (vicino all'alpe resti dell'antico fabbricato e un'interessante calchera, fornace per la produzione della calce) e risalendo la valle del torrente Soldo si raggiunge passo Stretto, storico passaggio fra val Solda e valle di Rezzo. Prendendo a destra e passata la grotta chiamata Tana del Lupo, si arriva all'alpe Pessina (punto più alto della via dei Canti) attrezzata ad area di sosta. Si completa l'anello scendendo in direzione dell'alpe Serte per rientrare a Dasio lungo l'itinerario di salita.

ritrovo
parceggio Bennet di Tavernola/ore 7,45/auto proprie/per Dasio in Valsolda/CO/m 580

dislivello
m 660/ore 5

itinerario
percorso ad anello

difficoltà
E/escursionistica

equipaggiamento
da escursionismo/per ogni tipo di clima

colazione
al sacco

capi gita
Sergio Ronchetti per CAO
Marianosa Camperi per CAI Moltrasio

termine iscrizioni
giovedì 2 aprile

24 MAGGIO CAPANNA TAMARO M 1867 COL CAI MOLTRASIO

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 vignetta autostrada svizzera consigliati franchi svizzeri.

ritrovo
parceggio Bennet di Tavernola/auto proprie/per Vira-Gambarogno/Alpe di Reggia/CH/m 1395

itinerario
salita alla capanna Tamaro

difficoltà
E/ escursionistica

dislivello
m 500/ore 2,30

equipaggiamento
da escursionismo/per ogni tipo di clima

colazione
al sacco

capo gita
Sergio Ronchetti per CAO
Marianosa Camperi per CAI Moltrasio

termine iscrizioni
giovedì 21 maggio



**SPECIALISTI
PER OCCHIALI
D'ALTA QUOTA**

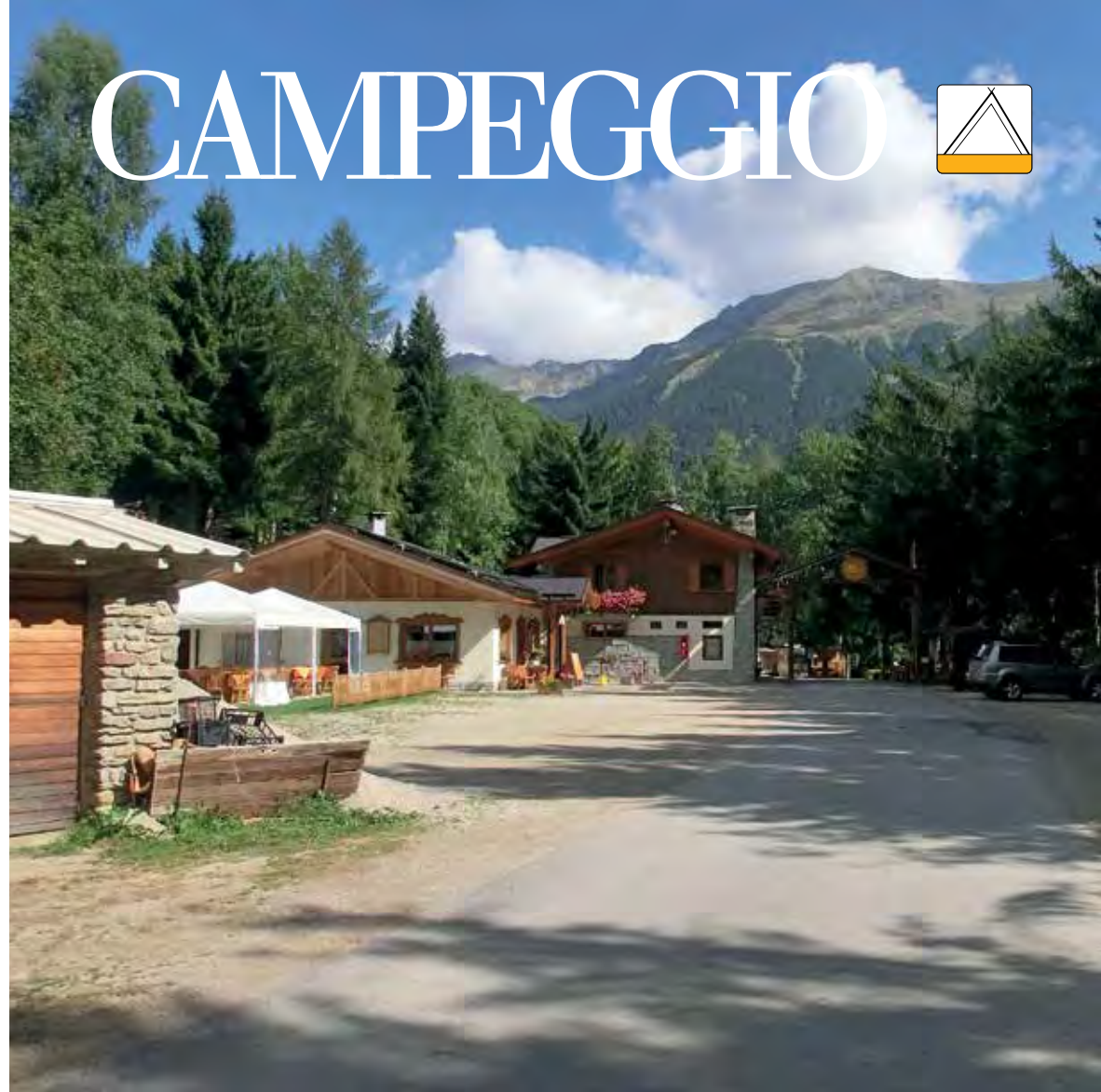
via Milano 37 Como
via V. Emanuele 17 Olgiate C.sco
www.terruzziottica.it

terruzzi

O T T I C A

Ottici in Como dal 1954

CAMPEGGIO



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 -

2/21 AGOSTO
47° CAMPEGGIO
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 terrazze soleggiate con piazzole erbose, offre la possibilità di soggiorno in caravan/camper/tenda oppure in comodi ed accoglienti bungalow in legno, da prenotare con largo anticipo. 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 (anche trasporto bici) 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





ERBA Via Milano, 7/A Tel. 031.647111	ERBA Viale Prealpi, 4 Tel. 031.647311	GRANDATE S.S. dei Giovi, 11 Tel. 031.5686811	CANTÙ Via G. da Fossano, 42 Tel. 031.7075811	ALBESE con Cassano Viale Lombardia, 4 Tel. 031.4220711	ALBAVILLA Via M. Bolettone, 23 Tel. 031.627232	LECCO C.so E. Filiberto, 10 Tel. 0341.224411	PESCATÈ Via Roma, 23/B Tel. 0341.297911
---	--	---	---	---	---	---	--

www.grupposerratore.com

**ATTIVITÀ
VARIE**

2020

2021

DA OTTOBRE
**CORSO DI GINNASTICA
PRESCIISTICA**

18 OTTOBRE
**GARA DI BOCCE
E CASTAGNATA**

XVII trofeo Fiorella Noseda
Capanna CAO/località Le Colme, 35/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 18 ottobre 2020

8 NOVEMBRE
**49ª FESTA AMICI
DELLA MONTAGNA**
Capanna CAO/via alle Colme, 35/Brunate (Co)

12 NOVEMBRE
**44° CONCORSO
FOTOGRAFICO**
termine presentazione opere

DICEMBRE
data da definire

**44° CONCORSO
FOTOGRAFICO**
serata presentazione
e premiazione opere in sede

DICEMBRE 2020/
GENNAIO 2021
**SETTIMANA BIANCA
DI FINE ANNO**

GENNAIO/FEBBRAIO 2021
SCUOLA DI SCI DISCESA
bambini e ragazzi



Rita Romanò, Diego Cappelletti,
Antonio Signoriello

Lavori in corso

Tipografia Castelletti

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

**ARRIVEDERCI
AL PROSSIMO ANNO**

redazione

grafica

stampa



secondo premio
ANNAMARIA ADAMI
Paesaggio lunare

43° CONCORSO FOTOGRAFICO



terzo premio
ANTONIO SIGNORIELLO
Insieme verso la meta



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