Anno XCII - N. 2 marzo—aprile 2023

NOTIZIARIO

CLUB ALPINO ITALIANO SEZIONE DI VARESE

NOTIZIARIO Club Alpino Italiano
Sezione di . VARESE
Direttore responsabile: Ossola Antonella
Coordinamento redazionale: Noce Damiano
Aut. Tribunale di Varese n..55 del 02.01.1952
Sede sociale: Via Speri della Chiesa Jemoli 12 (VA)
Telefono/fax : 0332 289267
E-mail : caivarese@caivarese.it
Sito WEB : www.caivarese.it
Cod. Fiscale : 80008820120
Stampa :
Spedizione : in Abbonamento Postale - D.L. 353/2003 (conv. in L. 27/02/2004 n. 46 art. 1, comma 2, DCB (VARESE) -Tariffa Associazioni Senza Fini di Lucro: "Poste Italiane s.p.a. "

Realizzato con il contributo del

COMUNE DI VARESE

Assessorato alla Cultura

Il bilancio sezionale che verrà sottoposto all'approvazione da parte dell'Assemblea, sarà consultabile sul sito della Sezione ed esposto in sede a partire dalla data del **7 marzo 2023.**

Estratto articolo 16 - Statuto Sezionale.
Hanno diritto di intervenire all'Assemblea ed hanno diritto di voto tutti i soci ordinari e familiari maggiorenni in regola con il pagamento della quota sociale relativa all'anno in cui si tiene l'Assemblea; i minori di età possono assistere all'Assemblea. Ogni Socio può farsi rappresentare in Assemblea da altro Socio, che non sia componente del Consiglio Direttivo né di altro organo sociale né dipendente, e farlo votare in sua vece anche nelle votazioni a scheda segreta, mediante rilascio di delega; ogni Socio delegato può rappresentare sino ad un massimo di tre soci. Nelle deliberazioni di approvazione dei bilanci e della relazione di missione ed in quelle che riguardano la loro responsabilità verso la Sezione i Consiglieri ed i componenti del collegio dei Revisori dei Conti non hanno diritto di voto né possono delegarlo ad altri.

Estratto articolo 18 – Statuto Sezionale
E' escluso il voto per corrispondenza.
Per la designazione e per l'elezione delle cariche sociali il voto è libero, in quanto l'elettore ha diritto di esprimere il proprio voto a favore di qualsiasi Socio eleggibile, anche se non indicato ufficialmente come candidato alla carica.

ASSEMBLEA DEI SOCI 2023

Gentili Soci CAI Varese,
In prima convocazione il giorno 22 marzo 2023 ore 23, ed in seconda convocazione

Venerdì 24 marzo 2023 ore 21

Presso la Sala Convegni della nostra Sede di Via Speri della Chiesa Jemoli, 12

Si terrà l'assemblea Generale ordinaria dei Soci per la trattazione del seguente Ordine del Giorno:

1) Nomina del Presidente, Segretario dell'Assemblea e di 3 scrutatori.
2) Relazione Morale del Presidente Sezionale per l'anno 2022.
3) Presentazione dei candidati alla nomina di 5 consiglieri componenti il Consiglio Direttivo, e di 3 delegati
4) Elezione per il triennio 2023-2025 di 5 componenti il Consiglio Direttivo; in scadenza: **Eligio Trombetta, Elio Pesci, Mauro Carrara, Sergio Rossi e Roberto Brunoni.** Sono Candidati: **Eligio Trombetta, Elio Pesci, Mauro Carrara, Sergio Rossi, Roberto Brunoni, Roberto Andrighetto, Roberto Terzaghi e Maria Chiara Rizzi**
5) Elezione per l'anno 2023 di 3 Delegati all'Assemblea dei Delegati del Club Alpino Italiano (Presidente Delegato di Diritto); in scadenza: **Piera Eumei, Pietro Macchi, Roberto Brunoni.** Sono Candidati: **Piera Eumei, Pietro Macchi, Roberto Brunoni.**
6) Relazione del Consiglio Direttivo per l'anno 2022, Bilancio di esercizio 2022, Relazione dei Revisori dei Conti.
7) Bilancio preventivo 2023.
8) Quote sociali 2024.
9) Consegna Premio di Laurea CAI Varese 2023
10) Assegnazione riconoscimenti e distintivi ai soci ottantennali, settantacinquennali, sessantennali, cinquantennali, venticinquennali.
11) Presentazione degli interventi di valorizzazione della Palestra di Roccia del campo dei Fiori e presentazione video
12) Comunicazione dei Risultati delle elezioni: componenti del Consiglio Direttivo e Delegati.

ATTENZIONE!!!

Per chi non ha ancora rinnovato il tesseramento A fine marzo scade l'assicurazione

DELEGA PER L'ASSEMBLEA ORDINARIA DEI SOCI 2023

Io sottoscritto _____

Socio 0/F/V con tessera n° _____ _____ che qui presento

delego a rappresentarmi

all'Assemblea Ordinaria che si terrà il 22 marzo 2023 e nell'eventualità di insufficienza del numero legale in seconda convocazione il giorno 24 Marzo 2023 ad esercitare il mio diritto di voto il

Consocio,_____ titolare della tessera n° _____

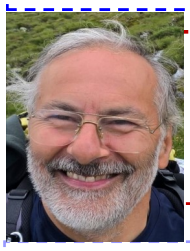
Varese, _____ **Firma _____**

I candidati

Per una serena e documentata

Campagna elettorale

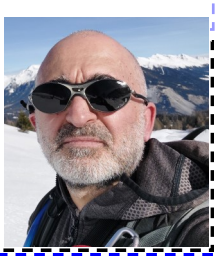
ROBERTO BRUNONI Ciao, sono consigliere uscente e mi ricandido. Sono appassionato di montagna, escursionismo e natura. Vivo la montagna durante tutto l'anno sia in alta quota che sulle nostre belle prealpi. Partecipo a cammini e trekking sia con la nostra sezione che con altre sezioni CAI, al fine di poter condividere con diverse persone la stessa passione. Parrecipo da anni alla vita della nostra sezione, collaborando con il gruppo sentieri, con l'attività culturale e mi occupo delle polizze assicurative. Sono membro della commissione regionale sentieri e cartografia e delegato nazionale delle assemblee CAI.



SERGIO ROSSI Pensionato e socio CAI dal 1975, Per 2 mandati vice coordinatore del gruppo senior di Varese ed attualmente consigliere, fine mandato, del consiglio sezionale del CAi di Varese. Sono stato, anche, per 2 mandati, consigliere nella Commissione Seniores della Lombardia. Attualmente sono componente del Gruppo Culturale della sezione. Mi ricandido per continuare a mettere al servizio della sezione di Varese le mie competenze e continuare a dare il mio piccolo contributo alla vita della sezione.

TERZAGHI ROBERTO Nato a Varese nel 1967, coniugato con due figli, di professione dottore commercialista. Socio CAI sezione di Varese dal 1986. Ho partecipato nei primi anni di associazione al sodalizio come allievo ai corsi di scialpinismo e di alpinismo. Sono membro della Scuola di Alpinismo e Scialpinismo "Remo e Renzo Minazzi" della sezione CAI di Varese da oltre 25 anni presso la quale svolgo attività didattica come istruttore sezionale di scialpinismo partecipando alle uscite pratiche e tenendo da una decina di anni lezioni teoriche durante i corsi sul tema neve e valanghe. Nell'ambito dei corsi di scialpinismo SA1 ho più volte ricoperto la carica di vice direttore del corso.

ELIGIO TROMBETTA socio CAI dal 1967, istruttore di sci-Alpinismo dal 1983, membro della Scuola "R. R. Minazzi" dal 1981. E' stato Vice-Direttore della Scuola R. R. Minazzi, Membro della Commissione Regionale Scuole di Sci-Alpinismo, più' volte Consigliere Sezionale, Vice-Presidente e Presidente Sezionale. Esperienza lavorativa quale dirigente di Aziende Industriali.



ELIO PESCI Socio CAI dal 1982, frequento la sezione di Varese dal 2005. Faccio attività scialpinistica, cicloescursionistica ed escursionistica partecipando alla attività sociali. Sono consigliere dal 2010 ed accompagnatore sezionale di ciclo escursionismo dal 2014. Negli ultimi anni mi sono fatto promotore insieme con altri consiglieri e soci di organizzare il Corso Cicloescursionismo in MTB. Mi pongo come obiettivo quello di migliorare la integrazione e la collaborazione tra i vari gruppi del CAI.

MAURO CARRARA Classe 1983, Istruttore Regionale di Scialpinismo (ISA), fresco di nomina, sono anche Accompagnatore di Cicloescursionismo (AC); socio dal 2006, sono nel consiglio sezionale dal lontano 2011. Partecipo attivamente ai corsi offerti dalla scuola di Alpinismo e Scialpinismo (istruttore dal 2013, quest'anno dirigerò il corso SA2). Collaboro nell'organizzazione delle uscite e dei corsi MTB dal 2008. In quanto appassionato di informatica, gestisco il sito web sezionale e do il mio contributo all'organizzazione dell'attività culturale. Il mio intento è quello di continuare a riammodernare la nostra sezione con le competenze acquisite, non solo dal punto di vista tecnologico, cercando di renderla sempre più attrattiva verso i giovani.

MARIA CHIARA RIZZI Il 1966 è l'anno in cui i miei genitori decisero di portare la famiglia in montagna per qualche giorno di vacanza. Mio padre in quell'occasione sentenziò che "chi frequenta la montagna deve iscriversi al CAI" e da allora sono socia. Una socia un po' anomala: ho partecipato alle escursioni estive e alle gite con gli sci da fondo fino agli inizi degli anni 90, poi sono diventata una socia "inattiva". Nel 2016, arrivata all'età della pensione, ho iniziato la mia seconda vita nel CAI, trovando il mio spazio nel gruppo SENIOR tanto da diventare vice coordinatore. Percorrere i sentieri con persone che condividono l'idea della montagna come ambiente, natura e cultura mi porta ad approfondire le tematiche specifiche del variegato e vasto mondo "senior". Questi i motivi che mi spingono ad impegnarmi concretamente per diffondere una visione della "montagna da vivere" in modi diversi e a qualunque età

ROBERTO ANDRIGHETTO Socio della Sezione di Varese dal 1994, ho frequentato i corsi di alpinismo e di sci di fondo; da anni sono impegnato come accompagnatore sezionale di escursionismo, ed ho avuto la soddisfazione di organizzare escursioni e trekking in varie regioni italiane. Già Guardia Ecologica Volontaria presso il Parco Campo dei Fiori, ed ingegnere ambientale per professione, nel 2008 ho frequentato il corso per Operatore Regionale Tutela Ambiente Montano, e per 6 anni ho svolto all'interno del CAI Lombardia l'incarico di presidente della Commissione Regionale TAM. Le proposte che porterò nell'ambito della sezione saranno orientate a coltivare nei nostri soci l'interesse per l'ambiente naturale e la cultura della montagna, per rendere il nostro andare per monti più carico di significati, ma anche per rendere la nostra associazione un punto di riferimento riconosciuto in questi ambiti.

tesseramento

TESSERAMENTO 2023

Da venerdì 13 dicembre p.v., presso la Sede Sezionale, di martedì e di venerdì, dalle ore 21,00 alle ore 22,30 (la chiusura sarà tassativa alle 22,30 per permettere agli incaricati i necessari controlli di chiusura) sarà possibile presentare domanda per le nuove iscrizioni (accompagnata da n* 2 foto formato tessera) e/o effettuare il rinnovo per l'anno 2023.

Come di consueto, anche per il 2023, il pagamento della quota sociale comprende per tutti i Soci l'assicurazione per la copertura delle spese per l'intervento del Soccorso Alpino, l'assicurazione infortuni e la Responsabilità Civile per tutte le attività sociali, Inoltre, ai soli Soci Ordinari, verrà inviata a domicilio la rivista del CAI. Il Notiziario Sezionale è sempre consultabile sul nostro sito www.caivarese.it.

All'atto del tesseramento è possibile richiedere l'integrazione per il raddoppio dei massimali dell'assicurazione infortuni in attività sociali (vedi specchietto quote sociali e massimali assicurazioni); è inoltre possibile stipulare una polizza assicurativa integrativa a copertura di tutte le attività individuali assimilabili a quelle sezionali.

Sempre contestualmente al tesseramento, ai soci Ordinari sarà consegnato l'ANNUARIO 2022

IMPORTANTE – La sede dispone di POS; è quindi possibile e caldamente raccomandato per chi rinnova in Sede versare la quota usufruendo dei servizi bancomat, carta di credito e tessere prepagate.

I Soci che non potranno venire in sede, potranno usufruire del Servizio Bancario eseguendo il versamento dell'importo relativo al tesseramento con bonifico Intestato a

BPER Banca S.P.A. - Varese, intestato al CLUB ALPINO ITALIANO - SEZIONE DI VARESE

IBAN- IT72U0538710804000042440841

Aggiungere all'importo € 1,50 per l'invio del bollino, oppure € 3,00 se si vuole ricevere anche l'annuario, a mezzo posta,

IMPORTANTE: IL CONTO CORRENTE POSTALE è stato dismesso, i pagamenti tramite CCP non sono più fattibili.

Per accelerare la procedura di registrazione in piattaforma dell'avvenuto rinnovo, è molto importate che il socio che rinnova tramite bonifico invii la scansione della copia del pagamento al seguente indirizzo di posta elettronica: tesseramento@caivarese.it

Le nostre quote	
SOCI ORDINARI	€ 49,00
se residenti all'estero	€ 79,00
SOCI FAMILIARI e CATEGORIA JUNIORES (nati dal 1998 al 2005)	€ 25,00
SOCI GIOVANI (Nati nel 2006 e seguenti)	€ 18,00
SOCI VITALIZI	€ 20,00
AGGREGATI INTERNI (Soci di altre Sezioni)	€ 20,00
Tassa di Ammissione (Nuovi Soci)	€ 6,00
Costo dell'Integrazione Massimali (comb. B) per il 2023	€ 4,60
POLIZZA INFORTUNI SOCI ATTIVITA' SOCIALI *SALVO DIVERSA COMUNICAZIONE DALLA SEDE CENTRALE*	
Massimali combinazione A *(Automatica con il tesseramento)*	
Caso morte	€ 55.000
Caso invalidità permanente	€ 80.000
Rimborso spese cura (franchigia 200 €)	€ 2.000
Massimali combinazione B *(Integrazione da richiedere all'atto del tesseramento)*	
Caso morte	€ 110.000
Caso invalidità permanente	€ 160.000
Rimborso spese cura (franchigia 200 €)	€ 2.000

I Soci Familiari devono essere componenti della famiglia del Socio Ordinario e con esso conviventi.

Sono Soci Giovani i minori di anni diciotto (nati nel 2006 e anni seguenti). Il Comitato Direttivo Centrale ha deciso anche per quest'anno di agevolare i soci giovani appartenenti a famiglie numerose (con più di due figli iscritti al Sodalizio oltre il Socio Ordinario); pertanto, a partire dal secondo figlio in poi, per il tesseramento 2023, il socio giovane verserà la quota di € 9,00 invece della quota normale. I soci ex Giovani (nati dal 1998 al 2005) entrano a far parte della categoria dei Soci ORDINARI JUNIORES e ad essi viene applicata automaticamente la quota dei soci familiari.

SI RICORDA CHE SI PUO' ATTIVARE IN SEZIONE, TRAMITE APPOSITO MODULO, L'ASSICURAZIONE RCT IN ATTIVITA' INDIVIDUALE, VALIDA SULLE PISTE DA SCI, AL COSTO DI 12,50 EURO (salvo diversa comunicazione da parte della Sede Centrale).

SI RAMMENTA CHE Tutte le assicurazione per attività personale hanno valore anno solare (1 gennaio/31 dicembre)

RICONGIUNGIMENTO ANNI: E' possibile effettuare il ricongiungimento della posizione associativa nei casi in cui non si sia provveduto per una o più annualità al rinnovo della quota, alle seguenti condizioni:

La quota va calcolata moltiplicando gli anni da recuperare per la quota indicata.

Ordinari	**€ 11,00**
Ordinari Juniores	**€ 11,00**
Familiari	**€ 5,00**
Giovani	**€ 1,60**

Per maggiori informazioni è possibile consultare il Manuale d'Uso delle Coperture Assicurative al seguente link:
https://www.cai.it/wp-content/uploads/2021/05/MANUALE-DUSO-DELLE-COPERTURE-ASSICURATIVE-2021-2023-DEL-CLUB-ALPINO-ITALIANO.pdf

Si consiglia ai Soci, per verificare ed accertare la propria situazione Associativa e Assicurativa, di utilizzare la piattaforma CAI, previa registrazione sul sito My Cai (https://soci.cai.it o più semplicemente digitando soci.cai.it nella barra degli indirizzi del

attività culturale

Pakistan settentrionale, veduta dell'Hunza river con le montagne dell'Hindu Raji

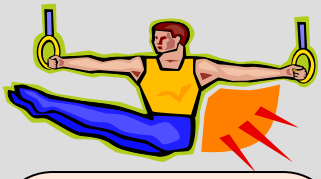
MOSTRA

AI PIEDI DEL TETTO DEL MONDO: un viaggio nel Pakistan del Nord

del Socio Marcello Albani

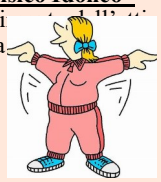
In sede
nelle serate di Martedì 21-24-28 e 31 marzo

Ginnastica presciistica



Continuo il "Corso di Mantenimento", e si prosegue poi con il "Corso di Prolungamento. Aspettiamo le adesioni.

All'atto dell'iscrizione dovrà essere rilasciata **"Autocertificazione di Stato Fisico Idoneo"** allo svolgi[illegible] vità fisica



	inizio	*fine*
CORSO Mantenimento	**10 Gennaio 2023**	**17 Marzo 2023**
CORSO Prolungamento	**21 Marzo 2023**	**28 Aprile 2023**

nei giorni	*1° turno*	*2° turno*
martedì	**18.45—19.45**	**19.45—20.45**
venerdì	**19.00—20.00**	**20.00—21.00**

Per i Non Soci sarà richiesto, in aggiunta, il Costo dell'assicurazione Infortuni ed R.C.
Saranno ammessi, come in passato, i mezzi corsi (ad esempio un giorno la settimana) con l'applicazione delle quote di iscrizione correttamente proporzionate.

Palestra **"SCUOLA ISIS I. NEWTON" Via ZUCCHI 5, Varese**
TRAINER: Quargentan Patty

Per informazioni ed iscrizioni :
sede CAI
il **Martedì**
e **Venerdì**
dalle ore 21 alle 23
Via Speri della Chiesa Jemoli,12—Varese
a Sergio Bertelli (3343194874) e **Mattia Mesole** (3489395626
oppure
telefonare (identici orari) allo
0332.289267
Affrettatevi!
Le iscrizioni saranno accettate fino al raggiungimento dei posti disponibili

cicloescursionismo detto MTB

PROSSIME USCITE

Domenica 12 Marzo Serra d'Ivrea

- Dislivello: 1100 m
- Distanza: 36 km
- Difficoltà: MC/MC

Capogita: **Giorgio Benzoni**

Le cicloescursioni del CAI Varese sono effettuate nel pieno rispetto dell'ambiente e degli altri fruitori, osservando il Codice di Autoregolamentazione. Per prendere visione del Codice e capire le indicazioni relative all'impegno tecnico e atletico, vedasi la Scala delle difficoltà sul sito www.caivarese.it prima di aderire alle nostre iniziative. Il cicloescursionismo in mountain-bike richiede impegno fisico e comporta rischi non eliminabili. Uso del casco obbligatorio.

alpinismo giovanile

Dopo la pausa natalizia l'Attività di Alpinismo Giovanile è ripresa con entusiasmo, come di consueto complice il freddo e le giornate corte ne abbiamo approfittato per dedicarci alla scoperta di luoghi e bellezze di casa nostra.
Il 22 gennaio siamo partiti dalla Rasa di Varese per salire attraverso un magnifico bosco di faggio al Passo Varrò dove una spolverata di neve in contrasto alle prime primule ha reso l'ambiente ancora più suggestivo, per raggiungere poi la bella vetta panoramica e scendere attraverso il villaggio Cagnola fino alle sorgenti dell'Olona.
Il 12 febbraio una bella camminata tra meraviglie naturali e archeologia industriale, partiti dall'ex Cotonificio Calcaterra abbiamo raggiunto la cascata Fermona alla Ferrera, raggiungendo poi la Vecchia Fornace Ibis, ora Museo a cielo aperto, per poi giungere all'Orrido di Cunardo con visita all'affascinante parte fossile e rientrare tra sentieri e pista ciclabile.

Veniamo ora ai prossimi appuntamenti:
Il **5 Marzo intersezionale con AG Casorate Sempione, all'interno del Parco delle cinque vette da Cuasso al Monte** tra le effusioni di porfido raggiungeremo le Rocce Rosse con visita alle gallerie, per proseguire poi per il Sass di Boll e il Monte Piambello.
Il **26 Marzo in Valcuvia tra Monte San Martino e le trincee della Frontiera Nord**.
Il **16 Aprile ci sposteremo in provincia di Como, a Canzo in un parco geologico a cielo aperto sul sentiero Achermann in Val Ravella** tra stratificazioni d rocce e massi erratici, per proseguire all'interno della Riserva Naturale del Sasso Malascarpa ed ammirare l'area rocciosa dei Campi Solcati e raggiungere infine l'ameno muro del Sasso Malascarpa dove poter ammirare i famosi Fossili Conchodon a forma di cuore, simbolo della Riserva.

SCI ALPINO detto SCI DISCESA

PROGRAMMA GITE 2023

N.B. Le quote comprenderanno l'assicurazione CAI obbligatoria per tutti. Chi volesse sottoscrivere una assicurazione personale Infortuni e R.C. a parte, valida per attività personale per tutta la stagione (fino al 31 dicembre 2023) per tutte le attività può chiedere informazioni in sede**.** Il programma potrà subire variazioni in base all'innevamento o a giornate promozionali. Per informazioni ed iscrizioni rivolgersi in sede nelle serate di apertura. **Le iscrizioni devono essere accompagnate da un acconto e si chiudono tassativamente il martedì precedente la gita.**

Giovedì 9 - Domenica 12 Marzo 2023
WEEKEND in VAL DI FASSA

Le quote comprendenti viaggio A/R, assicurazione e soggiorno in Hotel tre stelle sono in fase di definizione.
Seguiranno indicazioni sui costi

Iscrizioni presso : SEDE C.A.I. - Via Speri della Chiesa 12 - VARESE -
Martedì e Venerdì dalle ore 21 alle 23
(Tel. e Fax 0332 289.267) Ulteriori informazioni su www.caivarese.it

C.A.I. VARESE Gruppo sci discesa

CAI sez. di Varese
via Speri della Chiesa Jemoli,12

Corso di Escursionismo 2023

Presentazione del Corso: martedì 21 marzo 2023, ore 21, presso la sede

Lezioni teoriche
(ore 21 in sede)

mar 28/03 ven 26/05
mar 11/04 mar 30/05
mar 02/05 mar 13/06
mar 09/05 mer 21/06
mar 16/05

Uscite pratiche

dom 02/04 sab 10, dom 11/06
dom 16/04 dom 18/06
dom 07/05 sab 01, dom 02/07
dom 21/05

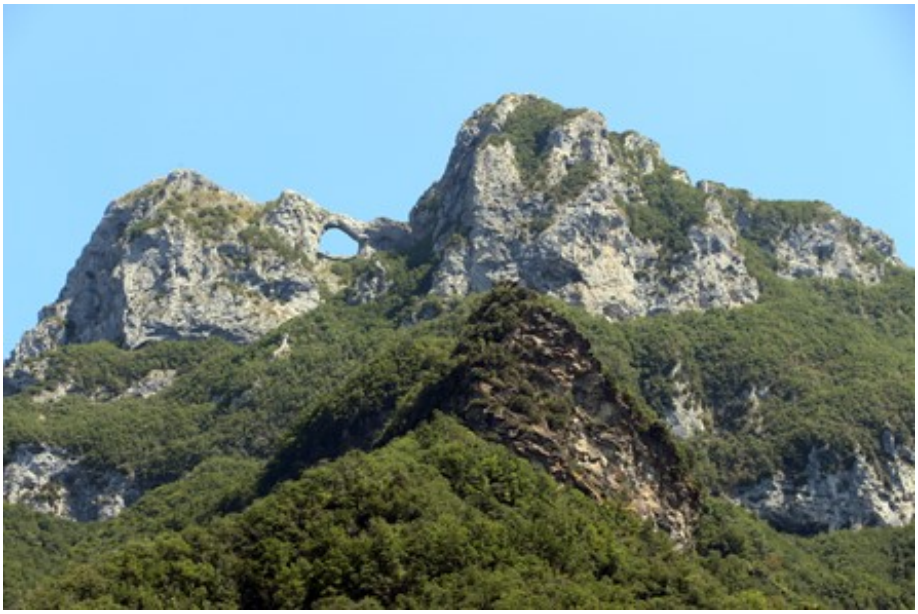
Programma del Corso

Durante le lezioni teoriche, affronteremo temi quali: meteorologia, orientamento, abbigliamento, cartografia, flora e fauna, geologia e alimentazione. Impareremo ad usare ramponi, piccozza, corde e moschettoni. Nelle uscite pratiche ci cimenteremo in escursioni di varia difficoltà, in ambienti sempre diversi, con difficoltà crescenti con la consapevolezza di fare tutto nella massima sicurezza.

info e regolamento: www.caivarese.it - iam@caivarese.it

I MONTI SONO MAESTRI MUTI
E FANNO DISCEPOLI SILENZIOSI

III Corso di Escursionismo CAI Varese



Anche per l'anno 2023, il CAI, sez. di Varese, propone un corso per tutti quelli che vogliono conoscere meglio il mondo delle montagne. Il *Corso Escursionismo*, che un tempo era denominato *Incontri di Avvicinamento alla Montagna*, è un'occasione unica per approfondire la familiarità con le terre alte, in tutti i loro aspetti, con piena consapevolezza e rispetto, grazie alla passione di tanti accompagnatori, preparati e titolati a livello regionale. Gli allievi saranno guidati a scoprire il panorama che ci circonda, mediamente escursioni semplici e con dislivelli moderati, fino ad esercitazioni di orientamento e uscite di media montagna. Infine, affronteranno la salita di pendii innevati, che richiedono un'esercitazione apposita e materiale tecnico, come piccozza e ramponi, messi a disposizione gratuitamente dalla sezione. Oltre alle uscite in ambiente si terranno lezioni teoriche propedeutiche ad affrontar con sicurezza le insidie della montagna. Nello specifico, si parlerà di equipaggiamento, alimentazione e pronto soccorso, cartografia e orientamento, meteorologia. In più si darà spazio alla flora e alla fauna alpina, a temi di cultura generale sulla storia e struttura del Cai e sulla cultura montana.

Modalità di iscrizione:
Prendere visione del regolamento: Corso escursionismo
Scaricare il modulo, compilarlo in tutti i suoi punti
Inviare il modulo entro il 22/03/2022 a iam@caivarese.it
Nei giorni seguenti la chiusura delle iscrizioni verrà comunicata l'avvenuta accettazione al corso

Quota di partecipazione 130€

Per informazioni: iam@caivarese.it

65° CORSO DI ALPINISMO 2023

CORSO A2: roccia e ghiaccio

dal 23 Marzo al 2 Luglio

14 LEZIONI teoriche
10 Uscite in ambiente
2 Esercitazioni indoor

www.caivarese.it

Iscrizioni mercoledì 15 Marzo presso la nostra sede, in via Speri della Chiesa 12 a Varese, ore 20:30

Gli interessati sono tenuti a inoltrare entro il 28 Febbraio 2023 domanda di partecipazione mediante l'apposita procedura automatizzata accessibile tramite il QR code dove troveranno il programma completo e il regolamento

NOTA IMPORTANTE
L'Alpinismo è un'attività potenzialmente pericolosa che comporta rischi che non sono completamente eliminabili, nemmeno durante un corso organizzato. Con l'iscrizione, l'allievo conferma di esserne a conoscenza, di assumersi detti rischi ed accettare le possibili conseguenze.

SCUOLA DI
ALPINISMO E SCIALPINISMO
REMO E RENZO MINAZZI dal 1958

SEZIONE DI VARESE

Gruppo Speleo C.A.I. Varese

vi invita a partecipare al

3° STAGE DI SPELEOLOGIA

Giovedì 13.04

Presentazione Stage. Serata di teoria dove si parlerà dei possibili rischi durante l'attività speleologica, del vestiario da usare, di cosa cibarsi e quali attrezzature si useranno nelle due uscite pratiche.

Sabato 22.04

Primo approccio con l'attrezzatura da progressione. Si andrà in palestra di roccia, interna o esterna a seconda delle condizioni meteo.

Domenica 23.04

Visita in una delle grotte più lunghe del Campo dei Fiori, con verticali dove mettere in pratica le tecniche di progressione su corda apprese in palestra.
A seguire, consegna attestato di partecipazione della Scuola

Il costo, comprensivo di quota assicurativa per i 2 giorni sul campo, è di 50 euro.
Il termine delle iscrizioni è giovedì 13.04
Per ulteriori informazioni: https://www.facebook.com/GSVarese/
http://www.caivarese.it/gruppi-sezionali/speleo.html
gruppospeleologicocaivarese@gmail.com

Modulo

escursionismo

Le gite di

Marzo
Aprile

SABATO 4 e DOMENICA 5 MARZO

Pizzo di Cadreigh, 2515 mt, Campo Blenio, 1215 mt. Val Benio TI - CH

Ritrovo e partenza ore: piazzale a lato di via Foresio ore 9.00
Viaggio: autobus
Quote partecipazione: soci € 20, non soci € 31 + € 65 m/p rifugio
Difficoltà: EAI
Dislivello: Primo giorno ↑ 655 mt, Secondo Giorno 645 - ↓1300
Tempo di percorrenza: ↑ Primo giorno ore 2.30 ca, secondo giorno 3.30 ca - ↓ ore 4
Informazioni e iscrizioni: in sede presso: **Edoardo Verrengia**
Attrezzatura e abbigliamento: da escursionismo di media montagna in ambiente invernale innevato con ghette, ciaspole, occhiali da sole. Artva, pala e sonda.

ATTENZIONE: ISCRIZIONI ANTICIPATE NELLE SERATE DEL 21 E 24 FEBBRAIO CON VERSAMENTO DI CAPARRA DI 30€

Descrizione itinerario: dall'abitato di Campo Blenio, lungo la valle di Campo, si sale fino alla localita Ronch da Guald. Si lascia da qui la strada e, per il percorso invernale, sul lato destro della valle, si segue per la Capanna Bovarina. Il giorno seguente si percorre tutta l'alpe Bovarina, distesa sulla lunga Valle di Campo, in direzione del Passo di Gana Negra. Tra Quota 2300 e 2400 mt si volta a semicerchio a sinistra per risalire, dove conveniente, i pendii sul lato opposto e raggiungere la vetta.

DOMENICA 19 MARZO 2023

Sasso Grande Ai Denti della Vecchia 1491 mt. da Creda mt.800 - CH

Ritrovo e partenza ore: piazzale a lato di via Foresio ore 7.30
Viaggio: auto proprie
Quote partecipazione: soci € 8, non soci € 19
Difficoltà: EE - AR II III per salire l'ultimo sasso (facoltativo)
Dislivello: ↑↓700 mt.
Tempo di percorrenza: ↑↓ ore 6 ca (giro ad anello)
Informazioni e iscrizioni: in sede presso: **Cristian Vecchi, Federico Piatti**
Attrezzatura e abbigliamento: Adatto alla stagione e alla quota. Imbrago, casco, 2/3 moschettoni a ghiera, due anelli di cordino (Ø6/7mm, lunghezza dell'anello 60 e 120 cm) solo per chi vuole salire l'ultimo sasso. Documento d' identità valido.

Descrizione itinerario:
Il sasso Grande svetta sulla frastagliata costiera dei Denti della Vecchia. Per raggiungerlo partiremo da Creda, Villa Luganese, dove un piacevole sentiero in direzione nord est, tra prati e faggete ci accompagnerà sino alla capanna Pairolo. Mentre ci avvicineremo, sulla nostra destra potremmo ammirare da vicino le pareti dei Denti della Vecchia. Raggiunta la capanna imboccheremo il sentiero che in pochi minuti ci condurrà nei pressi della cima Palazzi, da qui incominceremo la lunga camminata in cresta che alternando panorami sul lago Ceresio e sulla Valcolla ci condurrà sino al passo Streccione. Da qui solo pochi metri ci divideranno dalla vetta del Sasso Grande, ma saranno pochi metri molto intensi. Appena usciti dal bosco ci troveremo ai piedi del Sasso Grande, da prima un tratto di sentiero non particolarmente agevole ci condurrà sul lato est della cima, e a questo punto solo pochi segni di passaggio ci indicheranno il percorso, e arrampicandoci tra pini mughi e sassi arriveremo in pochi minuti alla base di un grande sasso che dovrà essere superato con qualche passo di II III grado in discreta esposizione. La salita di questa ultima parte è facoltativa, il percorso di discesa ripassa dalla base del sasso e non è pertanto necessario percorrerla per completare il giro. Una volta saliti sul sasso pochi metri quasi in piano ci divideranno dalla sommità, ma un'ultima difficoltà ci aspetta un piccolo passo nel vuoto ci permetterà di raggiungere la vetta dalla quale ammirare lo splendido panorama. Per il ritorno dopo essere scesi con molta calma e attenzione dalla vetta un sentiero ripido ci condurrà velocemente sulla traccia di andata.

DOMENICA 2 APRILE 2023

Monte Colonna 1203 mt. da Mesenzana mt.350 - VA

Ritrovo e partenza ore: piazzale a lato di via Foresio ore 7.00
Viaggio: in autobus
Quote partecipazione: soci € 5, non soci € 16
Difficoltà: E
Dislivello: ↑↓853 mt.
Tempo di percorrenza: ↑↓ ore 3 – 2 ca
Informazioni e iscrizioni presso: **Paolo Sonvico**
Attrezzatura e abbigliamento: media montagna adatto alla stagione e alla quota

La Val Chiesone si colloca tra il Monte San Martino/Monte Colonna e il Monte La Nave, a monte di Mesenzana; è percorsa da un itinerario escursionistico che è stato pochi anni fa riaperto e valorizzato a cura della Pro Loco di Mesenzana, e denominato "sentiero degli Insubri", con richiamo ad antiche testimonianze risalenti alle popola-

zioni celtiche pre-romane.

Dal centro di Mesanzana (municipio) si percorre la strada per Brissago, imboccando poco dopo Via Pianazza sulla sinistra. Si attraversa il ponte sul torrente Chiesone e, superato un ulteriore breve tratto asfaltato, si imbocca sulla destra l'antica strada forestale, lastricata, che rimonta il pendio nel bosco. Si continua a mezza costa; dopo circa 30' si giunge ai resti dell'antico villaggio di Cavojasca (m 450 circa), oggi immerso nel bosco ma un tempo al centro di terreni coltivati e terrazzati, abitato stabilmente fino al 1945, e di cui oggi rimangono imponenti ruderi. Divenuto sentiero, l'itinerario passa accanto al alcuni altri edifici in pietra dismessi; scende verso il torrente, lo supera e prosegue sul versante opposto, rimanendo in prossimità dell'acqua. Dopo un tratto a modesta pendenza, riprende quota e raggiunge un notevole masso scuro con incisioni rupestri (coppelle e croci) mentre l'area circostante formava probabilmente un "bosco sacro" con funzione rituale. Si riprende a salire e si sbuca in breve all'Alpe San Michele (m 820), suggestivo alpeggio anch'esso di antichissima origine e in cui è ubicata l'omonima chiesa, in stile romanico, tra le più antiche della Provincia di Varese (X sec.), con importanti resti di affreschi all'interno.Dalla chiesa, passati accanto al ristoro, si imbocca un sentiero che conduce in breve al Passo San Michele, lungo alla strada per Porto Valtravaglia. Oltre la strada l'itinerario prosegue in una bellissima faggeta, prima su sentiero e poi su strada forestale, fino alla spalla Nord del Monte Colonna (Monte Ganna, m 1096). Da qui, di nuovo su sentiero si rimonta rapidamente il pendio per sbucare sulla vetta del Monte Colonna (m 1203), quota culminante dell'itinerario e punto panoramico di prim'ordine, sotto la quale è presente una galleria che faceva parte delle fortificazioni della Linea Cadorna. Dalla vetta si perde rapidamente quota in direzione Est, raggiungendo la strada sterrata proveniente da Arcumeggia, quindi la strada asfaltata da Duno e, attraverso questa, la vetta del Monte San Martino (m 1083), altro importante punto panoramico, noto per la chiesetta sulla vetta, riproposizione di un ben più antico edificio andato perduto durante l'ultima guerra, primo episodio di resistenza partigiana (novembre 1943) ricordato da un sacrario. Dalla vetta si imbocca il sentiero, piuttosto ripido, che in breve porta alla Val Alta (m 880), passando accanto alle alte falesie calcaree della parete Est. Qui possibile visitare le gallerie che costituivano la fortezza in caverna della Valcuvia, caposaldo della Linea Cadorna. Da qui, una comoda strada forestale conduce a Mesenzana, riportando al punto di partenza dell'itinerario.

DOMENICA 16 APRILE 2023

TUTTI AL MARE, TUTTI AL MARE

Punta Martin mt.1001 dal Passo del Turchino mt.532, con discesa su Genova Pegli - GE

Ritrovo e partenza ore: piazzale a lato di via Foresio ore 6.30
Viaggio: autobus
Quote partecipazione: soci € 42, non soci € 53
Difficoltà: E
Dislivello: ↑471 mt. ↓990
Tempo di percorrenza: ↑↓ ore 2.30 – 3 ca
Informazioni e iscrizioni: in sede presso: Vittorio Antonini
Attrezzatura e abbigliamento: Da escursionismo di bassa montagna e livello del mare.

La classica escursione di primavera a cui possono iscriversi anche i non camminatori che possono proseguire con il pullman andando a godersi una giornata sul lungo mare di Pegli.

Descrizione itinerario: si parte dallo sbocco settentrionale della galleria del Turchino, quota 532 si procede in direzione ESTlungo la vecchia provinciale per il passo del turchino dopo poco si lascia l'asfalto imboccando l'Alta Via dei Monti Liguri. Si procede in direzione Nord-Est lasciando sulla propria destra la vetta del monte Turchino. Percorsi 900 m. oltrepassiamo lambendo il lato Nord della vetta del monte Ottone m.725 e del Bric Prato D'Ermo m. 740. Continuando verso Est lungo l'Alta Via dei Monti Liguri si giunge al Colle Gandolfi m. 936, un crocevia di sentieri dove,dirigendosi in direzione Sud-Ovest (segnavia 2 barre rosse verticali) saliamo al tondeggiante monte Pennello m. 995 dove sorge il Bivacco Zucchelli, poi brevemente senza perdere quota saliamo alla vetta del monte Martin m.1001. Tornati al Monte Pennello, che dista dalla Punta Martin solo 600 m. ci si dirige verso Sud seguendo il dorso sommitale ed ammirando panorami incantevoli si raggiunge il monte Riondo m. 713. Si prosegue passando sul lato Est degli Scogli Neri m. 600. raggiungiamo la carrareccia detta Salita Superiore Rapalli e dopo aver incrociato una linea elettrica ad alta tensione ad un bivio prendiamola sinistra via al Campeggio Villa Doria ed entriamo nella parte alta dell'abitato di Pegli, per ripide scalette raggiungiamo il centro a scendiamo sul lungo mare.

SI RICORDA CHE PER USUFRUIRE DELL'AUTOBUS E' INDISPENSABILE ISCRIVERSI ENTRO MARTEDI' 11 E CHE IN CASO DI CATTIVE CONDIZIONE METEO L'ESCURSIONE VERRA RIMANDATA.

DOMENICA 30 APRILE 2023

Colle Baranca 1875 mt. da Bannio Anzino loc. Fontane 775 mt. Valle Anzasca - VB

Ritrovo e partenza ore: piazzale a lato di via Foresio ore 7.00
Viaggio: con auto proprie
Quote partecipazione: soci € 20, non soci € 31
Difficoltà: E
Dislivello: ↑↓ 1305 mt.
Tempo di percorrenza: ↑↓ ore 4.30 – 3 ca
Informazioni e iscrizioni: in sede presso: Piera Martignoni
Attrezzatura e abbigliamento: Da escursionismo di media montagna e adeguato alla quota e alla stagione.

Descrizione itinerario a breve sul sito.

gruppo senior

Le gite di

Marzo
Aprile

1ª GITA - 2 Marzo 2023

Sesto Calende – Taino – Sesto Calende (Parco del Ticino)

Conduttori: De Ambrogi Annibale – Rizzi Maria Chiara. Tel. 3313830641

Luogo Ritrovo: Cimitero Azzate

Orario: Ritrovo ore 8,45 partenza ore 9,00

Mezzo di trasporto: Auto Proprie

Difficoltà: E

Tipologia: Anello

Altezza massima: m 320

Dislivello: Salita e discesa m. 250

Tempo di percorrenza: Ore 4,30

Lunghezza percorso: Km 12,5

Equipaggiamento: **da media montagna , (adeguato per la stagione)**, scarponi, consigliati i bastoncini

Acqua : NO

Quota: **Soci €** 3 – **Non soci + €** 14

Doc.per espatrio: NO

Percorso stradale: Azzate – Vergiate – Sesto Calende (posteggio presso la sede CAI, via Piave in località San Giorgio). Arrivando da Vergiate, si entra in Sesto Calende e si percorre la strada principale (prima via Manzoni e poi via Cavour) fino alla piazza XXV Aprile, dove alla piccola rotonda si imbocca sulla destra la via Baracca che poco dopo diventa via Indipendenza, e dopo aver superato il sottopassaggio della ferrovia diventa via Piave

Descrizione itinerario escursione: La gita inizia dalla sede del CAI di Sesto nella frazione San Giorgio (234 m.), da cui si raggiunge la Cascina Bilesa (319 m.) e poi Taino (268 m.), per poi scendere a Lisanza (194 m.), dove è prevista la sosta pranzo sul lungolago. Per il ritorno si risale la morena fino a Coquo (296 m.) e, passando per la "*Preja Buja*", si ritorna alla frazione San Giorgio (234 m.).

Nota: La gita si svolge lungo l'"*Anello delle castagne*" sulle colline moreniche tra Sesto Calende e Taino, in gran parte lungo sentieri in boschi caratterizzati da querce, castagni, carpini e pini silvestri, nel Parco del Ticino. A Taino, nel parco pubblico ammireremo "*Il luogo dei quattro punti cardinali*", monumento di Giò Pomodoro, e la chiesa parrocchiale di Santo Stefano, detta il "*dumin*" perché da lontano ricorda il duomo di Milano, da cui si gode un panorama fra i più belli della provincia. Passeremo davanti all'ex polveriera, la cui esplosione provocò negli anni Trenta la morte di 35 lavoratori, in gran parte donne, così che ogni famiglia di Taino aveva un parente morto nel disastro. Infine vedremo il masso erratico della "*Preja Buja*", monumento naturale, ricordo dell'ultima glaciazione di Würm, di 10.000 anni fa, quando i ghiacciai arrivavano in fondo al Lago Maggiore. Gita di apertura della stagione, che per coloro che già conoscono l'itinerario è l'occasione per riprendere e fare un po' di moto dopo la pausa invernale, mentre per i nuovi sarà l'occasione per conoscere meglio un angolo della nostra Provincia.

2ª GITA - 9 Marzo 2023

PARCO SPINA VERDE

Conduttori : De Ambrogi - Ambrosetti E. *Tel. 3313830641*

Luogo Ritrovo: Cimitero di Belforte

Orario: Ritrovo ore 8,45 partenza ore 9,00

Mezzo di trasporto: Auto

Difficoltà: E

Tipologia: Andata- Ritorno

Altezza massima: m

Dislivello: Salita e discesa m. 400

Tempo di percorrenza: Ore 4,00

Lunghezza percorso: Km

Equipaggiamento: **da media montagna , (adeguato per la stagione)**, scarponi, consigliati i bastoncini

Acqua: NO

Quota: **Soci €** 4 – **Non soci + €** 15.

Doc.per espatrio: NO

Percorso stradale: Varese – Malnate – Solbiate Comasco – Olgiate Comasco – Strada Provinciale "Garibaldina" – Colverde – Cavallasca – San Fermo della Battaglia (centro, chiesa) – proseguire nella direzione obbligatoria – 1ª rotonda prendere direzione Milano – 1° semaforo (2° farmacia) – 2° semaforo (pedonale) – 3° semaforo: svoltare a destra (piccolo cartello "Centro Sportivo di Casate" e vistoso cartello "Ristorante Meridiana") – Posteggio auto nel vasto parcheggio del Centro Sportivo di Casate (CO).

Descrizione itinerario escursione: Dal parcheggio ci si porta sulla strada che congiunge S. Fermo della Battaglia con Grandate, si attraversa al semaforo e si procede sul marciapiede fino al cartello che segnala l'itinerario 11. Lungo il percorso si trovano la "Camera grande", con resti di un'antica abitazione d'epoca protostorica, la Fonte della Mojenca, l'abitato protostorico di Pianvalle, la ricostruzione di un'antica abitazione dei Celti con tetto di paglia (capanna didattica), una cascina medioevale fortificata, ora ostello-ristorante, il castello del Baradello da cui si gode un panorama eccezionale su Como.

Nota: La gita si svolge nel Parco Regionale Spina Verde, sulla fascia collinare tra Como e la pianura. Nel 2022 visitammo la parte ad ovest di San Fermo della Battaglia. In questa gita visiteremo la parte ad est di San Fermo, ricca di testimonianze della Como preromana e medioevale.

3ª GITA - 16 Marzo 2023

MONTE PIAMBELLO

Conduttori : Zambon B. - Colognese R. *Tel.3336793367*

Luogo Ritrovo: Parcheggio Alpe Tedesco

Orario: Ritrovo Cimitero di Belforte ore 07,45 partenza ore 8,00

Mezzo di trasporto: Auto

Difficoltà: E

Tipologia: Andata- Ritorno

Altezza massima: mt. 1125

Dislivello: Salita e discesa mt. 350

Tempo di percorrenza: Ore 4,5

Lunghezza percorso: Km n.p.

Equipaggiamento: **da media montagna , (adeguato per la stagione)**, scarponi, consigliati i bastoncini

Acqua : NO

Quota: **Soci €** 3 – **Non soci €** 14.

Doc.per espatrio: NO

Percorso stradale: **Varese – Tangenziale Valganna – Uscita da Ganna a Dx per Boarezzo -Alpe Tedesco, in prossimità del ristorante girare a DX, proseguire sino al parcheggio.**

Descrizione itinerario escursione: Il Monte Piambello è una montagna che sorge nell'area territoriale di Varese e

si trova nel Parco delle 5 Vette di Cuasso al Monte. Dal Passo del Tedesco un cartello bianco e rosso n° 18 indica la direzione verso il Monte Piambello

Dopo circa 15 minuti di salita, si giunge in un'area chiamata Belvedere 868 m. (dove è posta anche una panchina in legno), dalla quale si ammira la vista sulle montagne circostanti, sulle Alpi e su due laghi: il Lago di Ghirla e il Lago di Ganna. Dal pianoro posto sulla cima, osserviamo il Lago di Lugano e il versante Svizzero, fino al Monte San Giorgio. Il percorso di discesa è il medesimo di quello affrontato per la salita.

4ª GITA - 23 Marzo 2023

ANELLO AZZURRO (Giro Lago d'Orta)

Conduttori : *De Ambrogi A. – Bortoluzzi C.* Tel. 3313830641

Luogo Ritrovo: Cimitero di Azzate

Orario: Ritrovo ore 8,00 partenza ore 8,15

Mezzo di trasporto: Auto

***Difficoltà*:** E

Tipologia: Anello

Altezza massima: mt. 1200

***Dislivello*:** Salita e discesa m .350

***Tempo di percorrenza*:** Ore .4,30

Lunghezza percorso: Km n.p.

***Equipaggiamento*: da media montagna , (adeguato per la stagione)**, scarponi, consigliati i bastoncini

***Acqua* :** NO

***Quota*: Soci €** 8,00 – **Non soci €** 19 .

Doc.per espatrio: NO

Percorso stradale: Azzate – Sesto Calende – Gattico – Borgomanero – Gozzano – Orta San Giulio – Posteggio libero del Sacro Monte, che si trova salendo a sinistra 100 m. dopo Villa Crespi. **ATTENZIONE!** Nell'ultimo tratto di strada prima di arrivare a Orta San Giulio, è presente un rilevatore fisso di velocità. **Non superare i 50 km all'ora!**

Descrizione itinerario dall'ampio parcheggio libero del Sacro Monte d'Orta (392 m.), si scende sulla statale n. 229, che si attraversa con prudenza all'altezza della rotonda nei pressi di Villa Crespi, e si sale al paese di Legro, frazione di Orta San Giulio, dove si imbocca la '*Prisciola'*, antica via che un tempo collegava le varie località, e ora chiusa al traffico e in gran parte trasformata in ottimo sentiero. Dopo essere passati per il piccolo paese di Corconio (351 m.), si sale sul colle di Buccione (459 m.), dove sorge l'omonima Torre del XII secolo, simile alla Torre di Velate, ma più grande e perfettamente conservata, ancora circondata da strutture difensive. Discesi dal colle di Buccione, si sale lungo una prima Via Crucis al Monte Mesma (576 m.), a picco sul lago, in posizione panoramica eccezionale, e si visita l'antico convento francescano. Al ritorno, dal Monte Mesma si scende lungo una seconda Via Crucis, si riprende la "*Prisciola*" e si visita il paese di Legro, che fa parte dell'organizzazione Paesi Dipinti, le cui case hanno le pareti decorate con dipinti di soggetto cinematografico.

Nota: Passeggiata pubblicizzata dall'Ente Turismo di Orta San Giulio come "*Sentiero Azzurro*", nelle Riserve Naturali del Sacro Monte d'Orta, della Torre di Buccione e del Monte Mesma.

5ª GITA - 30 Marzo 2023

SENTEE DE SORT – DA ROVENNA A MOLTRASIO

Conduttori : *Rossi S. - Ambrosetti E.* *Tel.3333643219*

Luogo Ritrovo: Cimitero di Belforte

Orario: Ritrovo ore 7,45 partenza ore 8,00

Mezzo di trasporto: Auto

***Difficoltà*:** E

Tipologia: Andata- Ritorno

Altezza massima: m. 665

***Dislivello*:** Salita e discesa m.250

***Tempo di percorrenza*:** Ore 4,0

Lunghezza percorso: Km. n.p.

***Equipaggiamento*: da media montagna , (adeguato per la stagione)**, scarponi, consigliati i bastoncini

***Acqua* :** NO

***Quota*: Soci €** 5 – **Non soci €** 16.

Doc.per espatrio: SI

Percorso stradale: Varese- Gaggiolo- Chiasso- Cernobbio- Rovenna

Descrizione itinerario escursione: Dal parcheggio del cimitero di Rovenna si visita il paese di Rovenna che si trova sulla strada per il Monte Bisbino, e dopo un buon caffè si inizia il sentiero "Sentee di Sort" che porta a Moltrasio. Il sentiero parte in piano seguito da una breve salita che porta alla cava di Niasc, "Pietra di Moltrasio", panoramico terrazzo sul lago di Como. Si tratta solo di una delle tante cave di pietra moltrasina presenti nell'area il cui sfruttamento è iniziato nel periodo romanico, Fu interrotto solo a inizio Novecento; utilizzata come materiale da costruzione, questa pietra ebbe grande importanza nell'economia locale. Continuiamo lungo un caratteristico camminamento realizzato con lastre di pietra provenienti dalla vicina cava, perdendo quota fino alla frazione di Casarico,il primo dei piccoli ma caratteristici borghi a mezzacosta che attraverseremo (antico mulino, le fontane di Proed, il lavatoio) scendiamo ancora e appena prima del ponticello a sinistra imbocchiamo la breve deviazione che conduce alla cascata del Cam, molto suggestiva specie dopo periodi piovosi. Superato il ponte saremo nel Comune di Moltrasio dove nella frazione di Toscacco ci fermeremo. Pranzo al sacco visita lago.Poi per la stessa linea si ritorna alle macchine. Il Sentee i Sort richiede qualche attenzione per via di alcuni brevi tratti esposti in cui si trovano comunque catene fissi utili in caso di neve o sassi bagnati.

6ª GITA - 6 Aprile 2023

GIRO DEL LAGO DI MERGOZZO

Conduttori: *Rossi S. – Tessera G.* *Tel. 3333643219*

Luogo Ritrovo: Cimitero di Azzate

Orario: Ritrovo ore 0.0 partenza ore 0,00 fermata 0.0

Mezzo di trasporto: Auto

***Difficoltà*:** T

Tipologia: Anello

Altezza massima: mt. 415

***Dislivello*:** Salita e discesa mt. 150

***Tempo di percorrenza*:** Ore 3

Lunghezza percorso: Km n.p.

***Equipaggiamento*: da media montagna , (adeguato per la stagione)**, scarponi, consigliati i bastoncini

***Acqua* :** SI

***Quota*: Soci €** 12 – **Non soci €** 23.

Doc.per espatrio: NO

Percorso Stradale: Varese, autostrada Gravellona Toce, Montorfano . Piccolo parcheggio di fronte alla chiesetta.

Descrizione itinerario escursione

Autostrada Gravellona Toce con uscita Verbania, si prosegue verso Verbania e poco dopo a sinistra si prende la Montorfano che ci porta in paese (dopo autolavaggio self-service), parcheggio del cimitero. Visita dell'antica chiesa romanica di San Giovanni Battista risalente al XII secolo ma costruita nel luofo dove sorgeva una chiesa più antica. Ci inoltreremo nelle antiche casa del paese fino al Belvedere di Montorfano (vista sul Lago Maggiore, sul golfo Borromeo

e sulla foce del Toce). Si ritorna per prendere il Sentiero Azzurro" per costeggiare il lago di Mergozzo godendo di scorci incantevoli su questo piccolo e tranquillo lago fino ad arrivare a Mergozzo. Il lungolago offre panchine, per la sosta pranzo, oltre ad un olmo che sembra avere ben 5 secoli di vita. Percorreremo, poi, vicoli interni trovando la chiesa dell'Assunta del XVIII secolo scalinata con porticato che ripara una Via Crucis del XIX secolo, poco distante la bella chiesa di S. Marta romanico del XII secolo (fontana). Riprendiamo il "Sentiero Azzurro" per ritornare alle macchine salendo la scalinata selciata per arrivare all'oratorio di S. Elisabetta del 1623 (fontana). Il sentiero percorre il versante nord del Monte Montorfano (794 m) che ha l apeculiarità di essere un unico blocco di granito bianco che è stato usato anche per le colonne di San Paolo Fuori le Mura a Roma. La mulattiera era l'antica strada degli scalpellini di Mergozzo che la percorrevano quotidianamente per raggiungere le cave del Montorfano. A Mergozzo possibilità del pranzo in ristorante a prezzo concordato.

7ª GITA - 13 Aprile 2023

S. MESSA DI PASQUA /FESTA DI PRIMAVERA

Conduttori: ***Coordinatore*** *Tel. 3336793367*

Luogo Ritrovo: Parcheggio S.Maria Annunciata Brunello (VA)

Orario: Ritrovo ore 10,30 S. Messa ore 11,00,alla fine propongo il nostro coro con il Signore delle Cime

Si propone una piccola escursione attorno alla Piana di Vegonno prima della S. Messa

Partenza Ritrovo ore 8,00 partenza ore 8,15

Difficoltà: E

Tipologia: Anello

Altezza massima: m 350

Dislivello: Salita e discesa m 150

Tempo di percorrenza: Ore 2,15

Lunghezza percorso: Km

Equipaggiamento: **da media montagna , (adeguato per la stagione)**, scarponi, consigliati i bastoncini

Acqua: NO

Accompagnatori: Coordinatore

N.B. Nessuna iscrizione attenzione orario.

8ª GITA - 20 Aprile 2023

PONCIONE DI CABBIO (CH)

Conduttori : Zambon B. - Barisciano S. *Tel 3336793367.*

Luogo Ritrovo: Cimitero di Belforte VA

Orario: Ritrovo ore 7,30 partenza ore 7,45

Mezzo di trasporto: Auto

Difficoltà: E

Tipologia: Anello

Altezza massima: mt.1263

Dislivello: Salita e discesa mt.650

Tempo di percorrenza: Ore 5,00

Lunghezza percorso: Km

Equipaggiamento: **da media montagna , (adeguato per la stagione)**, scarponi, consigliati i bastoncini

Acqua : NO

Quota: **Soci €** 4 – **Non soci + €** 15.

Doc.per espatrio: SI

Percorso Stradale: Varese, Gaggiolo, Stabio, Mendrisio, Castel San Pietro, poi direzione Valle di Muggio, Bruzzella, Cabbio

Descrizione itinerario escursione: Raggiunta Cabbio mt.650, si parceggia l'auto sul piazzale della chiesa. Alla partenza si imbocca la stradina che sale in paese e che passa dietro alla chiesa fino a raggiungere una diramazione a quota 700 m circa. Al bivio si gira a destra sulla stradina che alzandosi in modo regolare porata a Vallera (m 865). Da questo punto la mulattiera diventa sentiero. Suoerate le località di Croce, Betuela e Laurina si giunge ad un altro bivio in zona Arla. Si prende il sentiero che sale verso sinistra ed in poco tempo si raggiunge un'altra diramazione a quota 1140 m. Da qui si sale al Dosso d'Arla m 1170 per la corta dorsale erbosa. Da questo punto si prosegue in direzione del Poncione di Cabbio salendo la dorsale erbosa caratterizzata dalla presenza di numerosi alberi. Passati dal cippo di confine n. 34 si raggiunge la vetta del Poncione di Cabbio m 1263. Il panorama è davvero bello, in primo piano il Sasso Gordona e la sua dorsale ovest e sull'altro lato il Monte Generoso. Dopo la sosta per ammirare il panorama si scende al rifugio Prabello m 1200 dove si effettua la sosta pranzo. Terminata la sosta si inizia la discesa in direzione dell'Alpe Bonello seguendo il sentiero che si addentra nel bosco ed in poco tempo si giunge alla casa delle Guardie Svizzere e subito dopo all'Alpe. Da questo punto si imbocca la mulattiera che con qualche tornante si abbassa in val Luasca. Un po' più avanti si attraversa il torrente e da qui in poi si alternano tratti asfaltati e sterrati. Dopo circa un'ora dalla partenza dall'Alpe di Bonello si arriva a Cabbio dove termina l'escursione.

9ª GITA - 27 Aprile 2023

GIRO DELLE TRE ABBAZIE

Conduttori: ***Donatoni V. – Buccheri L. Tel.***

Luogo Ritrovo: Cimitero di Belforte

Orario: Ritrovo ore 6,45 partenza ore 7,00

Mezzo di trasporto: Auto

Difficoltà: E

Tipologia: Anello

Altezza massima: mt. 817

Dislivello: Salita e discesa mt. 567

Tempo di percorrenza: Ore 5,00

Lunghezza percorso: km n.p.

Equipaggiamento: **da media montagna , (adeguato per la stagione)**, scarponi, consigliati i bastoncini

Acqua : NO

Quota: **Soci €** 9,00 – **Non soci €** 20.

Percorso stradale: **Da Varese a Como. Strada Regina fino a LENNO , quindi a sx fino al parcheggio in località MOLGISIO**

Descrizione itinerario escursione: Zona di interesse paesaggistico e storico. Beni Unesco

Dal parcheggio si segue a dx la strada asfaltata .Alla prima curva si intercetta l'antica via acciottolata che conduce all'ingresso della prima Abbazia: l'ABBADIA dell' ACQUAFREDDA (m. 329) così denominata per una sorgente freschissima tuttora presente. A sx dell'Abbazia parte il percorso "Basso" che conduce all' antico Monastero di S. Benedetto. La strada sale agevolmente tra nuclei recenti, con qualche strappo accentuato, sempre compensata dal panorama che si apre via via fino ad una evidente svolta a dx. Ci addentriamo quindi nella VAL PERLANA. La strada è stata recentemente sistemata, sempre ben acciottolata o selciata, con pendenze varie, supera antiche cascine in rovina e altre ben restaurate. La fenditura della valle mostra chiaramente il lato opposto dove effettueremo il ritorno. Gli antichi nuclei erano un tempo pertinenza dell' ABBAZIA di S. BENEDETTO, coltivati o a pascolo per le necessità del convento. Si giunge ad un ponticello in legno che attraversa il torrente Perlana e si risale per un breve tratto giungendo al cospetto dell'ABBAZIA di S. BENEDETTO (m.817).notevole esempio di architettura romanica. Situata nella parte superiore della Val PERLANA .l' Abbazia esisteva già intorno all'anno 1000 con

annesso un piccolo convento di monaci Benedettini. La comunità monastica rimase attiva fino al 1200 circa ed aveva possedimenti sia verso Lugano che in Valtellina. La posizione sopraelevata permetteva un controllo delle vie di transito; infatti lo scopo principale della presenza dell'Abbazia era quello di esercitare il diritto di esazione delle decime sul territorio comasco, da parte della Diocesi di Como. La posizione isolata e la vicinanza dell' Abbazia dell'Acquafredda di Lenno portarono ad un progressivo abbandono del convento . Nel XIII secolo l'Abate già risiedeva a Sala Comacina e nella prima metà del XV secolo avvenne l'annessione all' Abbazia di Lenno Il monastero e la chiesa vennero progressivamente abbandonati al culto e utilizzati a fini agricoli. Il degrado continuò fino agli anni 50 del XX secolo. Negli anni 80 e 90 si attuarono importanti interventi di riqualificazione, purtroppo mai conclusi. La chiesa è comunque agibile e viene aperta in talune festività. In questo luogo pieno di pace e suggestione faremo la nostra pausa pranzo. Il cammino riprende oltrepassando l'area dell'Abbazia e percorrendo la valle dalla parte opposta. La discesa nel bosco ci permette di considerare l'importanza di questa via di transito nel passato: antiche vestigia sul tracciato e baite per le varie attività agricole ora quasi tutte diroccate. La pendenza si fa più accentuata in prossimità della terza Abbazia: il SANTUARIO della MADONNA del SOCCORSO (m.419). La Chiesa, eretta alla fine del 600, venne in seguito arricchita dal complesso del SACRO MONTE di OSSUCCIO, costituito da 14 cappelle edificate tra il 1635 e il 1714 da artisti ticinesi e comaschi con chiari riferimenti ai 15 misteri del rosario. Comprende 230 statue a grandezza naturale Dal piazzale superiore, sede della chiesa, da cui si può godere un grandioso panorama sulla parte centrale del lago, parte il largo viale acciottolato che tocca le varie cappelle. Tutto il complesso, restaurato completamente in anni recenti è stato inserito nel 2003 nella Lista del Patrimonio Mondiale dell'Umanità dell'UNESCO. Si segue il bellissimo percorso fino all'ultima cappella, quindi si volta a sx e superato l'antico ponte si giunge al parcheggio.

10ª GITA - 4 Maggio 2023

MONTE SIGHIGNOLA

Conduttori: Buccheri L. – Donatoni V.
Tel.

Luogo Ritrovo: Cimitero di Belforte

Orario: Ritrovo ore 7,00 partenza ore 7,15

Mezzo di trasporto: Auto

Difficoltà: E

Tipologia: Andata- Ritorno

Altezza massima: mt.1320

Dislivello: Salita e discesa mt.450

Tempo di percorrenza: Ore 4.0

Lunghezza percorso: Km. 8

Equipaggiamento: **da media montagna , (adeguato per la stagione)**, scarponi, consigliati i bastoncini

Acqua **:** NO

Quota: **Soci €** 3 – **Non soci €** 14.

Doc.per espatrio: SI

Percorso stradale: **Gaggiolo – Maroggia – Lanzo d'Intelvi**

Giunti a Lanzo seguire i cartelli "***centro***" per raggiungere la chiesa di San Siro centro paese. Una volta qui prendere la strada a sx della chiesa e proseguire su via Aspazzi fino a raggiungere il vecchio impianto di risalita, sulla sx il cimitero, parcheggiare e seguire il sentiero 8 *"BÜIS E GROTA DI GAI: 3h 30 - 8 km - dislivello 415 m - difficoltà E (Escursionisti)*"

Descrizione itinerario escursione:

Partendo dalla "Valle dei Saraceni" e seguendo le indicazioni verso Büis, si giunge ad un incrocio dal quale si può proseguire a destra verso "Büis Alto" e verso la "Vetta Sighignola" oppure a sinistra verso "Büis Basso" con possibile deviazione alla "Grota di Gai" (grotta realizzata durante la Prima Guerra Mondiale); da qui è possibile ritornare passando dalla località "Mara". Invece tornando al sentiero verso "Büis Basso" si giunge alla deviazione per il sentiero n. 8a che porta ad Arogno; prendendo il sentiero a destra, dopo una rapida salita, si giunge ad un osservatorio sul Lago di Lugano e proseguendo si incontrano due bivi che portano alla pista da sci ed alla mulattiera che riporta alla partenza. Se si continua a salire si giunge alla "Vetta Sighignola" con possibile escursione alla Chiesetta degli Alpini, da qui si imbocca il sentiero per il ritorno che porta prima ad un tornante di Via Sighignola e successivamente, cento metri dopo l'abitazione, si trova una deviazione a sinistra verso la località "Meriggio" ed infine a destra si imbocca il sentiero che scende al "Funtanin de Piasc" e poi al punto di partenza.

MARTEDI 14 MARZO

alle ore 19.00 in prima convocazione
ed **alle ore 21.00 in seconda convocazione**
presso la sede Sociale CAI in via Speri della Chiesa 12 (VA)
è convocata l'annuale

ASSEMBLEA ORDINARIA DEI SOCI ADERENTI AL GRUPPO SENIORES

con il seguente ordine del giorno: Nomina del Presidente, Segretario dell'Assemblea e di numero 2 Scrutatori e di numero 3 Coordinatori delle operazioni di voto.

Intervento del Presidente Sezionale **Antonella Ossola.**

Elezione per il triennio 2023-2026 di 2 componenti il Consiglio: In scadenza:**Fumagalli Patrizia Maria** dimissionaria**, Tessera Gaetano** dimissionario
Sono candidati: **Borsetto Mario – Basilico Angelo + Invito a chi si vuole all'ultimo momento.**

Relazione attività 2022 e Relazione Morale Coordinatore.

Programma attività 2023.

Presentazione Candidati - Votazione - Raccolta schede.
Dibattito libero (in attesa risultati).

Esito votazioni.

Discorso Conclusivo da parte del Presidente Assemblea.

Varie ed eventuali.

NOTA – Gli aderenti al Gruppo Seniores impossibilitati a partecipare all'Assemblea possono farsi rappresentare delegando un altro Socio Seniores a rappresentarli. Il Socio Seniores delegato può portare al massimo n. 2 deleghe accompagnate dalle tessere d'iscrizione al CAI dei deleganti.