



SALIRE

"AD EXCELSA TENDO"



notiziario del CLUB AMICI della MONTAGNA

La redazione di Salire

Genone Mario

Giudici Massimo

Malcotti Enrico

Sede: Via S. Pellico, 9

Busto Arsizio

Tel/Fax 0331 679.021

E.mail: cambusto@libero.it

www.cambusto.it

Associazione Malawi nel cuore

Destiniamo il nostro 5x1000 ad una missione che da oltre 35 anni si dedica a risolvere i bisogni dell'infanzia violata e negata dalla povertà e dalla fame. Basta indicare il nome dell'associazione e il codice fiscale 95065920126 sul 730, Cud o Modello Unico 2011.

www.alleluya.org

Maggio 2012

Camminando Camminando

Finalmente arrivano i mesi più belli per camminare in montagna; è pur vero che il nostro programma è già iniziato, e se le due prime gite ci hanno visto girovagare sui monti sopra i laghi di Como e Maggiore, saranno i prossimi mesi quelli che attireranno di più i folli camminatori: infatti se nei mesi di Maggio e Giugno è bello camminare perché la primavera ci farà scoprire i suoi colori e profumi, i mesi di Luglio e Agosto non sono di meno per le loro giornate più lunghe e calde, ecc., ecc. Non ci resta dunque che leggere le due paginette per scoprire dove andremo a camminare, e sebbene la meta sarà un rifugio di montagna o una cima, per il sottoscritto la parte magica della Domenica in montagna con il CAM è proprio il camminare. I motivi sono tanti e svariati, penso gli stessi che provate pure voi, così provo ad elencarli alcuni:

- Si cammina per guardare il paesaggio, per godere del silenzio, per ascoltare il vento,

per ossigenare i nostri poveri polmoni, e quando si incontrano le persone speciali che vivono in modo semplice in questi posti, dove noi andiamo a camminare alla Domenica e che hanno avuto il coraggio di scelte di vita controcorrente, se è possibile ci piace fermarci a conversare con loro (a volte con risultati negativi: vedi i tetti di Codera)

- Naturalmente, oltre alla bucolicità, ci piace anche metterci alla prova raggiungendo l'ambita meta della gita del Cam.

- Ci piace il camminare lento, goderci il cammino fermandoci ad osservare qualche cosa che ti colpisce; ci si ferma a far foto e anche a prender fiato. E anche se questo lento camminare o arrestarsi non è praticato da tutti contemporaneamente, non fa nulla, è anche giusto che ognuno faccia il proprio passo.

- Com'è bello quando camminando, troviamo il nostro giusto ritmo, quello che non ti fa andare in affanno e ti fa camminare per lunghi tratti senza soste, anche in salita e

con zaino pesante; quando trovo questo passo c'è sempre qualcuno dietro me che mi dice: "che mi segue perché non si stanca???" . Sarà vero??? E se così fosse, beato lui!!!

- Camminare ci da gioia e pace, mentre si cammina ansie e preoccupazioni sembrano scivolar via (purtroppo senza mai sparire del tutto però). Perciò, sembra che il lento camminare non sia solo un benessere fisico, ma anche spirituale, infatti ci aiuta a liberarci dai pensieri negativi; che il famoso detto: "camminare è un moto che libera la mente" sia proprio giusto?

- Camminare in gruppo, rispetto a una gita solitaria con il tuo cane, è bello e piacevole, si condividono sensazioni ed emozioni con amici, e se conflitti con singoli componenti del gruppo possono nascere per motivazioni e aspirazioni differenti, ci pensa poi il vento dei monti a disperderli.

Non sono certo tutti qui i motivi, ma per questo giornalino bastano e avanzano, anche perché non vorrei fare del patetismo a buon mercato, ma se qualcuno di voi ne vuole aggiungere altri, volentieri li pubblicheremo. A questo proposito, vi ricordiamo che siamo sempre in attesa dei vostri scritti, articoli, pensieri (vedi annuncio nel Notiziario di Settembre 2011).

E ora finalmente l'elenco delle località che visiteremo nei prossimi quattro mesi:

20 Maggio - Alpe Veglia m 1721 - Val Cairasca (Alpi Lepontine)

Da San Domenico: m 1410 - Disl.: m 553 salita, m 242 discesa - Tempo: ore 2.30 - Diff.: E

Anziché salire con il percorso più frequentato e conosciuto (gippabile che parte da Nembro) o dall'aereo sentiero che parte dall'Alpe Ciamporino, quest'anno raggiungeremo l'Alpe Veglia con un nuovo itinerario (salita dall'Alpe Giliardino), percorso panoramico che offre un splendido colpo d'occhio sulla forra del Cairasca che si ha costantemente sotto i piedi. La discesa avverrà per la strada classica che scende a Ponte Campo, così da effettuare un percorso ad anello, senza contare che l'itinerario proposto ci permetterà di effettuare un giro completo dell'Alpe, attraversando tutti i sei gruppi di baite dislocati ai bordi della piana (La Balma, Cornù, Isola, Ponte, Aione e Cianciavero).

2 Giugno - SABATO - Raduno Nazionale F.I.E. (Federazione Nazionale Escursionismo)

Informazioni in sede, stiamo aspettando il programma definitivo dalla F.I.E.

10 Giugno - Rifugio Rosalba m 1730 - Gruppo delle Grigne
Da Pian dei Resinelli: m 1276
Itinerario "A": Sentiero delle Foppe (via normale): Disl.: m 630 - Tempo: ore 2.00-2.15 - Diff.: E

Itinerario "B"; Direttissima (via attrezzata) : Disl.: m 900 - Tempo: ore 2.30-3.00 - Diff.: EE

Il Rifugio Rosalba, è considerato per generazioni come la porta di accesso a quel mondo fantastico ed affascinante, fatto di roccia e mistero, dell'arrampicata. Può essere raggiunto con diversi sentieri, più o meno facili, il più interessante dei quali è sicuramente quello impropriamente chiamato

"Direttissima". Esso è tagliato in più parti nella roccia e permette di visitare uno dei luoghi più suggestivi delle nostre Prealpi, conducendo nei meandri più riposti e selvaggi della Grignetta, facendo scoprire un mondo tutto particolare. Il rifugio può essere anche raggiunto per il sentiero basso "Sentiero delle Foppe", più semplice, e che permette comunque di ammirare dall'esterno quelle magnifiche architetture che hanno contribuito a creare la leggenda della Grigna.

24 Giugno - Monte Limidario m 2188 (CH) - Monti attorno al lago Maggiore
Da Cortascio: m 1067 - Disl.: m 1138 - Tempo: ore 3.30 - Diff.: E/EE

La salita al Limidario o Gridone, dal suo versante orientale, costituisce una gita senz'altro tra le più interessanti della sponda occidentale dell'Alto Verbano: sia per l'ambiente selvaggio in cui si svolge, sia per la

splendida 

vista che la vetta offre.

1° Luglio - Giro dei Laghi d'Aviasco m 2080 – Valgoglio (Alta Val Seriana)
Da Valgoglio: m 952 - Disl.: m 1128 - Tempo totale A/R: ore 6.00-6.30 - Diff.: E

Le Orobie sono un universo d'incredibile varietà e suggestioni che non finiscono mai di stupire. I laghi di Valgoglio occupano uno spazio notevole di questo universo e sono situati in un angolo nascosto della Val Seriana, dove la presenza delle antiche opere legate allo sfruttamento delle loro acque passa in secondo ordine di fronte all'opera che la natura ha saputo modellare. Un altopiano solitario incastonato da numerosi laghetti alpini che, nonostante le dighe con cui sono stati ingabbiati, mantiene il suo aspetto naturale. Dunque, laghi, cascate, rocce e fitti boschi d'abete saranno i molti ingredienti di questo "cocktail" montano in cui si respirerà una formidabile wilderness nonostante la presenza degli impianti idroelettrici della conca d'Aviasco.

14-15 Luglio - Due giorni in Valvurfa - Rifugio/Albergo Ghiacciaio dei Forni m 2178 Monte Confinale m 3370

1° giorno: Rifugio Ghiacciaio dei Forni m 2178 - Da S. Caterina Valfurva m 1734 - Disl.: m 600 - Tempo: ore 2.30-3.00 - Diff.: E
2° giorno: Monte Confinale m 3370 - Da Rifugio Ghiacciaio dei Forni m 2178

Disl.: m 1309 - Tempo: ore 4.00 - Diff.: EE

Due giorni in Valfurva (Alta Valtellina), per osservare la maestosità del Ghiacciaio dei Forni, che con i suoi 13 km² è per estensione il 2° ghiacciaio delle Alpi dopo quello dell'Adamello-Mandrone, ed è l'unico che il Catasto dei Ghiacciai definisce di tipo himalayano. Sabato si effettuerà un piacevole e panoramico sentiero che collega Santa Caterina al confortevole rifugio/Albergo Ghiacciaio dei Forni, dove pernosteremo. Mentre domenica occorrerà un po' di fatica in più per arrivare in vetta al Monte Confinale, ma il panorama a 360 gradi che si potrà godere (Ortles, Zebrù, Cevendale, Palon de la Mare, Vioz, San Matteo, Tresero, ecc., ecc.) ci ripagherà della fatica senza contare che l'ascensione ci permetterà di osservare la colata del Ghiacciaio dei Forni da angolazioni diverse e farsi così una idea precisa delle sue dimensioni. Iscrizioni entro e non oltre: Venerdì 6 Luglio.

22 Luglio - Anello dei tre colli al valico del Gran San Bernardo m 2473
Da Baou: m 2357 - Disl.: m 951 - Tempo totale: ore 5.30-6.00 - Diff.: EE

Magnifico itinerario circolare, nei dintorni del valico del Gran San Bernardo, dalle continue e suggestive vedute panoramiche, sospeso tra Monte Bianco e Grand Combin. Si varcano tre colli, ora facili selle erbose, ora fi-

nestrelle rocciose raggiunte da cenge aeree, in un paesaggio incantevole tra numerosi laghi nel tipico ambiente di rocce e praterie d'alta quota. Itinerario classico, percorso da numerosi escursionisti elvetici.

Dal 29 Luglio al 5 Agosto - Trekking di Agosto - Trekking dell'Alta Pusteria, nelle Dolomiti di Braies e Sesto

Sono solo tre anni che manchiamo dalle Dolomiti (Pale di San Martino, anno 2009), ma tante erano le richieste di ritornarci, sia come due giorni sia come trekking, e noi quest'anno abbiamo scelto di ritornarci in Agosto, per visitare le Dolomiti di Braies e di Sesto nell'Alta Val Pusteria. Una parte delle Dolomiti di Braies (Croda di Becco, Croda Rossa d'Ampezzo, Picco Vallandro), avevamo già avuto la fortuna di osservarle in occasione del trekking 2003 nel Parco Naturale Fanes-Sennes-Braies, mentre i gruppi del Paterno e delle Tre Cime di Lavaredo in altre varie occasioni. Quelle che non abbiamo mai visto, forse le più belle e caratteristiche delle Dolomiti di Sesto, sono i sottogruppi dei Baranci e Scarperi, la Cima Una, la Croda di Toni, la Cima Undici, la Croda Rossa di Sesto e il gruppo del Popera in Val Fiscalina. Così abbiamo pensato di proporre un facile itinerario di traversata (difficoltà: E) con partenza da Braies ed arrivo a Moso, a 2 km da Sesto in Val Fi-



scalina, attraversando in otto giorni di cammino le più belle montagne dell'Alta Pusteria, attraversando quasi tutti i suddetti gruppi e pernottando in cinque differenti rifugi: Biella, Vallandro, Locatelli, Zsigmondy-Comici e Prati di Croda Rossa. In aggiunta agli spostamenti da rifugio a rifugio, non mancheremo di salire le cime di alcuni gruppi accessibili per semplici sentieri adatti ad escursionisti (difficoltà: EE), come per esempio: la Croda di Becco, il Picco Vallandro, il Monte Specie, la Croda Fiscalina Est, senza contare che in alternativa ai tranquilli sentieri di collegamento tra i rifugi con difficoltà E, ci sarà la possibilità di percorrere antichi percorsi di guerra restaurati e messi in sicurezza (difficoltà: EEA), co-

me: La Via delle Scale alla Torre Toblin, Il Sentiero di Guerra del Paterno, La Strada del Alpini sotto la Cima Undici e i Sentieri di Guerra della Croda Rossa di Sesto. Insomma, con un programma così ricco, direi che ci sarà da divertirsi assai in questo su-

per trekking.
Iscrizioni entro e non oltre Venerdì 20 Luglio.



Tre Cime di Lavaredo

Agenda

Domenica 20 Maggio
Alpe Veglia

Sabato 2 Giugno
Raduno Escursionismo F.I.E.

Domenica 10 Giugno
Rifugio Rosalba

Domenica 24 Giugno
Monte Limidario

Domenica 1 Luglio
Giro dei Laghi d'Aviasco

Sabato 14 e Domenica 15 Luglio
Due giorni in Valfurva - Monte Confinale

Domenica 22 Luglio
Anello dei tre colli al Passo del Gran San Bernardo

Da Domenica 29 Luglio a Domenica 5 Agosto
*Trekking dell'Alta Pusteria
Dolomiti di Braies e Sesto*