

*Club Alpino Italiano
Sez. Uget Torino*



*Alpinismo
Alpinismo giovanile
Ciclo escursionismo
Coro
Entomologia
Escursionismo
Fondo escursionismo
Mineralogia
Paleontologia
Sci alpinismo
Sci alpino
Sci di fondo
Speleologia
Tutela Ambientale*

Montagna per tutti

*ATTIVITÀ SOCIALI
2010*



Care socie e cari soci,

sono ormai alcuni anni che la presidenza offre, con il presente opuscolo, una esauriente descrizione dell'attività dei gruppi, delle commissioni e delle scuole che compongono il variegato mondo della nostra sezione.

Non solo vi troverete esposti i singoli programmi annuali ma anche una sintetica descrizione del settore di attività in cui opera ogni singolo gruppo.

Ci auguriamo che questo opuscolo, costato un considerevole impegno ai responsabili dei gruppi che hanno preparato i programmi ed ai soci che ne hanno curato la redazione, sia per tutti voi un utile strumento per la scelta della propria attività in montagna.

Ci auguriamo anche che questo opuscolo divenga un efficace strumento di divulgazione verso l'esterno delle iniziative del CAIUGET.

Vi rivolgiamo ancora una volta l'invito a usare questo mezzo verso amici e conoscenti che amano la montagna e che ancora non conoscono le opportunità offerte dall'associazione alla nostra sezione.

Rivolgiamo a tutti voi, insieme ad un cordiale saluto, l'augurio di un 2010 ricco di soddisfazioni.

La presidenza

Questo libretto "ATTIVITÀ SOCIALI 2010" è dedicato ad:

Andrea Cane, Guido Ottone e Michele Pelassa,
istruttori della scuola di alpinismo Alberto Grosso del Cai Uget caduti il 4 agosto 2009 in un tragico incidente nel gruppo della Meije, nelle Alpi Francesi.



Galleria Subalpina - 10123 TORINO - tel. 011 53 79 83 - fax 011 41 21 786
Sito Internet: www.caiuget.it E-mail: caiuget@caiuget.it

Il Club Alpino Italiano è un'associazione sorta allo scopo di promuovere la frequentazione, la conoscenza e la protezione della montagna.

È stato fondato nel 1863 a Torino e da allora ha via via ampliato la base dei soci fino a raggiungere gli attuali 320.000 e più affiliati. Nel corso della sua ormai lunga e complessa attività ha incorporato altre associazioni più o meno grandi, aventi simili finalità, arrivando così a diffondersi e radicarsi su tutto il territorio nazionale.

ASSOCIARSI al C.A.I. significa, per un appassionato di montagna, tante cose:

- **Anzitutto entrare in un ambiente coinvolgente, dove TUTTI nutrono interesse per la montagna, per la sua salvaguardia e per le tante attività possibili.**
- **Essere informati, attraverso i periodici sociali, delle iniziative e dei programmi in corso.**
- **Avere diritto a frequentare, con modesto impegno finanziario, corsi qualificati nelle varie discipline alpine.**
- **Partecipare a gite di vario livello, assistere a serate culturali e informative, a concerti, ecc.**
- **Fruire di una copertura assicurativa adeguata comprendente il soccorso alpino.**
- **Avere diritto a sconti tariffari nelle centinaia di rifugi di proprietà del CAI e dei club alpini dei paesi confinanti (CAF, DAV, ecc...).**



Galleria Subalpina - 10123 TORINO - tel. 011 53 79 83 - fax 011 41 21 786
Sito Internet: www.caiuget.it E-mail: caiuget@caiuget.it

L'Unione Giovani Escursionisti Torinesi venne fondata nel 1913 a Torino, conobbe un forte sviluppo negli anni del primo dopoguerra e nel 1931 confluì, per disposizione del regime fascista, nel C.A.I., come sezione autonoma, assumendo la denominazione attuale.

Grazie all'intraprendenza dei dirigenti ed al dinamismo dei soci divenne rapidamente una delle sezioni più importanti di tutto il C.A.I. Attualmente la sezione U.G.E.T. conta circa 3000 soci e gestisce 3 rifugi e 4 bivacchi.

La sede della sezione, in galleria Subalpina, è aperta ai soci il giovedì sera dalle ore 20 alle 22,30 per incontrare gli amici, frequentare la biblioteca, assistere a proiezioni e iscriversi alle attività sociali (gite, corsi...).

Durante la settimana, inoltre, la sede è a disposizione dei gruppi, delle commissioni e delle scuole per l'organizzazione delle attività, lezioni tecniche, proiezioni....

La segreteria osserva il seguente orario:

lunedì chiuso

martedì, mercoledì e venerdì 16,00 - 19,00

giovedì 10-13 e 20,00 - 22,30

sabato 10,00 - 13,00

Il periodico **Cai Uget Notizie** esce sei volte l'anno e viene recapitato tramite posta a tutti i soci. Il suo scopo è quello di riportare le notizie della sezione, raccogliere le opinioni dei soci, informare sui corsi, le gite sociali, ed, in genere, far conoscere tutte le iniziative che animano la vita sezionale. I soci ricevono inoltre le seguenti pubblicazioni a diffusione nazionale:

- **Lo Scarpone** (mensile)
- **La Rivista del Club Alpino Italiano** (bimestrale).



Galleria Subalpina - 10123 TORINO - tel. 011 53 79 83 - fax 011 41 21 786
Sito Internet: www.caiuget.it E-mail: caiuget@caiuget.it

Fra i soci del **Club Alpino Italiano** l'andare in montagna insieme è una tradizione radicata e sentita; all'UGET, fin dagli anni dei fondatori, la gita sociale, momento di forte aggregazione, ha occupato uno spazio importante nella vita sezionale. E' ovvio peraltro che esistano fra i soci esigenze anche molto diverse sul come e sul dove andare in montagna, a seconda dell'età, del grado di preparazione atletica e alpinistica, del tempo a disposizione, dei gusti e degli interessi personali.

Proprio in risposta alla varietà di attese i numerosi gruppi in cui si articola l'UGET hanno sviluppato i loro programmi; modalità, tempi, mete sono differenti ma comune è lo spirito che anima gli organizzatori. E il risultato è importante: si pratica la montagna "insieme" e si crea un solido legame fra i partecipanti.

Per offrire ai soci una panoramica delle opportunità disponibili, sono riuniti in queste pagine tutti i programmi delle gite ed i corsi delle varie discipline, da gennaio a dicembre 2010, con grandi varietà di mete e di attività.

Scala delle difficoltà delle gite proposte

T	=	Turistico, escursionistico facile.
E	=	Escursionistico
EI	=	Escursionismo invernale
EE	=	Per escursionisti esperti
EA	=	Per escursionisti esperti con attrezzatura specifica
A	=	Prettamente a carattere alpinistico
MS	=	Medi sciatori
BS	=	Bravi sciatori
BSA	=	Bravi sciatori alpinisti
OSA	=	Ottimi sciatori alpinisti



Galleria Subalpina - 10123 TORINO - tel. 011 53 79 83 - fax 011 41 21 786
Sito Internet: www.caiuget.it E-mail: caiuget@caiuget.it

I GRUPPI DELLA SEZIONE UGET

Commissione Alpinismo Giovanile

Commissione Gite

Commissione Tutela Ambiente Montano

Coro

Gruppo Entomologico

Gruppo Ciclo - Escursionistico

Gruppo Mineralogico e Paleontologico

Gruppo Sci Alpino

Gruppo Sci Alpinismo

Gruppo Sci Fondo e Fondo Escursionismo

Gruppo Speleologico Piemontese

Scuola di Alpinismo "Alberto Grosso"

Scuola di Sci Alpinismo

Scuola di Sci di Fondo Escursionismo



Galleria Subalpina - 10123 TORINO - tel. 011 53 79 83 - fax 011 41 21 786
Sito Internet: www.caiuget.it E-mail: caiuget@caiuget.it

MONTAGNA, CULTURA E ALTRO...

IL CLUB ALPINO ITALIANO sez. UGET, oltre alle consuete attività, organizza anche serate culturali all'insegna dell'ambiente, dei viaggi, della fotografia: serate che si svolgeranno nel nostro rinnovato salone, oppure presso sedi esterne, solitamente GAM (Galleria d'Arte Moderna), ANA (Associazione Nazionale Alpini) o eventuali altre sedi.

Ricordiamo ai lettori di consultare periodicamente il nostro sito, www.caiuget.it, nonché, se già non l'avessero fatto, di registrarsi alla nostra mailing-list (sul sito stesso), per poter ricevere aggiornamenti, informazioni, notizie.

VIENI CON NOI

***SCOPRI UNA REALTÀ FATTA DI TANTA PASSIONE, COMPETENZA,
SERIETÀ ED AMICIZIA CHE APRE LE PORTE SULLA MERAVIGLIOSA
NATURA DELLE NOSTRE MONTAGNE.***



Commissione Alpinismo Giovanile

La Commissione Alpinismo Giovanile, nata nel 1991 su iniziativa di alcuni soci del CAI UGET, propone ogni anno una serie di attività in montagna rivolte a bambini e ragazzi di età compresa tra gli 8 ed i 17 anni, prevalentemente di carattere escursionistica ed a diretto contatto con la natura.

Lo scopo dell'Alpinismo Giovanile, secondo i dettami del progetto educativo del Club Alpino Italiano, è quello di aiutare il giovane nella propria crescita umana, proponendogli l'ambiente montano per vivere con gioia esperienze di formazione.

La Commissione pertanto organizza gite in montagna di uno o più giorni con mete diversificate secondo l'età e le capacità fisiche dei partecipanti: per i più piccoli è un modo per imparare a conoscere la montagna nei suoi vari aspetti giocando, essendo l'escursione non soltanto finalizzata al camminare per raggiungere una meta; per i ragazzi più grandi si propongono gite escursionistiche e di facile alpinismo con salita di cime di grande interesse.

Oltre alle attività tipicamente escursionistiche sono comprese tutte quelle iniziative atte a consentire il corretto approccio del giovane alle tecniche più specializzate proprie delle attività contemplate dal Club Alpino Italiano, in modo che i ragazzi possano conoscere con osservazione ed esperienza diretta tali attività, affinché da adulti siano in grado di scegliere quelle loro più confacenti; per tali motivi la Commissione Alpinismo Giovanile durante tutto l'arco dell'anno, con eventuale supporto, ove necessario, di esperti nelle specifiche discipline, si occupa anche di:

- **Attività escursionistica per ragazzi oltre i 17 anni;**
- **Organizzazione gite naturalistiche per scuole;**
- **Organizzazione corsi di aggiornamento e formazione di Alpinismo Giovanile;**
- **Organizzazione gite di introduzione all'arrampicata per ragazzi;**
- **Organizzazione gite di escursionismo su ghiacciaio;**
- **Organizzazione gite in collaborazione con il gruppo Sci-fondo, il gruppo Tutela Ambiente Montano (TAM) ed il gruppo speleologico**
- **Pulizia e ripristino sentieri.**

Il gruppo si avvale di accompagnatori qualificati con esperienza escursionistica e alpinistica che nella organizzazione e conduzione delle escursioni pone la sicurezza come fattore prioritario; gli accompagnatori sono dei volontari che partecipano periodicamente a corsi di aggiornamento organizzati dal Club Alpino Italiano.



20° CICLO DI ESCURSIONI

- 14 marzo** **“Ciaspolata” in val Troncea.**
Facile escursione con racchette da neve nel cuore della val Troncea, aperta a ragazzi e genitori, da Pattemouche (Pragelato) 1585 m, al rif. Troncea, 1915 m
Capogita: Silvia Fenoglio.
- 28 marzo** **Traversata Noli - Varigotti - Savona**
Facile e bellissima escursione con scorci spettacolari dalle alte pareti verticali a picco sul mare, lungo l'antica via di comunicazione tra i due centri liguri.
Capogita: Franco Marchisio.
- 11 aprile** **Pian dei Muli, 1443 m. M. Cavallaria, 1478 m. - Valchiusella**
Partenza da Brosso, 797 m. (TO) Salita tra boschi, radure e baite con vista sull'anfiteatro morenico di Ivrea.
Capogita: Mauro Matta.
- 25 aprile** **Cima delle Guardie, 2007 m. - Valle Cervo / Sessera - Biella**
Partenza da Bocchetto Sessera 1382 m. Escursione molto panoramica su tutta la pianura, lungo la dorsale tra la valle Cervo e la val Sessera. In collaborazione con la **Commissione Gite**
Capogita: Paolo Griffa, Anna Ughetto.
- 9 maggio** **Alpe Mulaz, 1885 m. - Val d'Ayas - Aosta.**
Partenza da Allesaz 1120 m. (Challand-Saint-Anselme). Uno stupendo e soleggiato alpeggio, antico villaggio di pastori, che ancora oggi presenta molte malghe di differenti epoche, tra cui pregevoli rascard, con vista panoramica su Brusson, il Castello di Graines e il Monte Zerbion.
Capogita: Silvia Fenoglio, Eugenio Bitelli.
- 23 maggio** **Punta del Grifone, 2404 m. - Val di Susa - TO.**
Da Grange di Maffiotto (Condove) 1350 m. Bel punto panoramico sulla media val di Susa e la Sacra di San Michele
Capogita: Eugenio Bitelli, Rosario Fontanella.
- 6 giugno** **Giro della Rocca Provenzale e colle di Rui, 2708 m. - CN**
Da Chiappera, 1650 m, valle Maira. Percorso ad anello attorno allo spettacolare gruppo Castello-Provenzale, attraverso il colle Greguri e, per i grandi, il colle Rui.
Capogita: Silvia Fenoglio, Anna Ughetto.
- 19 - 20 giugno** **Rifugio Mongioie, 1520 m. M. Mongioie, 2630 m. - Val Tanaro**
Da Viozene 1245 m (CN), due giorni nelle Alpi Liguri con salita della seconda montagna per altezza delle Alpi Liguri e ottimo balcone sulle Alpi occidentali.
Capogita: Mauro Matta, Stefano Bonino.

Commissione Gite

“Escursionismo - Alpinismo - Trekking”



La **Commissione Gite** propone escursioni facili alle prime uscite per arrivare, con il progredire della stagione, a gite sempre più impegnative su itinerari di alta montagna, anche di più giorni, per un totale di 33 proposte.

Oltre a diverse escursioni classiche, traversate, ferrate, gite in alta montagna ed alcuni 4.000, sono in programma il consueto trekking estivo, quest'anno nuovamente in Dolomiti (Marmolada e Pale di San Martino), Pasqua all'isola d'Elba, un viaggio-trekking di otto giorni alle isole Egadi, un altro trekking alle Grigne e Resegone, una tre giorni nel parco dell'Orsiera e, a grande richiesta, una riedizione del trekking “Selvaggio Blu”, in Sardegna.

Anche quest'anno sono presenti le gite sociali con le racchette da neve: cinque uscite, all'inizio dell'anno, di cui una che prevede anche l'esercitazione con ARVA. Ricordiamo al lettore che da quest'anno per ogni tipo di gita su neve sono obbligatori ARVA, pala e sonda.

Il ventaglio di proposte copre tutto il periodo da fine gennaio fino a fine ottobre, con uscite diverse a seconda dei periodi di effettuazione.

Le iscrizioni si ricevono in sede, normalmente il giovedì sera antecedente la data della gita stessa, ad eccezione di alcune gite che prevedono pernottamenti in rifugi e dei grandi viaggi e trekking per cui, nel calendario, sono specificati i periodi di iscrizione e pagamento.

Le gite organizzate in pullman si svolgeranno con tale mezzo solo al raggiungimento del numero minimo di partecipanti, stabilito per ogni gita: gli organizzatori valuteranno, di volta in volta, se effettuare la gita anche con un numero minore di partecipanti, ma in auto.

La **Commissione Gite** dispone di attrezzatura propria (corde e chiodi da ghiaccio, per le gite su ghiacciaio, radio, GPS, ecc.) e di attrezzatura specifica (imbracature, set da ferrata, piccozze, ramponi, caschi, alcuni ARVA, pale e sonde per le gite con racchette da neve) disponibile per i partecipanti sprovvisti o che desiderino provare alcune nuove esperienze in montagna, prima di effettuare l'acquisto.

Come in tutti gli ultimi anni, oltre alle classiche gite a calendario, per migliorare l'allenamento sono organizzate (semplicemente come gite tra amici) uscite pre-serali il martedì, nella media e alta stagione, con un primo ritrovo all'ex Maffei alle 17,30 ed un secondo appuntamento in direzione della gita stessa (il calendario verrà definito in primavera).

Nel corso dell'anno, la **Commissione Gite** organizza, inoltre, serate di proiezione di fotografie e filmati relativi alle gite già effettuate, presentazioni per i grandi viaggi e trekking in programma, serate conviviali al termine degli stessi, con cene e proiezioni, ed alcune feste a tema; inoltre, in qualunque periodo dell'anno, in occasione dei plenilunni, si organizzano, tra amici, uscite notturne su montagne vicine alla città, con lo scopo di trascorrere piacevoli serate alternative. Le gite della Commissione Gite a seconda della relativa tipologia, sono elencate nelle seguenti sezioni:

“Escursionismo”

“Escursionismo e Alpinismo d'Alta Quota”

“Trekking & Raid - Avventure”.



Commissione Tutela Ambiente Montano

“Escursionismo - Trekking”

La commissione Tutela Ambiente Montano, spesso chiamata semplicemente TAM, pone al centro della sua attività la salvaguardia dell'ambiente montano, ritenendo questa l'unica strada per trovare prospettive di sviluppo basate su un turismo sostenibile che abbia al suo centro l'escursionismo, la rivalutazione dei sentieri, la salvaguardia dei segni dell'uomo nelle Terre Alte, le colture e le attività agro - silvo - pastorali.

La commissione Tutela Ambiente Montano lavora in collaborazione ormai da anni con l'omonimo gruppo della sezione CAI di Torino. Vengono proposte delle escursioni che cercano di coinvolgere il più possibile le realtà locali, le associazioni ed i gruppi che già lavorano sul territorio e ne conoscono i problemi e le storie materiali.

L'obiettivo è di stimolare negli escursionisti una frequentazione critica dell'ambiente, attenta alle caratteristiche naturali e storico-antropiche dei luoghi. Le escursioni proposte non superano il grado di difficoltà E (escursionistico); si sviluppano sempre su sentieri cercando di non superare dislivelli oltre i 1.000 metri di salita per permettere occasioni e momenti di osservazione dell'ambiente montano.

Le iscrizioni alle escursioni vengono raccolte in sede i giovedì precedenti l'escursione stessa dalle ore 21 alle ore 22,30. Chi lo desidera può lasciare la propria adesione alle escursioni nei giorni precedenti presso la segreteria negli orari di apertura della stessa.

Per i trekking di più giorni le adesioni verranno raccolte a partire dal giorno specificato nella descrizione del trekking stesso.

Le gite della commissione Tutela Ambiente Montano a seconda della relativa tipologia, sono elencate nelle seguenti due sezioni:

“Escursionismo”

“Trekking & Raid - Avventure”





Escursionismo



Le iscrizioni si ricevono in sede, normalmente il giovedì sera antecedente la data della gita stessa, ad eccezione di alcune gite che prevedono pernottamenti in rifugi per cui, nel calendario, sono specificati i periodi di iscrizione e pagamento.

Le gite organizzate in pullman si svolgeranno con tale mezzo solo al raggiungimento del numero minimo di partecipanti, stabilito per ogni gita: gli organizzatori valuteranno, di volta in volta, se effettuare la gita anche con un numero minore di partecipanti, ma in auto.

14 febbraio **Traversata Levanto / Monterosso** - Cinque Terre, Liguria
Partenza da Levanto, classica e bella escursione in ambiente mediterraneo - Dislivello n.q.
Tempo 4 ore 30' - **Difficoltà: E**
Capigita: Vittorio Zeppa.
Organizzazione: Commissione TAM

7 marzo **Il parco della Dora** - Bassa val Susa
Percorso da definire in collaborazione con i comuni della valle - **Difficoltà: T**
Capigita: Lodovico Marchisio, Franco Stuardi.
Organizzazione: Sottosezione GEB, Commissione TAM

14 marzo **Laghi del Gorzente** - Liguria
Giro ad anello contornando il lago Lungo e il lago Bruno. Zona di grande valenza ambientale
Partenza da pian di Praglia, Bolzaneto - Gita in pullman - Dislivello: 700 m - Tempo: 6 ore - Partecipanti: min. 15 max. 25 - Attrezzatura da escursionismo - **Difficoltà: E**
Capigita: Morrone, Micheletto.
Organizzazione: Commissione Gite

14 marzo **Un sentiero sul mare**, - Capo Mele - Liguria
Partenza da Andora arrivo a Laigueglia - Dislivello n.q. - Tempo 5 ore - **Difficoltà: T**
Capigita: Lodovico Marchisio, Wilma Stroppiana, Maria Tamietti
Organizzazione: Commissione TAM

28 marzo **Traversata Moneglia / Sestri Levante** - Liguria
Dislivello n.q. - Tempo: 5 ore 30' - **Difficoltà: E**
Capigita: Anna Bordoni, Gabriella Vercellone.
Organizzazione: Commissione TAM



Escursionismo



18 aprile **Punta Martin**, 1100 m - Liguria
Partenza da Acquasanta (Genova Voltri). Nonostante la vetta si trovi a meno di 7 km in linea d'aria dal mare, i suoi ripidi fianchi sono caratterizzati da un aspetto selvaggio e insolitamente alpestre. Il rilievo ha forma di piramide rocciosa ed è posto sul versante sud-ovest del massiccio ofiolitico del Monte Penello (o Pennello) del quale costituisce la massima elevazione; la sua mole, piuttosto imponente, dal momento che si sviluppa per circa 800 m di dislivello, domina le valli del rio Baiardetta e del rio Martin oltre la località di Acquasanta e il suo santuario - Gita in pullman - Partecipanti: min. 30 max. 70 - Dislivello: 800 m
Tempo: 2 ore 30'. - Attrezzatura da escursionismo - **Difficoltà: E**
Capigita: Zanon, Galvan.
Organizzazione: Commissione Gite

25 aprile **Cime delle Guardie**, 2007 m - Valle Cervo / Sessera - Biella
Partenza da Bocchetto Sessera 1382 m. Escursione molto panoramica su tutta la pianura, lungo la dorsale tra la valle Cervo e la val Sessera - Gita in pullman - Dislivello: 620 m
Tempo: 3 ore - Attrezzatura da escursionismo - **Difficoltà: E**
Capigita: Zanon, Griffa, Ughetto.
Organizzazione: Gruppo di alpinismo giovanile, Commissione Gite

25 aprile **Monte Freidour**, 1451 m - Val Lemina
Partenza da Cantalupa, 598 m. - Dislivello: 853 m - Tempo: 5 ore - **Difficoltà: E**
Capigita: Carla Rigotti.
Organizzazione: Commissione TAM

9 maggio **I laghi del Gorzente** - Liguria
Partenza da Campo Ligure, 342 m. - Dislivello: 500 m - Tempo: 5 ore - **Difficoltà: E**
Capigita: Lodovico Marchisio, Wilma Stroppiana.
Organizzazione: Sottosezione GEB, Commissione TAM

16 maggio **Il sentiero del Miroglio** - Valle Maudagna - Cuneo
Partenza e arrivo da Frabosa Soprana, 900 m, con visita guidata alle grotte del Caudano.
Capigita: Lodovico Marchisio, Maria Tamietti, Wilma Stroppiana.
Organizzazione: Commissione TAM

16 maggio **Traversata da Aradolo La Bruna ad Andonno / Monte Croce Cima Saben**, 1670 m - Valle Gesso
E' un itinerario molto frequentato dai cuneesi e dai borghigiani, con vista molto ampia sia sulle Marittime che sulla pianura, paragonabile alla più nota Bisalta, ma più facile e breve.
Gita in pullman - Partecipanti: min. 35 max. 70 - Dislivello: 1.000 m - Tempo: 3 ore.
Attrezzatura da escursionismo - **Difficoltà: E**
Capigita: Bianco, Fiore.
Organizzazione: Commissione Gite



Escursionismo



23 maggio

Per conoscere una valle alpina - Val Chisone

Escursione ad anello sulle strade della storia. Partenza da Fenestrelle, 1180 m, Pequerel, 1800 m, forte Serre Marie, 1876 m, Usseaux, 1413 m, Laux, 1350 m, Strada dei Romani, Fenestrelle - Dislivello: 700 m - Tempo 6 ore 30' - **Difficoltà: E**

Capigita: *Giorgio Gnocchi, Bruno Somale.*

Organizzazione: Commissione TAM

6 giugno

Traversata Ceres Mezenile - Valli di Lanzo

Escursione inserita nel programma "Trenotrekking" del CAI. Partenza da Ceres, 713 m; percorso da definire - **Difficoltà: E**

Capigita: *Ezio Sesia, Roberta Cucchiaro.*

Organizzazione: Commissione TAM

13 giugno

Mont de la Saxe, 2348 m - Val Ferret

Grandi panorami sul monte Bianco. Partenza da Planpincieux, 1593 m, con arrivo a Courmayeur, 1224 m - Dislivello in salita 755 m, in discesa 1124 m - Tempo 6 ore - **Difficoltà: E**

Capigita: *Ruscica, Barneaud, Rossi.*

Organizzazione: Commissione TAM

27 giugno

Rifugio Mario Gontier, 2310 m - Valle di Cogne

Partenza e arrivo a Vieyes, 1142 m - Dislivello: 1168 m - Tempo: 6 ore 30' - **Difficoltà: E**

Capigita: *Carla Rigotti, Mario Placenza, Luigi Pepellin.*

Organizzazione: Commissione TAM e CAI di Aosta

4 luglio

Col de la Fenêtre, 2441 m - Valtournenche

Partenza da Valtournenche, 1527 m, arrivo a Perrères, 1837 m - Dislivello in salita 914 m, in discesa 604 m - Tempo: 5 ore - **Difficoltà: E**

Capigita: *Anna Bordoni, Vittorio Zeppa.*

Organizzazione: Commissione TAM

11 luglio

Colle della Rho, 2350 m - Valle di Susa

Escursione ad anello con partenza e arrivo nella località Voutou di Bardonecchia, 1450 m. Dislivello: 900 m - Tempo 5 ore 30' - **Difficoltà: E**

Capigita: *Franco Barneaud, Massimo Ruscica.*

Organizzazione: Commissione TAM

18 luglio

Monte Zerbion, 2719 m - Val d'Ayas

Traversata dalla valle d'Ayas alla Valtournenche con panorama sulle più alte cime valdostane dal Gran Paradiso al monte Rosa. Partenza da La Magdaleine, 1715 m, arrivo a Barmasc, 1898 m - Dislivello in salita 1004 m, in discesa 821 m - Tempo 5 ore 30' - **Difficoltà: E**

Capigita: *Mario Placenza.*

Organizzazione: Commissione TAM



Escursionismo



25 luglio **Laghi di Lussert**, 2907 m - Valle di Cogne
Partenza da Gimillan, 1787m - Dislivello 1120 m - Tempo 6 ore 30' - **Difficoltà: E**
Capogita: Vittorio Zeppa, Lodovico Marchisio.
Organizzazione: Commissione TAM

1 agosto **Cabane du Col de Mille**, 2473 m - Vallese (CH)
Partenza e arrivo a Bourg St. Pierre, 1632 m - Dislivello 841 m - Tempo 6 ore - **Difficoltà: E**
Capogita: Walter Di Bari, Carla Rigotti, Mario Placenza.
Organizzazione: Commissione TAM e CAI di Ivrea

5 settembre **La Grand Area**, 2869 m - Haute Maurienne (Francia)
Facile vetta con splendido panorama a 360°. Partenza ed arrivo al col du Granon, 2100 m
Dislivello 769 m - Tempo: 6 ore - **Difficoltà: E**
Capogita: Lodovico Marchisio, Beppe Borione, Daria Fava.
Organizzazione: Commissione TAM

12 settembre **Monte Estelletta**, 2316 m - Valle Maira
Un'escursione sui sentieri occitani e visita al museo di arte sacra di Acceglio. Partenza e arrivo
a Ponte Maira, 1393 m - Dislivello: 923 m - Tempo 5 ore - **Difficoltà: E**
Capogita: Roberta Cucchiaro.
Organizzazione: Commissione TAM

19 settembre **Laghi di Palasina**, 2632 m - Valle d'Ayas
Partenza e arrivo a Estoul, 1815 m - Dislivello: 817 m - Tempo 5 ore - **Difficoltà: E**
Capogita: Mario Placenza.
Organizzazione: Commissione TAM

26 settembre **Lago di Liconi**, 2555 m - Valle d'Aosta
Partenza da Morge, 1750 m - Dislivello: 805 m - Tempo 6 ore - **Difficoltà: E**
Capogita: Anna Bordoni, Giancarlo Acquadro.
Organizzazione: Commissione TAM

3 ottobre **Punta della Croce**, 2478 m - Valle d'Aosta
Partenza dal colle San Carlo, 1951 m - Dislivello: 527 m - Tempo 5 ore - **Difficoltà: E**
Capogita: Carla Rigotti, Mario Placenza, Maria Tamietti.
Organizzazione: Commissione TAM

10 ottobre **Monte Genevris**, 2533 m - Val di Susa, val Chisone
Partenza da Sauze d'Oulx, 1510 m - Dislivello di 1023 m - Tempo 5 ore 30' - **Difficoltà: E**
Capogita: Carla Rigotti.
Organizzazione: Commissione TAM



Escursionismo



17 ottobre **Escursione sulla collina torinese**
Dalla basilica di Superga, 670 m, all'abbazia di Vezzolano - Dislivello n.q. - Sviluppo 18 km - Tempo complessivo 6 ore - **Difficoltà: E**
Capogita: Franco Mussino, Ercole Perucca.
Organizzazione: Commissione TAM e CAI di Gassino

17 ottobre **Punta della Regina, 2338 m - Val d'Aosta,**
Partenza da Brusson. Gita ad anello giungendo in vetta. Si sale dal versante della val d'Ayas; contornando la panoramica punta, si scende inizialmente dal versante di Gressoney - Gita in pullman - Partecipanti: min. 20, max. 40 - Dislivello: 550 m - Tempo: 6 ore - Attrezzatura: da escursionismo d'alta montagna - **Difficoltà: E**
Capogita: Morrone, Micheletto.
Organizzazione: Commissione Gite

24 ottobre **Il sentiero Frassati della val d'Aosta - Val d'Ayas**
Part. da Saint Jacques, 1686 m, Alpe Vardaz, 2334 m, Résy, 2086 m, arr. a Champoluc, 1550 m
Dislivello in salita 700 m - in discesa 800 m - Tempo complessivo 6 ore - **Difficoltà: E**
Capogita: Walter Moia.
Organizzazione: Commissione TAM

14 novembre **Escursione a Vercelli**
Visita guidata della città in collaborazione con Italia Nostra
Capogita: Laura Cavallino.
Organizzazione: Commissione TAM

21 novembre **Escursione sulla collina di Moncalieri**
Alla scoperta di flora, fauna e geomorfologia della collina di Torino e Moncalieri. Programma dell'escursione da definire
Capogita: Vera Ozello, Giorgio Grazzini, Marco Manzone.
Organizzazione: CAI di Moncalieri, Commissione TAM





Escursionismo e Alpinismo d'Alta Quota

Le iscrizioni si ricevono in sede, normalmente il giovedì sera antecedente la data della gita stessa, ad eccezione di alcune gite che prevedono pernottamenti in rifugi per cui, nel calendario, sono specificati i periodi di iscrizione e pagamento.

Le gite organizzate in pullman si svolgeranno con tale mezzo solo al raggiungimento del numero minimo di partecipanti, stabilito per ogni gita: gli organizzatori valuteranno, di volta in volta, se effettuare la gita anche con un numero minore di partecipanti, ma in auto.

La **Commissione Gite** dispone di attrezzatura propria (corde e chiodi da ghiaccio, per le gite su ghiacciaio, radio, GPS, ecc.) e di attrezzatura specifica (imbracature, set da ferrata, piccozze, ramponi, caschi, alcuni ARVA e sonde per le gite con racchette da neve) disponibile per i partecipanti sprovvisti o che desiderino provare alcune nuove esperienze in montagna, prima di effettuare l'acquisto.

24 gennaio

Gita con racchette - Località da definire

Nel corso della gita esercitazione di ricerca con ARVA - Attrezzatura: racchette, bastoncini, ARVA, pala, sonda - Partecipanti: min. 15 max. 25 - **Difficoltà: E** (ambiente innevato)

Capigita: Zanon, Tosetti, Guerreschi.

Organizzazione: Commissione Gite

7 febbraio

Gita con racchette - Località da definire

Attrezzatura: racchette, bastoncini, ARVA, pala, sonda - Partecipanti: min. 15 max. 25.

Difficoltà: E (ambiente innevato)

Capigita: Guerreschi, Lucarelli.

Organizzazione: Commissione Gite

21 febbraio

Gita con racchette - Località da definire

Attrezzatura: racchette, bastoncini, ARVA, pala, sonda - Partecipanti: min. 15 max. 25.

Difficoltà: E (ambiente innevato)

Capigita: Moia, Origlia.

Organizzazione: Commissione Gite

7 marzo

Gita con racchette - Località da definire

Attrezzatura: racchette, bastoncini, ARVA, pala, sonda - Partecipanti: min. 15 max. 25.

Difficoltà: E (ambiente innevato)

Capigita: Zanon, Tosetti.

Organizzazione: Commissione Gite

Escursionismo e Alpinismo d'Alta Quota



21 marzo **Gita con racchette** - Località da definire
Attrezzatura: racchette, bastoncini, ARVA, pala, sonda - Partecipanti: min. 15 max. 25.
Difficoltà: E (ambiente innevato)
Capigita: Guerreschi, Galvan.
Organizzazione: Commissione Gite

23 maggio **Monte Rosso d'Ala, 2760 m** - Val d'Ala
Partenza da Fabbrica; (Ala di Stura). Risalita di valloni ormai non più frequentati, ma bellissimi. La salita è interessante per l'ambiente severo ma di grande fascino. L'ultimo tratto poi, pur non essendo particolarmente impegnativo, è comunque di soddisfazione - Gita in pullman - Partecipanti: min. 25 max. 40 - Dislivello: 1.700 m - Tempo: 5 ore 30'
Attrezzatura da escursionismo - **Difficoltà: EE**
Capigita: Fiore, Galvan.
Organizzazione: Commissione Gite

30 maggio **Grand'Uja, 2666 m** - Val di Susa
Partenza da Alpe Le Combe. Selvaggia e misconosciuta montagna che si presenta imponente solo a chi misura le proprie forze salendola - Gita in auto - Partecipanti: min. 15, max. 30
Dislivello: 1510 m - Tempo: 3 ore 30' + 2 ore 30' - Attrezzatura da escursionismo
Difficoltà: E
Capigita: Regis, Prunotto.
Organizzazione: Commissione Gite

6 giugno **Via ferrata "Mario Perona Aldo Saglia", 2045 m** - Val di Susa
Partenza da Cesana e Clavière. La via ferrata di rocca Clari è la più impegnativa della val di Susa - Gita in auto - Partecipanti: min. 10, max. 20 - Dislivello: 550 m. Tempo: 3 ore 30' + 1 ora 30' - Attrezzatura: casco, imbrago, set da ferrata - **Difficoltà: A**
Capigita: Regis, Zanon.
Organizzazione: Commissione Gite

13 giugno **Via ferrata Sperone Vofrede e Mont Rous, 3.242 m** - V. d'Aosta
Partenza dai pressi di Cervinia, Valtournenche. Percorso ad anello in ambiente selvaggio ricco di laghetti alpini. E' possibile vedere stambecchi e marmotte. La via ferrata e' facile. Vista stupenda sul Cervino, sul massiccio del Monte Rosa ed il vallone di Cignana - Gita in pullman - Partecipanti: min. 10, max. 20 - Dislivello: 1.292 m - Tempo: 4 ore
Attrezzatura: piccozza, ramponi, imbrago, cordini, moschettoni, casco, set da ferrata
Difficoltà: EEA
Capigita: Bruno, Ratto.
Organizzazione: Commissione Gite



Escursionismo e Alpinismo d'Alta Quota

20 giugno

Gran Aiguille Rouse, 3.482 m - Gran Paradiso

Partenza dal lago del Serrù. Dal lago si sale il ripido canale nevoso (Piccolo Colluret) ove c'è il rif. del pian della Ballotta. Arrivati al pian della Ballotta volgiamo in direzione sud su pendii scoscesi per arrivare al piccolo ghiacciaio della Losa e di qui al colle della Vacca (3183m). Dal Colle si attraversa il ghiacciaio della Vacca fino a lambire lo sperone nord nord ovest della Aiguille Rouse, quindi si svolta a sin. e si sale fino al colletto tra Grande e Petite Aiguille, da cui una cresta nevosa porta in vetta - Gita in pullman - Partecipanti: min. 10 max. 40 - Dislivello: 1.200 m - Tempo: 4 ore - Attrezzatura: piccozza, ramponi, imbrago, cordini, moschettoni, casco - **Difficoltà: EEA**

Capigita: Zanon, Fiore.

Organizzazione: Commissione Gite

24/27 giugno

Trekking: Grigne e Resegone - Valsassina

Partenza dal pian dei Resinelli. Quattro giorni in Valsassina e dintorni, per vedere le cime più significative e spettacolari di una delle zone più belle delle nostre Alpi. Panorami mozzafiato su cime vicine e lontane (Monte Rosa, Cervino, Bernina...) - Pernottamento: rifugi Porta, Cainallo, Roccoli - Gita in auto - Partecipanti: min. 30 max. 50 - Tempo: 4 giorni di trekking - Attrezzatura: piccozza, ramponi, imbrago, cordini, moschettoni, casco - Iscrizioni: caparra (30%) entro il 25 marzo, saldo entro il 29 aprile - **Difficoltà: E/EEA**

Capigita: Compagnoni, Scarnera, Siroto, Pettiti.

Organizzazione: Commissione Gite

27 giugno

Becca Vannetta, 3.361 m - Valpelline

Partenza dalla diga di Place Moulin. Piacevole salita interessante e consigliabile per la bellezza del percorso e del vastissimo panorama che si può ammirare dalla cima. Si attraversa il piccolo ghiacciaio del col Collon, poi facile cresta finale - Pernottamento eventuale al rifugio Prarayer - Gita in auto - Partecipanti: min. 20 max. 40 - Dislivello: 1.536 m Tempo: 5 ore 30' - Attrezzatura: piccozza, ramponi, imbrago, cordini, moschettoni, casco - **Difficoltà: A**

Capogita: Bruno, Lucarelli.

Organizzazione: Commissione Gite

3/4 luglio

Polluce, 4.092 m / Rocce Nere 4.075 m - Monte Rosa

Partenza da Cervinia (Plateau Rosa). Dal Plateau Rosa si attraversa la Gobba di Rollin e, raggiunta la cresta sud ovest si sale prima su tracce di sentiero, poi con l'aiuto di corde fisse e catene si raggiunge la facile cresta nevosa che conduce in breve alla cima del Polluce. Di qui si scende al rif. Guide della val d'Ayas. Il giorno seguente si risale il ghiacciaio di Verra sino a raggiungere il bivacco Rossi e Volante; quindi si percorre lo scivolo nevoso che, con pendenza crescente (max.45°), porta alla calotta sommitale - Pernottamento al rifugio delle Guide della val d'Ayas - Gita in auto - Partecipanti: min. 25 max. 40 - Dislivello: 750 m Tempo: 6+6 ore - Attrezzatura: piccozza, ramponi, imbrago, cordini, moschettoni, casco

Escursionismo e Alpinismo d' Alta Quota



Iscrizioni: caparra (50%) entro il 9 giugno, saldo entro il 24 giugno - **Difficoltà: A**

Capigita: Zanon, Rossi, Cerutti.

Organizzazione: Commissione Gite.

10 / 11 luglio **Corno Nero, 4322 m / Piramide Vincent, 4215 m** - Monte Rosa
Partenza da Staffal, Gressoney. La Piramide Vincent è un'elegante vetta piramidale, collocata in uno degli ambienti glaciali più belli delle Alpi. La salita è facile ed appagante. Il Corno Nero è più impegnativo, con un pendio di neve e ghiaccio fino a 50° - Pernottamento al rifugio Città di Mantova - Gita in auto - Partecipanti: min 25 max 40 - Dislivello: 824 + 200 m - Tempo: 3 ore + 2 ore + 1 ora - Attrezzatura: piccozza, ramponi, imbrago, cordini, moschettoni, casco - Iscrizioni due giovedì precedenti - **Difficoltà: A**

Capigita: Ratto, Rossi, Pettiti.

Organizzazione: Commissione Gite.

17 / 18 luglio **Rutor, 3.486 m** - Valgrisenche,
Partenza da: La Joux (La Thuile). Una piacevole alternativa alla classica salita verso il facile e gradioso ghiacciaio del Rutor - Pernottamento al rifugio Scavarda - Gita in auto
Partecipanti: min. 25 max. 40 - Dislivello: 850 + 1.000 m - Tempo: 3 + 3 ore 30'
Attrezzatura: piccozza, ramponi, imbrago, cordini, moschettoni, casco - Iscrizioni: due giovedì precedenti - **Difficoltà: A**

Capigita: Lucarelli, Fiore.

Organizzazione: Commissione Gite

24 / 25 luglio **Rocciamelone, 3538 m** - Val di Susa,
Partenza da Malciaussia. Conosciutissima montagna che noi saliremo dal versante della valle di Viù e con percorso ad anello ritorneremo a Malciaussia per il colle Croce di Ferro
Pernottamento al rif. Tazzetti - Gita in auto - Partecipanti: min. 10, max. 20 - Dislivello: 837 + 1036 m - Tempo: 2 ore 30' + 3 ore 30' - Attrezzatura da alta montagna - Iscrizione 2 giovedì precedenti - **Difficoltà: A**

Capigita: Regis, Origlia.

Organizzazione: Commissione Gite

27 / 29 agosto **Tour nel Parco dell'Orsiera** - Val di Susa / Chisone / Sangone
Partenza da: Molè (Giaveno). Il parco naturale Orsiera Rocciavè rappresenta la montagna, vera e incontaminata a due passi da Torino. Gli splendidi panorami fanno da cornice ad una ricca e varia flora e fauna, mentre sono numerosissime le testimonianze di un passato intenso che si perde nella preistoria... Il monte Orsiera, con i suoi 2890 metri, rappresenta la massima elevazione, nonché il cuore del parco. Il trekking proposto ne percorre le pendici su tutti i versanti, attraverso pascoli, torrenti impetuosi, alpeggi e fitti boschi ombrosi. 3 giorni da trascorrere in uno degli spazi più sconosciuti delle "valli olimpiche" - Pernottamento: rif. Selleries / rif. Amprimo - Gita in auto - Partecipanti: min. 10 max. 30 - Dislivello: 1.538 m



Escursionismo e Alpinismo d'Alta Quota

827 m, 685 m - Tempo: 6 ore, 8 ore, 8 ore - Attrezzatura da escursionismo - Iscrizioni entro il 29 luglio - **Difficoltà: E**

Capigita: Origlia, Lucarelli.

Organizzazione: Commissione Gite

5 settembre **Pic de Rochebrune**, 3.320 m - Queyras (Francia), Partenza dal colle dell'Izoard. Imponente rilievo roccioso abbastanza isolato ed elevato da poter offrire uno stupendo panorama su tutto l'arco alpino delle Alpi Cozie, dal vicino comprensorio del Monviso, alle glaciali vette del Delfinato francese, dal Pelvoux alla Meije, alla Barre des Ecrines. Nell'ultimissimo tratto un breve e semplice passaggio di roccia necessario per guadagnare il canalone detritico che conduce sulla cresta di questa bifida cima. Gita in auto - Partecipanti: min. 10 max. 30 - Dislivello: 960 m - Tempo: 3 ore 30' Attrezzatura: imbrago, cordini, moschettoni, casco - **Difficoltà: A**

Capigita: Origlia, Tosetti.

Organizzazione: Commissione Gite

12 settembre **Rosa dei Banchi**, 3.164 m - Valle di Champorcher (AO) Partenza da Dondena. Interessante giro ad anello nella splendida alta valle di Champorcher, che prevede in salita l'attraversamento del piccolo ghiacciaio dei Banchi, in discesa si passa per il suggestivo lago del Miserin, uno dei più grandi laghi naturali della valle d'Aosta - Gita in auto - Partecipanti: min. 15 max. 30 - Dislivello: 1.064 m - Tempo: 4 ore - Attrezzatura: piccozza, ramponi, imbrago, cordini, moschettoni, casco - **Difficoltà: A**

Capigita: Siroto, Bruno, Scarnera.

Organizzazione: Commissione Gite

19 settembre **Uja di Mondrone**, 2.964 m - Val d'Ala Partenza da Molera. Vetta elegante con struttura piramidale ed aerea - Gita in auto Partecipanti: min. 15 max. 30 - Dislivello: 1.486 m - Tempo: 5 ore 30' - Attrezzatura: piccozza, ramponi, imbrago, cordini, moschettoni, casco - **Difficoltà: A**

Capigita: Bruno, Moia, Scarnera.

Organizzazione: Commissione Gite

26 settembre **Mont Fallere**, 3.061 m - Val d'Aosta, Partenza da Vetan. Un'ottimo ingresso nel magico mondo dei Tremila. Il Mont Fallere, situato nel cuore della valle d'Aosta propone una vista panoramica a 360° su tutte le vette valdostane. Il tracciato piuttosto impegnativo non è da sottovalutare ma in definitiva non presenta che lievi difficoltà alpinistiche e solo nel tratto di cresta finale - Gita in auto - Partecipanti: min. 20 max. 35 - Dislivello: 1.321 m - Tempo: 5 ore - Attrezzatura: da escursionismo - **Difficoltà: EA**

Capigita: Aglirà, Rossi.

Organizzazione: Commissione Gite

Escursionismo e Alpinismo d' Alta Quota



3 ottobre Ferrata del Bourcet, 1.400 m - Val Chisone

Partenza da Roure. Ferrata bella, ripida e lunga che mette alla prova braccia e resistenza alle vertigini; molto verticale ed esposta; comprende anche un bel ponte tibetano - Gita in auto
Partecipanti: min. 10 max. 20 - Dislivello: 400 m - Tempo: 3 ore - Attrezzatura: casco, imbrago, set da ferrata - **Difficoltà: A**

Capigita: Galvan, Ratto.

Organizzazione: Commissione Gite

10 ottobre Cima Chiavesso, 2.824 m - Val d'Ala

Partenza da Cornetti (Balme). Abbandonato il frequentato sentiero per il passo Paschiet, si sale per un vallone laterale da cui si sbucca sul colle del Vallonetto, da cui ci si affaccia sul "Vallonetto". Panorami decisamente suggestivi, soprattutto ad inizio stagione, quando la neve è ancora abbondante. Dal colle un panoramico crestone conduce alla cima - Gita in pullman
Partecipanti: min. 20 max. 40 - Dislivello: 1.400 m. Tempo: 4 ore - Attrezzatura da escursionismo - **Difficoltà: E**

Capigita: Fiore, Origlia.

Organizzazione: Commissione Gite

23 / 24 ottobre Festa della Commissione Gite - Località da definire

In un accogliente rifugio, una serata magica, piena di voglia di stare insieme in allegria. Cena, balli per tutti i gusti e giochi fino ad ora tarda. Il giorno successivo, con tutta calma, effettueremo un'escursione - Pernottamento in rifugio - Gita in auto - Partecipanti: min. 20, max. 40 - Iscrizioni: due giovedì precedenti - Attrezzatura: da escursionismo.

Capigita: Lucarelli, Zanon.

Organizzazione: Commissione Gite





Scuola di Alpinismo “Alberto Grosso”

La scuola "Alberto Grosso" nasce nel 1990 sulla base dell'esperienza dei corsi di alpinismo e di arrampicata tenuti dal 1984 dall' allora Gruppo Giovanile del CAI-UGET, con l'obiettivo di fornire le nozioni e le tecniche necessarie ad affrontare in sicurezza le attività alpinistiche.

La visione dell'alpinismo e' globale e l'evoluzione costante:

Nel **1989** viene attivato il corso di cascate di ghiaccio, uno dei primi in Piemonte.

Nel **2000** viene inaugurato il corso di arrampicata libera.

Nel **2001** nasce un corso di Alpinismo a livello introduttivo chiamato “classico”.

Oggi la scuola “Alberto Grosso” è una realtà consolidata, fatta di istruttori nazionali di alpinismo, istruttori di arrampicata libera, istruttori regionali e sezionali che nel corso degli anni hanno accresciuto e divulgato la conoscenza della montagna in tutte le specialità, ma che non hanno perso l'entusiasmo iniziale.

Ogni anno, la scuola organizza corsi aperti agli allievi di tutti i livelli che come naturale evoluzione possono rimanere all'interno della scuola e formarsi come aiuto-istruttori e quindi diventare istruttori.

L'età minima per la partecipazione ai corsi è fissata a 16 anni compiuti alla data di presentazione della domanda di iscrizione. Per i minorenni sono previste speciali facilitazioni economiche.

22° CORSO DI CASCATE DI GHIACCIO (gennaio - febbraio 2010)

Presentazione del corso ed iscrizioni **giovedì 14 gennaio 2010** in sede alle ore 21.

Prevede l'apprendimento della tecnica di "piolet-traction" e le manovre di progressione e assicurazione su cascate ghiacciate.

Vengono effettuate sei uscite su cascate di ghiaccio del Piemonte, della valle d'Aosta e del Briançonnais; lezioni teoriche su tecnica di ghiaccio, glaciologia, neve e valanghe.

11° CORSO DI ARRAMPICATA LIBERA (marzo - aprile 2010)

Presentazione del corso ed iscrizioni **giovedì 25 febbraio 2010** in sede alle ore 21

Il corso di arrampicata libera si svolge su due percorsi didattici.

Il corso base è indirizzato a coloro che si avvicinano all' arrampicata libera mentre quello avanzato a chi possiede già un minimo di esperienza; l'obiettivo del corso è l'acquisizione della tecnica necessaria per arrampicare in sicurezza da primo di cordata su difficoltà elevate.

Il corso si terrà in palestre di roccia italiane e francesi per la durata di 6 uscite. L'allenamento fisico e lo studio del gesto arrampicatorio su strutture artificiali (lezioni in palestra di arrampicata) ne costituiscono gli elementi fondamentali.

Scuola di Alpinismo “Alberto Grosso”



Lezioni teoriche verteranno su nodi e manovre, alimentazione, traumatologia, impatto ambientale dell'arrampicata, geologia, roccia e storia dell'arrampicata libera.

24° CORSO DI ALPINISMO (maggio-luglio 2010)

Presentazione del corso ed iscrizioni **giovedì 29 aprile 2010** in sede alle ore 21
Gli allievi possono mettere in pratica sul terreno della media e dell'alta montagna le conoscenze e le tecniche acquisite durante i corsi precedenti: arrampicate su roccia in quota, esercitazioni su ghiacciaio, salita di scivoli ghiacciati delle pareti nord e altre salite in ambiente glaciale.

26° CORSO DI TECNICA DI ROCCIA (settembre-dicembre 2010)

Corso propedeutico a tutte le attività che si svolgono in montagna. Iscrizione nel settembre 2010 (data da definire, pubblicata con volantino Scuola in giugno 2010)
È diviso in due parti:

- 1) Apprendimento della tecnica di base dell'arrampicata: nodi, manovre, progressione della cordata e discesa in corda doppia con facili salite su pareti di roccia.
- 2) Uscite domenicali di arrampicate in palestre di roccia del Piemonte, valle d'Aosta e Liguria.

Lezioni teoriche di attrezzatura e abbigliamento, geomorfologia, tecnica di roccia, pronto soccorso e tecnica di arrampicata; sono inoltre previste tre lezioni pratiche presso una palestra artificiale.

La scuola dispone, per la prima parte del corso, di una dotazione di caschi ed imbracature per coloro che ne sono sprovvisti.

CORSO DI GINNASTICA PRESCHIISTICA E PREALPINISTICA (ottobre 2010 - aprile 2011)

Per favorire il mantenimento della forma fisica durante il periodo invernale viene organizzato un corso di ginnastica aperto a tutti i soci C.A.I. presso la palestra Santa Giulia (piazza Santa Giulia angolo via Balbo)

Orario: lunedì e giovedì dalle 19 alle 20 oppure dalle 20 alle 21.

Il gruppo Sci Alpinismo del CAI UGET propone per oltre 6 mesi un nutrito programma di gite, indicativamente una ogni 2 settimane, oltre a un raid di 5 giorni nel gruppo del Gran Paradiso.

Il programma è studiato per affrontare con gradualità le crescenti difficoltà che conducono alle mete più ambite di fine stagione, permettendo a tutti gli amici con un minimo di allenamento e tecnica sci alpinistica di vivere insieme esperienze indimenticabili.

Alle gite possono partecipare tutti i soci CAI e non (questi ultimi previa integrazione assicurativa). L'iscrizione alle gite avviene il mercoledì precedente la gita stessa alle ore 21 per le gite di un giorno. Per le gite di due giorni l'anticipo richiesto è maggiore (ai fini della prenotazione presso le strutture).

La legge regionale n. 7 del 12 marzo 2009 facente seguito alla L.R. 2/2009, già avente per oggetto norme in materia di sicurezza nella pratica dello sci, riporta testualmente nell'art. 30 comma 2: "I soggetti che praticano lo scialpinismo ed il "freeride", al di fuori dell'area sciabile, sono tenuti a munirsi di appositi sistemi elettronici di segnalazione e ricerca (leggasi ARVA), pala e sonda da neve per garantirsi un idoneo e tempestivo intervento di soccorso".

Al di là del doveroso rispetto della legge è quindi obbligatorio presentarsi dotati dei succitati supporti che, in caso di indisponibilità da parte degli iscritti, potranno essere prestati dal ns gruppo, previa richiesta ai capigita (e con contributo di € 5,00 per l'uso dell'ARVA).

Il possedere tali strumenti non implica automaticamente l'acquisizione del loro corretto utilizzo per cui, oltre ad incoraggiare sperimentazioni individuali e frequentazione di corsi sulla sicurezza, vengono proposte, durante alcune gite, esercitazioni di gruppo.

Le gite in periodo invernale verranno preferibilmente condotte in pullman il cui pagamento è richiesto in fase di iscrizione (indicativamente € 15). Si raccomanda sempre una attenta e puntuale verifica dello stato di perfetta efficienza di pelli, attacchi, sci, bastoncini, zaini prima di presentarsi in gita. Un equipaggiamento difettoso comporta ritardi e problemi che si riversano sull'intero gruppo potendo anche riflettersi su una riduzione della sicurezza.

Mercoledì 9 dicembre 2009 - ore 21,15

presentazione dell'attività 2009 - 2010 e proiezioni delle fotografie dell'anno scorso.

Iscrizioni alla gita di domenica 13 dicembre

Mercoledì 16 dicembre 2009

Auguri di Buone Feste

13 dicembre 2009 **Testa dei Fra**, 2817 m - Valdigne
Da Morge, 1710 m, (La Salle) valle d'Aosta - Dislivello: 1107 m - **Difficoltà: BS**
Capigita: Lorenzo Cerutti, Luca Gandini, Luigi Spina.

27 dicembre 2009 **Gita di fine anno** con destinazione a sorpresa e cena sociale

10 gennaio 2010 **La Gardiole**, 2753 m - Francia
Traversata dalla valle della Guisane alla valle della Clarée. Partenza da le Villard-Laté m 1450
Arrivo a Nevache 1590 m - Dislivello: 1300 m - **Difficoltà: BS**
Capigita: Lorenzo Cerutti, Marco Centin, Riccardo Valchierotti.

24 gennaio 2010 **Palon di Resy**, 2675 m - Valle d'Aosta
Da St. Jacques, 1689 m val d'AYas - Dislivello: 1000 m - **Difficoltà: BS**
Capigita: Giovanni Pagotto, Bruno Coggiola, Stefano Oldino.

7 febbraio 2010 **Punta Chiarlea**, 2590 m - Val Germanasca
Da Giordano, 1482 m, fraz. di Praly - Dislivello: 1108 m - **Difficoltà: MS**
Capigita: Guido Bolla, Maurizio Roncaglione, Giovanni Pagotto.

21 febbraio 2010 **Traversata da Champorcher a Lillaz**, 1615 m
Per la Finestra di Champorcher, m 2827, con probabile partenza da Mont Blanc, m 1640,
in funzione di innevamento e pullman - Dislivello: 1200 m - **Difficoltà: MS**
Capigita: Roberto Fullone, Guido Mamini, Lorenzo Cerutti, Guido Petrino.

7 marzo 2010 **Traversata della Rocca La Marchisa**, 3072 m
Traversata Val Varaita / Val Maira. Da Chiazale, m 1705, a Villa di Acceglio - Dislivello:
1370 m in salita; 1700 m in discesa - **Difficoltà: BS**
Capigita: Enrico Leinardi, Cecilia Torelli, Luigi Spina.

20 / 21 marzo 2010 **Pic des Esparges fines**, 2706 m / **Pic du Gazon**, 2744 m
Queyras. Pernottamento a Brunissard, 1551 m - Dislivello: 1200 + 1200 m - **Difficoltà: BS**
Capigita: Riccardo Valchierotti, Guido Bolla, Carlo Rizzi.

27 / 28 marzo 2010 **Monte Thabor**, 3178 m - Valle Stretta
Pernottamento al rif. Terzo Alpini, 1780 m - Dislivello: 1400 m - **Difficoltà: MS**
Capigita: Danilo Ciravegna, Mauro Amerio, Paolo Perotto.

10 / 11 aprile 2010 **Punta Nera della Grivola**, 3683 m - Valle di Cogne
Traversata, con discesa su Epinel, m 1452. Pernottamento al rifugio Vittorio Sella, m 2588, e
salita da Valnontey, m 1666 - Dislivello: 922 + 1095 m - **Difficoltà: OS**
Capigita: Stefano Oldino, Silvia Previale, Orfeo Corradin.

23 / 27 aprile 2010 **Raid nel gruppo del Gran Paradiso** - Valle d'Aosta
Valnontey, rif. Sella, Grand Sertz, rif. Chabod, punta del Gran Paradiso, rif. Vittorio Emanuele, colle del Gran Paradiso, colle dei Becchi, rif. Pontese, punta di Ondezana, colle del Teleccio, Lillaz - **Difficoltà: BSA**
Capigita: Roberto Fullone, Guido Petrino, Daniel Clement.

24 / 25 aprile 2010 **Gran Paradiso, 4061 m** - Valsavaranche
Partenza da Pravieux, 1870 m. Pernottamento al rif. Chabod, m 2750 - Dislivello: 900 + 1311 m - **Difficoltà: BSA**
Capigita: da definire

8/9 maggio 2010 **Monte Leone, 3552 m** - Val d'Ossola
1° giorno: Pernott. all'ospizio del Sempione - 2° giorno: da colle del Sempione 2005 m
Dislivello: 1555 m - **Difficoltà: BSA**
Capigita: Silvia Previale, Marco Centin, Spartaco Bertoglio, Renato Poro Marchetti.

22/23 maggio 2010 **Weissmies, 4027 m** - Valle di Saas Fee
Pernottamento alla Weissmies Hütte, 2726 m - Dislivello: 320 + 1300 m - **Difficoltà: BSA**
Capigita: Orfeo Corradin, Livio Topini, Marco Centin.

8 giugno 2010 **Cena sociale**

ATTIVITA' CULTURALI

Martedì 23 febbraio **Meteorologia e neve** - ore 21,00 in sede

Martedì 02 marzo **Valanghe e sicurezza** - ore 21,00 in sede

Nota 1: Da quest'anno è possibile noleggiare l'attrezzatura completa a prezzi concorrenziali presso il ns sponsor. La richiesta, da indirizzare al negozio, dovrà essere effettuata con qualche giorno di anticipo. E' consigliato un raffronto con i capigita per una puntuale valutazione della gita in funzione delle proprie capacità.

Nota 2: Le informazioni relative alle attività imminenti, nonché le variazioni di programma, vengono sempre segnalate sul ns sito: www.gsacaiuget.it la cui frequente lettura è caldamente incoraggiata.

Legenda:

- MS:** Medi sciatori
- BS:** Bravi sciatori
- OS:** Ottimi sciatori
- BSA:** Bravi sciatori alpinisti
- OSA:** Ottimi sciatori alpinisti



CORSI DI SCI - ALPINISMO

CORSO BASE

Il corso organizzato dalla **SCUOLA DI SCI-ALPINISMO CAI UGET - Torino** è rivolto a chi, già in possesso di una discreta capacità sciistica, intende avvicinarsi alla pratica dello sci-alpinismo ma anche a chi, avendo già una minima esperienza sci-alpinistica, vorrebbe acquisire le nozioni alla base di una corretta e sicura attività.

La prima parte, invernale, prevede gite in ambiente medio facile con dislivello progressivamente crescente e serve a fornire ai partecipanti le nozioni fondamentali per praticare lo sci-alpinismo.

La seconda parte, primaverile, prevede uscite di maggior impegno, anche su ghiacciaio, con l'intento di illustrare quelle tecniche necessarie a completare la formazione sci-alpinistica del partecipante.

Posti disponibili: 30

CORSO DI PERFEZIONAMENTO

E' rivolto a chi intende perfezionare la propria tecnica sci-alpinistica avendo già frequentato il corso base.

Il corso fornisce nozioni più specifiche su:

- tecnica di discesa,
- valutazione dei rischi nel corso della gita,
- norme comportamentali di sicurezza in gita con compagni.

Posti disponibili: 10

PRESENTAZIONE DEI CORSI

13 gennaio 2010

ore 21, in sede - serata con diapositive



Scuola di Sci-Alpinismo CAI-UGET Torino

INCONTRI DIDATTICI DEL MERCOLEDÌ

PRIMA PARTE

- 27 gennaio - L'attrezzatura invernale
- 3 febbraio - Ricerca del travolto con l'ARVA
- 17 febbraio - Neve e valanghe
- 3 marzo - Cartografia e orientamento
- 10 marzo - La parola al medico
- 24 marzo - Elementi di meteorologia

SECONDA PARTE

- 7 aprile - Montagna: responsabilità e assicurazione
- 14 aprile - Nodi e manovre di corda, in palestra
- 28 aprile - Scelta e condotta della gita sci-alpinistica

Gli incontri si terranno in sede il mercoledì precedente l'uscita pratica, con inizio alle ore 21

ESERCITAZIONI PRATICHE

La partecipazione alle uscite pratiche si conferma, in sede, al termine della lezione teorica, il mercoledì precedente l'uscita.

31 gennaio - Verifica su pista delle capacità sciistiche dei nuovi iscritti

Parte prima

- 7 febbraio** - 1^a uscita
- 21 febbraio** - 2^a uscita
- 7 marzo** - 3^a uscita
- 14 marzo** - 4^a uscita

Parte seconda

- 28 marzo** - 5^a uscita
- 10-11 aprile** - 6^a uscita
- 17-18 aprile** - 7^a uscita
- 1-2 maggio** - 8^a uscita

Le gite saranno scelte in base alle condizioni meteorologiche e allo stato di innevamento.

Scuola di Sci-Alpinismo CAI-UGET Torino



ISCRIZIONI

Le iscrizioni si raccolgono presso la sede del CAI-UGET in galleria Subalpina (sopra al cinema Romano), con inizio alle ore 21, nei giorni di **mercoledì 13 gennaio** e **mercoledì 20 gennaio**, sino ad esaurimento dei posti disponibili.

Agli iscritti del corso base verrà consegnato il manuale di tecnica sci-alpinistica del Club Alpino Italiano.

A carico di chi si iscrive restano le spese di trasporto, vitto, pernottamenti e mezzi di risalita.

All'atto dell'iscrizione sono richiesti:

- **domanda di ammissione (su modulo prestampato da ritirare in sede o scaricabile dal sito internet della scuola: www.ssacaiuget.it).**
- **1 fototessera;**
- **iscrizione al CAI per l'anno 2010;**
- **versamento della quota d'iscrizione.**

L'iscrizione alla scuola di sci-alpinismo è riservata ai soci CAI che abbiano compiuto il **18.mo anno** di età alla data del **31 gennaio 2010**.

La partecipazione al corso è subordinata al superamento della selezione su pista del **31 gennaio**, che consisterà nella verifica delle capacità sciistiche dei nuovi iscritti.

EQUIPAGGIAMENTO

Sono necessari: sci con attacchi specifici per lo sci-alpinismo, pelli di foca auto adesive, sacco da montagna, scarponi da sci-alpinismo, ARVA e, per le gite primaverili, piccozza, ramponi e imbragatura.

**E' obbligatorio l'uso dell'apparecchio ricerca travolti da valanga (ARVA).
Chi ne fosse sprovvisto può noleggiarlo presso la scuola.**

Consigli per l'acquisto di materiale e attrezzatura verranno forniti in occasione della lezione teorica del **27 gennaio 2010**.

Direttore della scuola : Dario Dugono INSA



Gruppo Sci Alpino

Il gruppo di sci alpino, nato nel 1954, organizza ogni anno corsi di discesa in collaborazione con prestigiose scuole di sci nazionali. Quest'anno i corsi si svolgeranno presso la scuola del Sestriere e si terranno la domenica nel periodo gennaio febbraio 2010

CORSO DI SCI ALPINO E SNOW BOARD

PRINCIPIANTI, PERFEZIONAMENTO, FUORI PISTA.

Sono previste 3 ore di lezione, dalle 13 alle 16, nei giorni:

10 gennaio	31 gennaio	21 febbraio
17 gennaio	7 febbraio	28 febbraio

Per comodità e per favorire l'affiatamento è organizzato un servizio di pullman a quota ridotta, al quale sono ammessi tutti i soci e i familiari. Le prenotazioni si effettuano a cura della segreteria dal martedì precedente fino ad esaurimento dei posti disponibili. Al termine del corso vengono organizzati i pullman della neve verso stazioni sciistiche italiane e francesi.

Il pullman parte alle ore 7 dal terminal dei bus di corso Vittorio Emanuele II, con destinazione Sestriere. Gli organizzatori del CAI UGET sono a disposizione per accompagnare i partecipanti a conoscere le piste della via Lattea durante le ore non coperte dal corso.

PRESENTAZIONE DEI CORSI

Sabato 14 novembre
ore 15 presso la sede del CAI UGET
galleria Subalpina, Torino.

I pullman, nonché gli sconti sugli skipass non sono riservati ai soli partecipanti ai corsi ma anche a tutti gli amici e parenti che desiderano usufruire di questo servizio.

Responsabili:
Stefano Di Carlo, Christian Anfi.

Gruppo Sci Fondo Fondo Escursionismo



Il Gruppo Sci Fondo e Fondo Escursionismo organizza corsi ed attività di sci di fondo, sci fondo escursionismo ed agonismo gran fondo. Organizza inoltre gite sociali, week-end e settimane bianche, anche all'estero. Informazioni ed iscrizioni, in sede, il giovedì sera dalle 21 alle 22,30.

La disciplina sciistica dello sci di fondo permette, sia al neofita che all'esperto, di entrare in contatto con l'ambiente montano in modo naturale e più rispettoso dell'ambiente; la relativa facilità d'apprendimento della tecnica pone questa pratica sportiva alla portata di tutte le età. Si presta sia allo svolgimento di lunghe e rilassanti "passeggiate" sia alla realizzazione di prestazioni sportive di alto livello (agonismo gran fondo).

Lo sci di fondo escursionismo è la riscoperta, in chiave moderna, di una tecnica sciistica (tallone libero) nata con l'attrezzo stesso ed evolutasi nel tempo. Consente di affrontare escursioni, anche impegnative, in ambiente montano innevato a contatto con la natura incontaminata.

La specifica attrezzatura e il carattere polivalente della tecnica sciistica permettono di affrontare, con leggerezza ed agilità, lunghi percorsi fuori pista e di superare, in sicurezza, eventuali tratti accidentati o più ripidi. Pur tuttavia lo sci di fondo escursionismo non interferisce con lo sci alpinismo ma gli si dimostra complementare. Inoltre, la riscoperta, in tempi recenti, della tecnica del telemark ha aggiunto un nuovo fascino alla pratica del tallone libero, consentendo una maggiore flessibilità e fantasia nell'affrontare le discese di pendii innevati fuori-pista.

Per chi invece ama la competizione e le sfide, l'attività agonistica di gran fondo offre la possibilità del tesseramento FISU presso il Club Sci CAI UGET, (che conta 40 atleti tesserati per il gran-fondo) e la partecipazione ai circuiti agonistici nazionali, europei ed internazionali, tra cui il prestigioso Worldloppet, sempre in un ambiente di amicizia ed aggregazione supportata anche dall'esperienza dei nove soci che hanno conquistato il Master Worldloppet, il prestigioso diploma che certifica la partecipazione a tutte le gare del circuito internazionale.



Gruppo Sci Fondo Fondo Escursionismo

CORSI DI SCI DI FONDO "35° anno"

Il gruppo organizza, nel periodo dicembre-febbraio, corsi di sci di fondo tenuti da maestri FISU, con: 5 lezioni teoriche e 5 lezioni tecniche (di 2 ore ciascuna), più 2 lezioni propedeutiche al Fondo Escursionismo ed all'Agonismo a cura degli istruttori CAI, in diverse località del Piemonte, della valle d'Aosta e Francia; durante le ore che precedono e seguono la lezione è possibile usufruire, gratuitamente, dell'assistenza degli istruttori ISFE ed IS del CAI e degli accompagnatori sezionali. Inoltre organizza

CORSI per ragazzi/e (da 6 a 12 anni) (è richiesto l'accompagnamento, in loco, di un adulto esercente la patria potestà)

CORSI PER ADULTI

PRINCIPIANTI
PERFEZIONAMENTO tecnica classica
PASSO PATTINATO

PRESENTAZIONE DEI CORSI
Giovedì 26 NOVEMBRE 2009
ore 21 - in sede

LEZIONI TECNICHE
2 ore a lezione con maestri FISU

Domenica 13 dicembre 2009	Domenica 24 gennaio 2010
Domenica 20 dicembre 2009	Domenica 7 febbraio 2010
Domenica 10 gennaio 2010	

Domenica 14 FEBBRAIO - Domenica 21 FEBBRAIO
Lezione propedeutica al Fondo Escursionismo ed all'agonismo a cura degli Istruttori CAI

LEZIONI TEORICHE

APERTE A TUTTI - vedi calendario Corso di Sci di Fondo Escursionismo
Martedì 19 GENNAIO 2010 - ore 21 - in sede UGET
Proiezione video allievi corsi di fondo

WEEK-END ALTOPIANO DI LAVARONE (TN)
GIOVEDÌ 25 FEBBRAIO - DOMENICA 28 FEBBRAIO

VENERDÌ 16 APRILE

CENA SOCIALE E CONSEGNA DEI DIPLOMI AGLI ALLIEVI DEI CORSI

Gruppo Sci Fondo Fondo Escursionismo



CORSO BLU e ROSSO DI SCI DI FONDO ESCURSIONISMO “25° anno”

Il corso di sci di fondo escursionismo è rivolto a sciatori in possesso di un'adeguata tecnica sciistica e la partecipazione allo stesso è subordinata al superamento di una prova di idoneità.

Il **Corso BLU** permette di apprendere le tecniche base dello sci di fondo escursionismo utilizzando normali sci da fondo e compiendo facili escursioni lungo strade o piste innevate non battute, da gennaio a aprile; comprende una lezione teorica e 5 gite didattico-escursionistiche.

Il **Corso ROSSO** tende a completare la conoscenza di tutte le tecniche dello sci di fondo escursionismo ed a perfezionare le proprie capacità nel corso di escursioni fuori pista, in media montagna. A fine corso viene organizzato un fine settimana durante il quale vengono verificate le tecniche acquisite. Parallelamente vengono organizzate lezioni teoriche con la finalità di unire alle nozioni tecniche specifiche una migliore conoscenza dell'ambiente alpino invernale. Il corso da gennaio a marzo, comprende quattro lezioni teoriche, 2 lezioni tecniche su pista da discesa e 5 gite didattico - escursionistiche fuori-pista.

MODALITA' DI PARTECIPAZIONE AL CORSO

Corso BLU di 30 ore circa articolate in 5 lezioni tecniche + 2 ore circa di lezione teorica.

Corso ROSSO di 45 ore circa articolate in 7 lezioni tecniche + 10 ore circa articolate in 4 lezioni teoriche.

PRESENTAZIONE DEI CORSI
Giovedì 10 DICEMBRE 2009 - ore 21 - in sede

PRESELEZIONE ASPIRANTI ALLIEVI
Domenica 24 GENNAIO 2010

Nel corso dell'uscita verrà effettuata una prova pratica, con sci da fondo, al fine di valutare le capacità tecniche degli aspiranti allievi.

LEZIONI TEORICHE

ore 21 - in sede

Martedì	16	febbraio	-	Ambiente Montano
Martedì	23	febbraio	-	Meteorologia e Neve
Martedì	2	marzo	-	Valanghe e Sicurezza
Martedì	16	marzo	-	Topografia ed Orientamento



Gruppo Sci Fondo Fondo Escursionismo

LEZIONI TECNICHE - CORSO ROSSO - (su piste da discesa)

Sabato 6 FEBBRAIO - Sabato 20 FEBBRAIO

GITE DIDATTICO ESCURSIONISTICHE - CORSO BLU E ROSSO

CORSO ROSSO e BLU - Sabato 06 MARZO
CORSO ROSSO e BLU - Domenica 14 MARZO
CORSO ROSSO e BLU - Domenica 21 MARZO

ATTIVITA' EXTRA-CORSO

Domenica 28 FEBBRAIO - Domenica 7 MARZO
Settimana Nazionale di Fondo Escursionismo CO.N.S.F.E.
CERVAREZZA TERME - BUSANO (RE)

**APRILE
WEEK-END**

in concomitanza con il:
Raduno Intersezionale SFE CO.R.S.F.E. L.P.V.

SCI FONDO RACES

Il settore sportivo del gruppo **SCI DI FONDO e FONDO ESCURSIONISMO**, raccoglie al suo interno, tutti i soci fondisti che con spirito agonistico e non, hanno il desiderio di cimentarsi con sé stessi e con la partecipazione alle gare di fondo.

Oltre ad occuparsi dell'organizzazione e della parte logistica per la partecipazione alle gare, da anni organizza, per i soci che lo desiderano, la trasferte internazionali delle gare del circuito Wordloppet. L'amicizia, la passione per lo sport e per la montagna, sono i punti di forza che da sempre contraddistinguono il settore agonismo e tutto il gruppo **SCI DI FONDO e FONDO ESCURSIONISMO**.

PRESENTAZIONE - SKI FONDO RACES 2009-2010
Giovedì 03 DICEMBRE 2009 - ore 21 - in sede

Domenica 07 MARZO 2010 - GARA SOCIALE

Venerdì 16 APRILE 2010 - CENA SOCIALE

Per informazioni, rivolgersi ai responsabili del gruppo il giovedì sera in sede
E-mail: skifondo@caiuget.it
Sito Internet: www.caiuget.it



Trekking & Raid Avventure



sua vita quotidiana - Pernottamento: tenda, rifugio - Partenza da: Genova, arrivo ad Arbatax - Gita in treno + nave - Partecipanti: min. 15 max. 30 - Iscrizioni: caparra (30%) entro il 25 marzo, saldo entro il 29 aprile - Tempo: 5 giorni di trekking impegnativo
Attrezzatura da escursionismo + imbrago, cordini, moschettoni, casco - **Difficoltà: A**

Capigita: *Aglirà, Lucarelli.*

Organizzazione: Commissione Gite

31 luglio / 8 agosto **Trekking: Marmolada e Pale di S.Martino** - in Dolomiti

Un classico percorso tra i luoghi piu' belli e significativi delle Dolomiti, accolti in graziosi ed ospitali rifugi - Gita in pullman - Partecipanti: min. 25 max. 40 - Iscrizioni: caparra (50%) entro il 27 maggio, saldo entro il 15 luglio - Attrezzatura: piccozza, ramponi, imbrago, cordini, moschettoni, casco, set da ferrata - **Difficoltà: A-E**

Capigita: *Lucarelli, Zanon.*

Organizzazione: Commissione Gite

7 / 13 agosto **Trekking in Haute Savoie** - Francia

7 giorni di escursioni con pernottamenti a Chamonix ed a Annecy - Iscrizioni a partire da giovedì 4 febbraio - max 36 partecipanti - **Difficoltà: E**

Capigita: *Giorgio Gnocchi, Lodovico Marchisio, Carla Rigotti.*

Organizzazione: Commissione TAM

14 / 20 e 22 / 28 agosto **Trekking nel Vallese e nel Nidwalden** - Svizzera

7 giorni di escursioni con pernottamenti a Fiesch (Vallese) nella zona del Grimsel e del Furka e ad Engelberg (Nidwalden) nella zona del Titlis, vicino a Lucerna - Iscrizioni a partire da giovedì 4 febbraio - Max 48 partecipanti per ciascuno dei due turni - **Difficoltà: E**

Capigita: *Michela Giannetta, Giorgio Gnocchi, Walter Moia.*

Organizzazione: Commissione TAM





57 ANNI DI SPELEOLOGIA DI RICERCA

La speleologia è uno sport applicato alla scienza. L'obiettivo dello speleologo è di andare in grotta per trovare un passaggio, magari stretto o solo nascosto, che gli permetta di scoprire gallerie e pozzi che l'uomo non ha mai visto. Lo speleologo ha come obiettivo principale l'esplorazione: non si accontenta di ciò che già si conosce, ma applica una competenza tecnica ed un'abilità sportiva alla scoperta e alla descrizione del mondo che non si vede. Il mondo ipogeo è l'ultima frontiera dell'esplorazione: solo sotto terra è ancora oggi possibile percorrere uno spazio in cui nessun uomo ha mai messo piede. La tensione verso l'esplorazione fa dello speleologo un vero e proprio geografo del sottosuolo.

Il gruppo viene fondato nel 1953 e cresce rapidamente, sia sotto il profilo numerico, sia in esperienza e abilità, realizzando alcune delle più importanti esplorazioni sotterranee a livello italiano: la voragine del Pas (o "Piaggia Bella") che diventa nel 1957 la cavità naturale più profonda d'Italia (-689 metri), le prosecuzioni nelle grotte di Su Bentu e Su Anzu, in Sardegna, l'abisso del Bifurto in Calabria (-683 m) e, soprattutto, in Veneto, la Spluga della Preta, dove nel 1963 viene raggiunta la profondità di -889 metri.

Dalla sua fondazione ad oggi il GSP ha contribuito in modo sostanziale all'ampliamento delle conoscenze ipogee delle più importanti regioni carsiche italiane: in Piemonte vengono esplorate numerose grotte e Piaggia Bella raggiunge la profondità di 950 metri per 40 km circa di gallerie; in Toscana, viene riscoperto l'abisso Fighiera, che nel 1983 verrà congiunto con l'antro del Corchia, creando il più profondo (1150 m) ed esteso (circa 50 km) sistema carsico allora conosciuto in Italia. Altre grotte vengono trovate ed esplorate in Piemonte (Ngoro Ngoro - 470 m, Cuore di Pietra - 680 m, Libero -500 m, O-freddo -402 m) e in Lombardia (W le donne - 1155 m, Capitano Paff -795 m, Orione -550 m).

A metà degli anni '80 nasce l'interesse per l'estero e vengono organizzate le prime spedizioni extraeuropee, in Brasile, Cina, Russia asiatica, Turchia, e più recentemente in Pakistan, Patagonia, Vietnam. Negli ultimi anni, inoltre, il concetto di esplorazione ha ulteriormente allargato le sue frontiere, estendendosi anche alle gole alpine e alle grotte nel ghiaccio, sempre con la tensione al coniugare aspetti sportivi, tecnici e di ricerca.

Un'importanza particolare risiede nell'aspetto documentativo e divulgativo delle conoscenze acquisite. Il GSP pubblica 2 volte l'anno il suo bollettino, "Grotte", che oggi, dopo 52 anni e 150 numeri, vanta ormai lettori in tutta Italia e in molte altre nazioni (Francia, Belgio, Inghilterra, USA, ecc..).



Gruppo Speleologico Piemontese CAI-UGET

CORSO DI SPELEOLOGIA

Anche quest'anno il Gruppo Speleologico Piemontese CAI UGET organizza un ricco calendario di avvenimenti, per far avvicinare ed appassionare al mondo ipogeo chiunque ne sia incuriosito.

Si inizia a febbraio, e poi in aprile, con l'ACCOMPAGNAMENTO guidato in due semplici grotte orizzontali del cuneese; due domeniche invernali, in cui fuggire in grotta dal gelo del mondo esterno.

In primavera si sviluppa il MAGGIO SPELEOLOGICO: 3 serate di approfondimento culturale e 2 fine settimana "sul campo" per una solida introduzione al mondo delle GROTTI. E' aperto a tutti: non è richiesta nessuna preparazione.

In autunno infine, dopo il successo dell'edizione 2009, viene riproposto lo STAGE D'INTRODUZIONE alla SPELEOLOGIA, una "full immersion" di 3 giorni in cui verranno insegnate le tecniche di progressione su corda. Lo stage si concluderà con una escursione in una grotta verticale fino alla profondità di circa -150 metri. Anche questo appuntamento è aperto a tutti, esperti e non esperti

CALENDARIO:

14 febbraio	Grotta del Caudano - Frabosa (CN)
18 aprile	Grotta delle Vene - Viozene (CN)
7 maggio	Presentazione maggio speleologico
14 e 28 maggio	Maggio speleologico
22 ottobre	Serata di presentazione dello stage di speleologia
30 ottobre / 1° novembre	Stage "Esplorare il buio"

Consultate il sito www.gsptorino.it per conoscere i programmi dettagliati, le serate a tema e tutte le novità che abbiamo in serbo.

Per informazioni scrivere a:
Info@gsptorino.it

Per iscrizioni e ulteriori informazioni ogni venerdì dalle 21,30 in poi presso la sede Uget
in galleria Subalpina

Gruppo Ciclo-Escursionistico Mountain Bike



L'attività di ciclo-escursionismo in MTB è stata ufficialmente riconosciuta come attività istituzionale in data 22 novembre 2008 dal Comitato Centrale di Indirizzo e Controllo del C.A.I.

Forti di questo nuovo, importante ed atteso riconoscimento ci prepariamo a fare la nostra piccola parte con la speranza di potere soddisfare quanti vorranno anche solo provare il magico mondo dell'escursionismo montano a bordo di una bicicletta.

Il gruppo UGET, seppur piccolo, può fregiarsi della presenza di due accompagnatori titolati, riconoscimento non ancora parificato ai più blasonati istruttori regionali ma il cui iter di approvazione è a tutt'oggi in piena fase di discussione.

Alle gite, una buona parte delle quali sono condotte congiuntamente con altre sezioni, possono iscriversi soci C.A.I. e non soci (questi ultimi pagando un'integrazione per l'assicurazione).

Il casco è tassativamente obbligatorio e va sempre indossato durante lo svolgimento dell'uscita. La bicicletta deve essere in perfetta efficienza ed è richiesto avere con sé il materiale per la manutenzione minima di emergenza, oltre a camera d'aria di ricambio e/o toppe o sigillante per camere tubeless.

Le gite C.A.I. vengono condotte con il massimo rispetto verso l'ambiente e gli altri fruitori degli ambienti attraversati, in assoluta sicurezza per sé ed il prossimo e senza alcuna velleità agonistica.





Gruppo Ciclo-Escursionistico Mountain Bike

CALENDARIO DELLE GITE

16 maggio **Serra di Ivrea** - Raduno inter-sezionale LPV
Km 50 - Dislivello m 1000 - **Difficoltà: BC/BC**
Organizzazione: CAI Venaria e Alpignano.

30 maggio **Prarotto** - Condove (val di Susa)
Simpatica escursione a due passi da Torino già proposta l'anno scorso ma ora arricchita di interessanti e nuove varianti. Percorso con possibilità di varianti semplificative o di maggiore difficoltà adatta quindi a tutti i ciclisti - Km 30 - Dislivello m 1000 - **Difficoltà: MC/BC**
Capigita: Silvia Previale, Marco Centin.

27 giugno **Testa dell'Assietta** - Val di Susa / Val Chisone
Una grande classica, anche questa a due passi da Torino; dai grandi panorami sulle montagne della val di Susa e della val Chisone, arricchita oltretutto da ricchi contributi culturali riferiti a 27 storiche fortificazioni militari ed ai sanguinosi scontri del passato per il controllo del territorio. - Km 40 - Dislivello m 1300 - **Difficoltà: MC/BC**
In collaborazione col CAI di Chieri
Capigita: Luca Masiero, Toni Cavallo.

4 luglio **Chemin du Roi** - Delfinato (Francia)
Fantastica balconata sulla valle da cui ammireremo la Meije pedalando agevolmente sui sentieri del Re. Interessante e nuova via nella valle della Guisane, nota ai più come la valle di Serre Chevalier - Km 27 - Dislivello m 1000 - **Difficoltà: MC/BC.**
Capigita: Massimo Grandi, Carla Lagori.

18 luglio **Punta Sommeiller** - Val di Susa
Con discesa dalla Gran Bea. Itinerario lungo ed impegnativo con arrivo in alta quota sulla vetta del Sommeiller. Grande classica del ciclo-escursionismo impegnativo riservata ai ciclisti con esperienza di montagna che traggono soddisfazione dai grandi itinerari - Km 32, Dislivello m 1500 - **Difficoltà: BC/BC.**
Capigita: Carla Lagori, Marco Centin.

28-29 agosto **Via del Sale** - Val Vermentagna/ val Tanaro
Primo tratto con rientro in val Roya. Percorso impegnativo, sia per il fondo sconnesso che per la lunghezza. Pernottamento al rifugio don Barbera, costruzione recentissima a quota 2070 m; diverse possibilità di rientro, che verranno vagliate in funzione delle aspettative e del grado di capacità tecnica dei partecipanti. Si richiede prenotazione con largo anticipo - Km 35 + 35 Dislivello m 1400+1400 - **Difficoltà: BC/OC.**
Capigita: Marco Centin.

Gruppo Ciclo-Escursionistico Mountain Bike



12 settembre Sentiero Gelindo Bordin - Val di Susa

Il poco conosciuto sentiero sopra Sestrière prende nome dal fatto che veniva usato dal plurimedagliato campione olimpico vicentino Gelindo Bordin per i suoi allenamenti in quota. Il percorso panoramico e di gran soddisfazione ben si presta ad una interpretazione ciclistica che non potevamo perderci - Km 40 - Dislivello m 1100 - **Difficoltà: MC/BC**
Capogita: Massimo Grandi, Carla Lagori (CAI Chieri).

2-3 ottobre Ascoli Piceno - Terzo raduno nazionale MTB C.A.I.

Facendo seguito ai raduni del 2008 nel parco dell'Aveto (Chiavari, Liguria) e presso il Carso triestino nel 2009, ci spostiamo quest'anno in Centro Italia. Un'interessante occasione per fare il punto sul ciclo - escursionismo in MTB nel mondo del C.A.I., abbinato ad interessanti uscite pratiche dalla difficoltà contenuta a cui non mancano mai spunti culturali e sontuosi banchetti.

Riferimenti UGET: Marco Centin, Massimo Grandi.

10 ottobre Giro delle Nocciole - Langhe

Tradizione ormai consolidata, giro di inizio autunno nelle dolci colline langarole dove termineremo la pedalata in qualche piola a reintegrare le energie spese - Km 40 - Dislivello m 800 - **Difficoltà: MC/BC**
Capogita: Francesco Chianale.

Legenda:

Per ogni uscita vengono forniti i km di sviluppo complessivo, il dislivello totale e la difficoltà riferita alla salita e alla discesa. I dati forniti possono essere soggetti a variazioni in conseguenza di una variazione di percorso stabilita dal capogita. Il casco è tassativamente obbligatorio. Si consiglia materiale di manutenzione minimo al seguito. Bici in perfetto ordine di marcia.

MC = medi ciclisti **BC** = bravi ciclisti **OC** = ottimi ciclisti

L'acronimo precedente la barra si riferisce alla salita; quello dopo alla discesa; i dislivelli sono da intendersi totali e **NON** come differenza tra la quota minima e quella massima.

Ulteriori informazioni sul sito:
www.mtbcai.it

Sebbene nel 2007 abbia compiuto ben sessant'anni di vita, il coro CAI UGET di Torino è un coro di giovani. Infatti su 32 coristi, eccetto un piccolo gruppo di decani con antica esperienza di canto corale, l'ottanta per cento ha un'età media intorno ai trenta-quarant'anni.

Giuseppe Varetto, anch'egli giovane direttore, guida il complesso con grande entusiasmo e capacità, senza trascurare i preziosi insegnamenti del suo predecessore Mario Allia e di Gilberto Zamara, fondatore del coro.

Alcune notizie sintetiche sull'attività del coro:

Attività artistica: ricerca e divulgazione del patrimonio del canto popolare e di montagna.

Attività operativa: iscrizione al registro regionale delle associazioni di volontariato; sezione "Promozione della cultura, istruzione, educazione permanente"; attività a servizio dell'ambito sociale a scopo educativo e umanitario.

Organizzazione: consiglio direttivo (9 membri)

Metodi di ricerca: contatti con conoscitori di antiche melodie; ascolto diretto del folclore popolare; ricerca di testi e manoscritti; rapporti con gruppi corali (piemontesi, veneti, trentini, valdostani, sardi, còrsi, alcuni gruppi nazionali); concerti-scambio.

Identità musicale: tradizione del repertorio del coro SAT di Trento; armonizzazioni interne di coristi esperti; apporti di giovani compositori nazionali; inserimento di brani musicali della tradizione, esteri, classici, colonne sonore e pezzi contemporanei selezionati dalla direzione artistica; 400 titoli in repertorio, circa 90 attivi.

Concerti: In media 15 concerti/anno prevalentemente in ambito nazionale.

Prove: ogni martedì sera nella sede istituzionale della galleria Subalpina; in alternativa, al martedì nella sede del sottochiesa al Sacro Cuore di Gesù.

Modalità di apprendimento: spartiti tradizionali su testi propri o esterni; lettori MP3 per ascolto di parti generali e singole preincise; registratore digitale per archivio e riascolto critico di prove e concerti; CD audio di propria produzione o esterni; una prova mensile per singolo settore di voce; una prova settimanale a coro unito.

Aggregazione: trasferte in Italia e all'estero di 2-3 giorni, per turismo e concerti; tour escursionistici in montagna con soci CAI tedesco (DAV) o gruppi Cai Uget; uscite non ufficiali dei coristi per gite in montagna e incontri conviviali.



GRUPPO MINERALOGICO E PALEONTOLOGICO

Il gruppo, fondato nel 1979, si propone di diffondere la conoscenza del territorio sotto l'aspetto geologico, mineralogico e paleontologico, favorendo la ricerca e la divulgazione, a tutti i livelli, dei dati e delle nozioni acquisite sul campo. A tale proposito non bisogna dimenticare che già alpinisti insigni come Quintino e Vittorio Sella, Guido Rey, Luigi Amedeo duca degli Abruzzi e Ardito Desio, nella loro lunga attività, ritennero sempre importante conoscere il paesaggio montano anche dal punto di vista geologico. E' quindi importante contribuire alla divulgazione e alla conoscenza dell'ambiente montano al fine di tutelarlo meglio.

Il gruppo è composto da appassionati e professionisti di geologia, mineralogia e paleontologia e si propone come punto di riferimento sia per neofiti e giovani collezionisti, cui offrire il proprio patrimonio di esperienze, sia per chi voglia condividere le proprie conoscenze contribuendo alla scoperta dei tesori del sottosuolo. Ma non solo, è anche un gruppo di amici che hanno una passione in comune e amano unire al piacere di una salita in montagna, le emozioni che derivano dal saper leggere, negli aspetti geomorfologici, la storia degli eventi geologici; o dall'osservare gli affioramenti fossiliferi, con le tracce di vita delle ere passate; o ancora dal rinvenimento di campioni di cristalli.

GRUPPO ENTOMOLOGICO

Ha come principale obiettivo il rilancio dell'attività entomologica in un'ottica nuova, facendo leva soprattutto sul problema della salvaguardia delle specie, minacciate da un indiscriminato saccheggio volto a dar fondo sempre più a qualsiasi tipo di risorsa umana e naturale.

COMMISSIONE RIFUGI

Si occupa di tutte le attività inerenti la gestione e la manutenzione dei rifugi e dei bivacchi di proprietà della Sezione.



I rifugi e bivacchi del CAI UGET-Torino

Ricostruzione
del nuovo rifugio

Francesco Gonella

3071 m



Sullo sperone Sud - Est delle Aiguilles Grises, nel gruppo del monte Bianco.

Accesso da La Visaille in val Veny.

Si prevede che il rifugio sia operativo nell'estate 2010

I rifugi e bivacchi del CAI UGET-Torino



Rifugio MONTE BIANCO 1700 m

Località La Fodze in val Veny - Comune di Courmayeur - valle d'Aosta. Posti letto: 72. Accesso estivo dalla strada per Pré Pascal; accesso invernale con gli sci sfruttando le piste della val Veny. Periodo di apertura: 15 giugno-15 settembre e dicembre-aprile salvo diversi accordi con il gestore.

Da poco ristrutturato, ha ottenuto la certificazione di qualità ambientale ISO 14001 ed assicura una confortevole ricettività in un sito d'altissimo valore ambientale e paesaggistico.

Per informazioni e prenotazioni contattare il gestore: guida alpina Marco Champion.

Tel. rifugio: 0165 869 097

Tel. Ab. 0165 778 602 -

E-mail: info@rifugiomontebianco.com



Rifugio GUIDO REY 1761 m

Località Pré Meunier ai piedi del gruppo Clotesse-Grand Hoche, in alta valle di Susa nel comune di Oulx. Posti letto: 24 con servizi interni, doccia e acqua calda.

Accesso da Beaulard (ore 1,30) o da Chateau (ore 0,40). Il rifugio è aperto nel periodo estivo.

Per informazioni contattare la segreteria del
CAI UGET

Tel. rifugio 0122 831 390





I rifugi e bivacchi del CAI UGET-Torino

Bivacco VAL SEA SOARDI - FASSERO 2287 m

Situato nel vallone di Sea, al pian di Giovanot in val Grande di Lanzo in comune di Groscavallo (TO). Posti letto: 15, sempre aperto. Accesso da Forno Alpi Graie con percorso su sentiero (ore 3,30 difficoltà E)



Capanna SARACCO - VOLANTE 2220 m

A Piaggia Bella nel gruppo del Marguareis in alta val Tanaro, comune di Briga Alta (CN). Posti letto: 12 più 10 nel locale invernale sempre aperto. Accesso stradale da Briga Alta, fraz. Carnino (ore 2-3); dal colle dei Signori (ore 1); dal pian delle Gorre in val Pesio (ore 4-5). Illuminazione con pannelli fotovoltaici; acqua esterna.

Chiavi presso il gruppo speleologico
tel. Responsabile: Riccardo Dondana
338 - 767.21.70



Bivacco ROSSI - VOLANTE 3850 m

Al colle delle Rocce Nere del Breithorn. E' situato su uno sperone roccioso sotto la parete nord delle Rocce Nere nel comune di Ayas (AO). Il bivacco ha un accoglienza di 12 posti letto. Vi si accede dal rifugio Mezzalama percorrendo il ghiacciaio di Verra verso il colle della Porta Nera (ore 3,30, difficoltà PD); dalla Testa Grigia per il colle del Breithorn (ore 2,30 difficoltà PD); da Plateau Rosà per il colle del Breithorn (ore 4).

Bivacco FALCHI - VILLATA 2650 m

Località canale Coolidge del Monviso nel comune di Crissolo (Cuneo). Posti letto 6 , sempre aperto. Accesso da Pian del Re con percorso su sentiero e ghiacciaio (ore 2,30 difficoltà PD).





**PER OGNI ULTERIORE INFORMAZIONE OD ISCRIZIONE ALLE
GITE SOCIALI O AI CORSI, RIVOLGERSI ALLA SEGRETERIA DEL
C.A.I. Sez. UGET - Torino - galleria Subalpina
CAP 10123 TORINO,
Tel. 011 53 79 83 - fax 011 41 21 786**



ORARIO:

**lunedì chiuso, martedì, mercoledì e venerdì 16 - 19; giovedì 10 - 13 e 20 - 22,30
sabato 10 - 13**

Sito Internet: www.caiuget.it
E-mail: caiuget@caiuget.it

***SE AVETE DEGLI AMICI APPASSIONATI ALLA MONTAGNA,
E NON ANCORA NOSTRI AMICI E SOCI,
FATEGLI LEGGERE QUESTO OPUSCOLO,
FARETE LORO UN FAVORE!***

CAI UGET - TORINO

1913 - 2010



Fotografia: Vincenzo Bortio

MONTAGNA PER TUTTI

Programma attività 2010

a cura dei gruppi del

CLUB ALPINO ITALIANO Sez. UGET - TORINO

"Supplemento a CAI UGET NOTIZIE N.1 gennaio - febbraio 2010"

Hanno collaborato: Carlo Balbiano (Revisore testi), Emilio Garbellini (Impaginazione)

Fotografia 1ª pagina di Guido Ottone: Aiguille Blanche de Peuterey