

*Club Alpino Italiano
Sez. Uget Torino*



*Alpinismo
Alpinismo Giovanile
Ciclo Escursionismo
Coro
Escursionismo
Fondo Escursionismo
Sci Alpinismo
Sci Alpino
Sci di Fondo
Speleologia
Tutela Ambientale
Trekking e Raid*

Montagna per tutti

*ATTIVITÀ SOCIALI
2011*



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 2011 ricco di soddisfazioni.

La presidenza



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 e un'associazione sorta allo scopo di promuovere la frequentazione, la conoscenza e la protezione della montagna.

E' 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 20,00 alle 23,00 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 - 23,00

sabato 10,00 - 13,00

Il periodico bimestrale **Cai Uget Notizie** è disponibile nel nostro sito, in formato PDF scaricabile e stampabile; inoltre può essere inviato tramite posta a tutti i soci che ne fanno richiesta all'atto dell'iscrizione ed esce sei volte l'anno. 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 2011, 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

Le sigle di difficoltà del ciclo - escursionismo sono riportate a pagina 44



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

LE ATTIVITA' E GRUPPI DELLA SEZIONE UGET

CAI - UGET	Pag.	3
Commissione Alpinismo Giovanile		8
Commissione Gite		12
Commissione Tutela Ambiente Montano		13
Escursionismo invernale "Racchette da neve"		14
Escursionismo		16
Escursionismo e Alpinismo d'Alta Quota		22
Scuola di Alpinismo "Alberto Grosso"		26
Gruppo Sci Alpinismo		28
Scuola di Sci Alpinismo		31
Gruppo Sci Alpino		34
Gruppo Sci Fondo e Fondo Escursionismo		35
Trekking & Raid Avventure		39
Gruppo Speleologico Piemontese		41
Gruppo Ciclo - Escursionismo "Mountain Bike"		43
Coro CAI - UGET		45
Rifugi e bivacchi del CAI - UGET		46



CLUB ALPINO ITALIANO Sez. UGET - TORINO



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.

21° CICLO DI ESCURSIONI

23 gennaio

Escursione con sci di fondo.

Facile escursione su pista di fondo in località da definire in relazione alle condizioni neve.
In collaborazione con il gruppo Sci di Fondo e Fondo Escursionismo.

20 marzo

Ciaspolata La Magdeleine-Chamois - Valtournenche - AO.

Facile escursione con racchette da neve al cospetto del Cervino, aperta a ragazzi e genitori, che tocca Chamois, l'unico comune italiano non raggiungibile dalle automobili.

Capogita: Paolo Griffa.

3 aprile

Giro del M. Caprazoppa, 291 m. - Finale Ligure - SV.

Da Finalborgo, anello sul mare con salita lungo l'antica strada napoleonica, tra Finale e Borgio Verezzi.

Capogita: Mauro Matta.

17 aprile

Monte Tovo, 1386 m. - Val Sessera - VC.

Escursione in boschi di castagni e faggi dalla fraz. Roncole di Postua (486 m), in valle Strona, sino a raggiungere lo spartiacque con la Val Sesia.

Capogita: Anna Ughetto.

8 maggio

Monte Cavallaria, 1478 m. - Valchiusella - TO.

Da Brosso 797 m, salita tra boschi, radure e baite con vista sull'anfiteatro morenico di Ivrea.

Capogita: Mauro Matta.

15 maggio

Alpe Mulaz, 1885 m. - Val d'Ayas - AO

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: Nicola Salvini.



Commissione Alpinismo Giovanile

29 maggio **Lago della Vecchia**, 1872 m. - Valle Cervo - BI.
Da Piedicavallo, 1037 m, escursione lungo una comoda mulattiera, costruita sul finire dell'800 da Federico Rosazza, allo scopo di collegare la valle Cervo alla valle del Lys.
Capogita: Sergio Bianco.

12 giugno **Lago di Cignana**. - Valtournenche - AO.
Anello da Perrères, 1836 m, salita alla finestra di Cignana, 2445 m e al M. Pancherot, 2614 m, con vista superba sul Cervino e sul M. Rosa, discesa al lago di Cignana e rientro a Paquier, 1528 m.
Capogita: Paolo Griffa

18-19 giugno **Rifugio del Laus**, 1910 m - **Passo di Collalunga**, 2428 m.
"Valle Stura - CN".
Da S. Bernolfo, 1663 m, due giorni nelle Alpi del cuneese tra i valloni di S. Bernolfo e Collalunga. **Gita in collaborazione col gruppo Sci fondo e Fondo escursionismo.**
Capogita: C. Sferati, S. Cocordano, F. Ferro, M. Baruzzo, E. Garbellini.

2 luglio (sabato) **RAFTING, in valle Stura** - Demonte - CN.
Un'escursione sul fiume fra le montagne, una discesa di rafting sulla Stura di Demonte per ragazzi e genitori.
Capogita: Mauro Matta.

9-10 luglio **DIMENSIONE GHIACCIAIO, Mont Gélé**, 3519 m. - AO
Dal rifugio Crête Sèche, 2410 m, escursione di due giorni da Ruz, 1696 m (Valpelline) con salita su ghiacciaio al M. Gélé, splendido balcone su vette di 4000 m, dal Combin al Monte Bianco, alle cime del Vallese. Gita riservata ai ragazzi più grandi e con idonee capacità fisiche.
Capogita: Anna Ughetto.

11 settembre **Casolari di Money**, 2327 m. - Val di Cogne - AO.
Da Valnontey, 1550 m, una ripida ma facile salita fino al balcone erboso di Money, straordinario punto di osservazione sui ghiacciai della Valnontey e sul Gran Paradiso.
Capogita: Mauro Matta.

25 settembre **Traversata Ceresole Noasca** - Valle Orco - TO.
Due percorsi differenziati, per piccoli e per grandi, sul versante piemontese del Parco Nazionale del Gran Paradiso, tra stambecchi, camosci, strade reali di caccia ed i caratteristici villaggi alpini del vallone del Roc.
Capogita: Paolo Griffa.



9 ottobre

Colle del Loo, 2456 m - Valle del Lys - AO.

Da Loamatten, salita nell'ampio vallone del Loo, che si apre sulla sinistra idrografica della valle di Gressoney, punteggiato di alpeggi e di laghetti.

Capogita: Anna Ughetto.

23 ottobre

Rifugio Longimala, 1406 m. - Val di Lanzo - TO.

Da Ala di Stura, 1075 m, tradizionale gita di chiusura del ciclo, aperta anche ai genitori, con salita a un piccolo rifugio.

Capogita: Silvia Fenoglio.

Le iscrizioni al ciclo devono essere fatte dai genitori su apposito modulo in distribuzione presso la segreteria dell'UGET, da riconsegnare alla segreteria stessa unitamente al certificato di buona salute, entro marzo 2011. I partecipanti saranno tesserati CAI beneficiando così delle assicurazioni e degli sconti nei rifugi. Le iscrizioni alle singole gite dovranno essere fatte dai genitori, il giovedì precedente, presso la sede dell'UGET dalle 17,00 alle 18,30 oppure dalle 21,00 alle 22,00.

Sabato 12 marzo 2011 alle ore 15 presso la sede del CAI UGET in galleria Subalpina, presentazione del ciclo di escursioni con ragguagli su abbigliamento, alimentazione, organizzazione delle gite ecc.

Per qualsiasi informazione rivolgersi a:

Luca, Luly Tel. 011/43.45.409 - 340-62.25.631

Paolo Tel. 0161/21.06.2 - 347-29.40.932

Mauro Tel. 011/89.97.520

Anna Tel. 348-70.89.295

Costantino Tel. 011/56.04.150

Oppure alla segreteria CAI UGET

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 oltre 30 proposte.

Oltre a diverse escursioni classiche, traversate, ferrate, gite in alta montagna e due gite sui 4.000 m, sono in programma il consueto trekking estivo, quest'anno nuovamente in Dolomiti (percorreremo l'“Alta Via dei Ladini”, dal passo Sella al lago di Carezza), Pasqua all'isola del Giglio, un viaggio-trekking di una settimana in una delle maggiori isole greche ed una tre-giorni intorno al monte Tabor.

Anche quest'anno sono presenti le gite sociali con le racchette da neve: quattro uscite, all'inizio dell'anno, di cui una che prevede anche l'esercitazione con ARVA. Ricordiamo al lettore che dallo scorso 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, 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.

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 plenilunii, si organizzano, tra amici, uscite notturne su montagne vicine alla città, con lo scopo di trascorrere piacevoli serate alternative.

Le gite della **Commissione Gite** sono elencate nelle sezioni “Escursionismo”, “Escursionismo ed Alpinismo d'Alta Quota”, “Trekking, Raid & Avventure”, a seconda della relativa tipologia.



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 Invernale

“Racchette da neve”



Le racchette da neve sono il mezzo più semplice per muoversi sulla neve: un modo per continuare a camminare in montagna anche d'inverno.

Sono strumenti che consentono di camminare sulla neve e compiere escursioni a contatto con la natura, ammirando lo spettacolo della montagna d'inverno, lontano dal clamore e dalla confusione delle piste da sci. Ultimamente l'escursionismo invernale ha trovato una sua collocazione nell'ambito delle attività montane, come testimoniano le numerose offerte delle associazioni turistiche o delle guide alpine. Solo qualche anno fa, infatti, le racchette da neve erano quasi sconosciute: raro era trovarne le caratteristiche tracce. In questi ultimi anni, anche in Italia, si è avuta una notevole diffusione al pari della Svizzera e, soprattutto, della Francia, dove già da qualche tempo si pratica questa attività; si è instaurato, quindi, un nuovo modo di vivere la montagna invernale, che affonda però le proprie radici in un lontano passato: l'origine delle racchette da neve è, infatti, antica, e il loro utilizzo ben diverso da quello dei nostri giorni. Erano strumento indispensabile per le popolazioni che vivevano in luoghi con abbondanti precipitazioni nevose, soprattutto nel Nord America, nelle zone fredde dell'Asia e nel Nord Europa: trovare un modo di muoversi, anche in condizioni impervie, era una necessità assolutamente imprescindibile; sarebbe stato altrimenti impossibile svolgere qualsiasi attività, anche quelle essenziali per la sopravvivenza, come la caccia, o effettuare spostamenti per relazioni sociali. Si utilizzavano così strumenti di legno, pelle e corda o rudimentali assi di legno, tipo sci da fondo.

Le racchette da neve sono preferibili, per la maggior leggerezza rispetto agli sci, anche per l'alpinismo invernale, per brevi tratti d'avvicinamento a pareti, all'attacco delle vie o alle cascate di ghiaccio. Gli snowboarders stessi, appassionati di fuoripista, sono soliti salire con le racchette da neve, tavola in spalla, per poi lanciarsi in vertiginose discese in neve fresca. Le racchette, a seconda del modello, si prestano anche per salite su terreni ripidi e ghiacciati e nonostante il loro luogo d'azione ideale sia sicuramente la media montagna, nulla impedisce all'escursionista più allenato di affrontare notevoli dislivelli e di raggiungere le quote più elevate.

Le racchette da neve moderne, di varie forme, in plastica, alluminio e leghe leggere, sono le migliori e vengono utilizzate per tutti gli scopi; grazie al rampone incorporato sono ideali per pendii ripidi, sia in discesa che in salita. Ottime per avvicinamenti a pareti, quando si ritengono gli sci non indispensabili, e per raggiungere i luoghi ove discendere con lo Snowboard.

Attenzione però; anche l'escursionista con le racchette da neve è soggetto al rischio valanghe! Non è certo sufficiente conoscere il sentiero in veste estiva e non bisogna lasciarsi ingannare dall'itinerario semplice: "facile" non è sinonimo di "sicuro" o comunque non lo è di certo in montagna d'inverno! L'escursionista invernale deve essere attrezzato con ARVA, pala e sonda (e ovviamente saperli usare!), dovrebbe conoscere almeno i meccanismi principali dei fenomeni valanghivi e dovrebbe essere informato sulle condizioni nivo-meteorologiche del



Escursionismo Invernale

“Racchette da neve”

momento; altrimenti è una ottima idea quella di farsi accompagnare da operatori qualificati. Perciò, buon divertimento, rispettando le regole di sicurezza!!!

Le iscrizioni si ricevono in sede, normalmente il giovedì sera antecedente la data della gita stessa.

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.

Ricordiamo al lettore che dallo scorso anno per ogni tipo di gita su neve sono obbligatori ARVA, pala e sonda. La **Commissione Gite** dispone di attrezzatura propria specifica (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.

30 gennaio

Località da definire.

Nel corso della gita verra' effettuata esercitazione di ricerca con ARVA.

Difficoltà: EI (escursionismo in ambiente innevato)

Iscrizioni: il giovedì precedente

Capigita: Guido Scarnera, Gianni Lucarelli.

Organizzazione a cura della Commissione Gite

13 febbraio

Località da definire.

Difficoltà: EI (escursionismo in ambiente innevato)

Iscrizioni: il giovedì precedente

Capigita: Gianni Ratto, Marcello Pettiti.

Organizzazione a cura della Commissione Gite

27 febbraio

Località da definire.

Difficoltà: EI (escursionismo in ambiente innevato)

Iscrizioni: il giovedì precedente

Capigita: Luciano Zanon, Silvio Tosetti.

Organizzazione a cura della Commissione Gite

13 marzo

Località da definire.

Difficoltà: EI (escursionismo in ambiente innevato)

Iscrizioni: il Giovedì precedente

Capigita: Luciano Origlia, Luigi Galvan.

Organizzazione a cura della Commissione Gite



Escursionismo



13 febbraio **Camminare a bordo mare, le 5 Terre** - Riviera Levante - SP
Partenza da Monterosso e arrivo a Corniglia. Dislivello di 400 m. Tempo complessivo ore 4.
Sviluppo del percorso: 8 km. **Difficoltà: E**
Capigita: Anna Bordoni, Vittorio Zeppa
Organizzazione a cura della TAM

27 febbraio **Dai Balzi Rossi ai Giardini Hambury** - Riviera di Ponente - IM
Partenza da Balzi Rossi (Ventimiglia). Dislivello n.q. Tempo complessivo ore 5. **Difficoltà: E**
Capigita: Lodovico Marchisio, Gianpiero Salomone, Maria Tamietti.
Organizzazione a cura della TAM, in collaborazione con la sottosezione GEB.

6 marzo **Escursione sulla collina torinese, da Superga a Vezzolano**
Dalla Basilica di Superga, 670 m, all'Abbazia di Vezzolano, 375 m. Dislivello n.q.
Sviluppo 25 km. Tempo complessivo ore 7. **Difficoltà: E**
Capigita: Franco Mussino, Ercole Perucca.
Organizzazione a cura della TAM, in collaborazione con il CAI di Gassino.

13 marzo **Il parco della Dora** - Bassa val di Susa
Annuale appuntamento con la camminata alla scoperta del costituendo parco della Dora.
Partenza da Torino ed arrivo a Collegno. Dislivello n.q. Tempo complessivo ore 6. **Difficoltà: E**
Capigita: Lodovico Marchisio, Franco Stuardi, Wilma Stroppiana.
Organizzazione a cura della TAM, in collaborazione con la sottosezione GEB.

20 marzo **Giro delle 5 Torri** - Langa astigiana.
Partenza da Monastero Bormida, 190 m, arrivo a Roccaverano, 759 m. Dislivello di 600 m.
Tempo complessivo ore 6. **Difficoltà: E**
Capigita: Roberta Cucchiario, Beppe Gavazza
Organizzazione a cura della Commissione TAM.

27 marzo **Traversata Stellanello - CervoLigure** - Liguria
Non troppo lungo e accessibile a tutti, questo itinerario permette scorci emozionanti tra il verde argenteo delle colline e l'azzurro del mare l'area è in parte tutelata per la protezione delle bellezze naturali. Questo è il periodo migliore: quando si assiste alla grande esplosione della fioritura delle piante; inoltre l'escursione è molto piacevole data la notevole panoramicità dei luoghi che attraverseremo. Partenza da Stellanello (SV). Dislivello: 650 m; Tempo: ore 6.
Iscrizioni: il Giovedì precedente; Gita in pullman; partecipanti: min. 30 max. 100.
Attrezzatura da escursionismo. **Difficoltà: E**
Capigita: Luciano Zanon, Marcello Pettiti.
Organizzazione a cura della Commissione Gite e Commissione TAM.

3 aprile **I Sacri Monti di Orta S.Giulio e Varallo Sesia** - Lago d'Orta
Tra natura, arte e spiritualità, escursione attraverso il passo della Colma. Partenza da



Escursionismo



Orta S. Giulio, 294 m. e arrivo a Varallo Sesia. Dislivello di 650 m. Tempo ore 6. **Difficoltà: E**
Capigita: Lodovico Marchisio, Gianpiero Salomone, Elisabetta Terzolo.
Organizzazione a cura della TAM, in collaborazione con la sottosezione GEB.

10 aprile **Traversata Camogli - Portofino per il passo del bacio** - Liguria
Questa gita attraversa gran parte del promontorio di Portofino, una delle maggiori bellezze paesaggistiche d'Italia. L'itinerario è il più lungo e il più faticoso del promontorio e presenta alcuni tratti esposti in cui il mare appare in fondo quasi a perpendicolo (i passaggi più impervi sono assicurati da catene e corrimano), ma è il più vicino alla natura dato che attraversa zone di grande pregio ambientale in parte incontaminate e selvagge. Il percorso non presenta particolari difficoltà. Partenza da Camogli (GE). Dislivello di 550 m. Tempo: ore 6. Iscrizioni: il Giovedì precedente; Gita in pullman; partecipanti: min. 30 max. 100. Attrezzatura da escursionismo. **Difficoltà: E**
Capigita: Aldo Succi, Luciano Zanon.
Organizzazione a cura della Commissione Gite e Commissione TAM.

17 aprile **Escursione in Alta Langa**
Su un percorso di pellegrinaggio, tra storia e botanica. Partenza da S. Giovanni Belbo, 630 m, arrivo al Santuario della Madonna del Deserto, 617 m. Dislivello complessivo di 450 m. Tempo complessivo ore 6. **Difficoltà: E**
Capigita: Beppe Gavazza con accompagnatore dell'associazione "Terre Alte".
Organizzazione a cura della Commissione TAM.

8 maggio **Monte Fenera, 899 m** - Bassa Valsesia
Escursione ad anello nel parco naturale del monte Fenera, ricco di grotte e fenomeni carsici; uno dei parchi più importanti del Piemonte, con partenza e arrivo a Bettole, 300 m. Dislivello di 600 m. Tempo complessivo ore 5. **Difficoltà: E**
Capigita: Ercole Perucca, Maria Grazia Vaudagna.
Organizzazione a cura della Commissione TAM.

15 maggio **La mulattiera di Promiod** - Valle d'Aosta
Partenza e arrivo da Montjovet, 450 m, Conoz, 603 m, Rù des Gagneurs, 1330 m, Promiod 1492 m. Dislivello di 1050 m. Tempo complessivo ore 6. **Difficoltà: E**
Capigita: Carla Rigotti, Maria Tamietti.
Organizzazione a cura della Commissione TAM.

22 maggio **La forra del torrente Colomba a Morgex** - Valle d'Aosta
Partenza da Morgex, 930 m, arrivo alle baite di Villotte, 1623 m. Dislivello di 730 m, Tempo complessivo ore 5. **Difficoltà: E**
Capigita: Guido Blotto, Roberta Cucchiaro
Organizzazione a cura della Commissione TAM.

28-29 maggio **Il sentiero degli Alpini, cima e balconi di Marta** - Alpi Liguri



Escursionismo



Due giorni di escursioni con pernottamento al Rifugio Allavena.

Primo giorno: partenza da colla Melosa, 1540 m, balconi e cima di Marta, 2138 m, visita alle fortificazioni militari e al Museo etnografico e della stregoneria di Triora. Dislivello in salita di 600 m, in discesa 250 m. Tempo complessivo ore 5. **Difficoltà: EE.**

Secondo giorno: partenza da colla Melosa, 1540 m. Sentiero degli alpini, 1973 m. Dislivello in salita di 850 m e di 250 m in discesa. Tempo complessivo ore 7. **Difficoltà: EE**

Iscrizioni: 2 giovedì precedenti; partecipanti: min, 15 max. 35. Gita in pullman. Attrezzatura da escursionismo più pila frontale.

Capigita: *Laura Bruno, Roberta Cucchiaro, Guido Scarnera.*

Organizzazione a cura delle Commissione Gite e Commissione TAM

5 giugno

Uja di Calcante 1614 m. - Valli di Lanzo

19ª escursione interregionale LPV. Partenza e arrivo da Fubina, 720 m (Viù), Uja di Calcante, 1614 m. Dislivello di 894 m. Tempo complessivo ore 6. **Difficoltà: EE**

Organizzazione della sottosezione “ valle di Viù” del CAI Lanzo torinese.

12 giugno

Rocca Provenzale e Rocca Castello - Val Maira - CN

Escursione ad anello con partenza e arrivo da Chiappera, 1614 m, colle Gregouri, 2319 m. Dislivello di 700 m. Tempo complessivo ore 6. **Difficoltà: E**

Capigita: *Lodovico Marchisio, Giampiero Salomone.*

Organizzazione a cura della TAM, in collaborazione con la sottosezione GEB.

12 giugno

M.Corno, 1625 - Entracque - Alpi Marittime

Gita escursionistica abbinata alla ferrata dei Funs. Per ulteriori dettagli vedere a pagina 22

Organizzazione a cura della Commissione Gite

19 giugno

Forte de Ronce e sentiero balcone colle del Moncenisio

Partenza e arrivo da plan des Fontainettes, 2093 m, forte de Ronce, 2294 m. (Francia). Dislivello di 800 m. Tempo complessivo ore 6. **Difficoltà: E**

Capigita: *Franco Barneaud, Massimo Ruscica.*

Organizzazione a cura della Commissione TAM.

26 giugno

Croix de Toulouse, 1962 m. - Briançonnais, Francia.

Partenza ed arrivo da Briançon, 1400 m. Dislivello in salita di 600 m. Tempo complessivo ore 5. **Difficoltà: E**

Capigita: *Mario Placenza, Carla Rigotti.*

Organizzazione a cura della Commissione TAM.

3 luglio

Laghi di Vens, 2327 m. - Valle Stura - CN

Escursione nel parco nazionale del Mercantour, in valle Stura di Demonte e val Tinée, con partenza e arrivo da Prinardo, 1461 m, col del Ferro, 2584 m, col de la Tortisse, 2591 m, laghi di Vens. Dislivello di 906 m. Tempo complessivo ore 6. **Difficoltà: E**

Capigita: *Anna Bordoni, Vittorio Zeppa.*

Organizzazione a cura della Commissione TAM.



Escursionismo



10 luglio **Bivacco Regondi**, 2597 m. - Valpelline - AO
Partenza ed arrivo dalla frazione Rey, 1380 m, nel comune di Ollomont, bivacco Regondi, 2597 m. Dislivello di 1220 m. Tempo complessivo ore 6,30. **Difficoltà: E**
Capigita: Beppe Gavazza, Mario Placenza.
Organizzazione a cura della Commissione TAM.

17 luglio **Monte Bellino**, 2942 m - Spartiacque val Varaita e val Maira
Partenza e arrivo da S. Anna di Bellino, 1840 m. Dislivello di 1100 m. Tempo complessivo ore 7. **Difficoltà: E**
Capigita: Vittorio Zeppa e Roberta Cucchiaro.
Organizzazione a cura della Commissione TAM.

24 luglio **Orestes Huette**, 2600 m, e **Hohe Light**, 3185 m - Val di Gressoney
Partenza da Staffal, 900 m, colle Salza, 2845 m. Eventuale variante con salita al monte Hohe Light (Alta Luce), 3185 m, Orestes Huette, 2600 m. Dislivello di 900 m (con eventuale variante 1365 m). Tempo complessivo ore 6. **Difficoltà: E**
Capigita: Mario Placenza, Carla Rigotti, Giovanna Salerno.
Organizzazione TAM, in collaborazione con la sottosezione UET del CAI di Torino.

31 luglio **Refuge du Lac**, 2500 m. - Valle del Gran San Bernardo - AO
Partenza da Crevacol, 1645 m (Saint-Rhémy-en Bosses). Dislivello di 855 m. Tempo complessivo ore 6. **Difficoltà: E**
Capigita: Carla Rigotti.
Organizzazione a cura della Commissione TAM.

7 agosto **Il giro dei 4 colli al Gran San Bernardo** - Italia / Svizzera
Partenza e arrivo dall'Ospizio del Gran San Bernardo, 2469 m. Dislivello di 700 m. Tempo complessivo ore 6. **Difficoltà: E**
Capigita: Anna Bordoni, Claudio Maseri.
Organizzazione a cura della Commissione TAM.

4 settembre **Al cospetto del Monte Bianco** - Val Ferret
Partenza da Meyencet, 1618 m, rifugio Bertone, 2000 m, rifugio Bonatti 2025 m, arrivo a Lavachey, 1640 m. Dislivello in salita di 700 m, in discesa di 650 m. Tempo complessivo ore 6. **Difficoltà: E**
Capigita: Massimo Ruscica, Riccardo Rossi.
Organizzazione a cura della Commissione TAM.

11 settembre **Nel Delfinato, sui monti nati dal mare** - Italia / Francia
Escursione con partenza da Monginevro, 1850 m, Colletto Verde, 2510 m (eventuale salita al monte Chenaillet, 2630 m), arrivo a Clavière, 1760 m. Dislivello in salita di 660 m, in discesa di 750 m. Tempo complessivo ore 5. **Difficoltà: E**
Capigita: Beppe Gavazza, Vittorio Zeppa, Gianni Boschis dell'associazione "I Meridiani".
Organizzazione a cura della Commissione TAM.



Escursionismo



18 settembre **Rifugio Arbolle**, 2516 m - Pila - AO
Partenza e arrivo da Pila, 1814 m. Dislivello di 850 m. Tempo complessivo ore 6. **Difficoltà: E**
Capigita: Carla Rigotti, Paolo Meneghello.
Organizzazione a cura della TAM, in collaborazione con la sottosezione GEB.

25 settembre **Tour del lago di Codelago** - Val Devero - Ossola
Partenza e arrivo da Devero, 1630 m. Al ritorno visita alle gole di Uriezzo, vicino a Baceno.
Dislivello di 350 m. Tempo complessivo ore 4. **Difficoltà: E**
Capigita: Giuseppe Borione, Lodovico Marchisio.
Organizzazione a cura della TAM, in collaborazione con la sottosezione GEB.

25 settembre **Guglia del Mezzodi**, 2621 m. - Val di Susa
Bella escursione quasi interamente su lunga dorsale tra Italia e Francia con panorama estesissimo e interessanti costruzioni del "vallo alpino". Partenza dal colle della Scala (Bardonecchia). Gita in auto. Dislivello di 850 m. Tempo: ore 3, 30'. Iscrizioni: il giovedì precedente; partecipanti: min. 10 max. 30. Attrezzatura da escursionismo. **Difficoltà: E**
Capigita: Marcello Pettiti, Bianca Compagnoni
Organizzazione a cura della Commissione Gite

2 ottobre **Monte Mondolè**, 2382 m. - Valle Ellero - Alpi Liguri
Partenza e arrivo da Artesina, 1400 m. Dislivello di 980 m. Tempo complessivo ore 5.
Difficoltà: E
Capigita: Anna Bordoni, Gabriella Vercellone.
Organizzazione a cura della Commissione TAM.

2 ottobre **Giro della Punta Clotesse**, 2762 m. - Val di Susa.
Bella camminata tra insolite montagne a cavallo tra Italia e Francia. Per chi lo desidera possibilità di sostare al simpatico rifugio Guido Rey. Partenza da Chateau Beaulard. Gita in auto. Dislivello di 1585 m. Tempo: ore 7,30. Iscrizioni: il Giovedì precedente; partecipanti: min. 10 max. 40. Attrezzatura da escursionismo. **Difficoltà: EE**
Capigita: Francesco Fiore, Stefano Regis
Organizzazione a cura della Commissione Gite

9 ottobre **Colle della Mulattiera**, 2412 m. - Val di Susa
Partenza e arrivo da pian del Colle, 1400 m. Dislivello di 1012 m. Tempo complessivo ore 6.
Difficoltà: E
Capigita: Valeria Aglirà, Mario Placenza.
Organizzazione a cura della Commissione TAM.

16 ottobre **Barone di Coggiola e Gemevola**, 2044 m. - Val Sessera - BI
Nella verde Valsessera, un giro ad anello molto panoramico con vista del massiccio del M. Rosa e dell'arco alpino, e salita a 2 vette in ambiente vario. Percorso in gran parte su sentieri di cresta con diversi saliscendi, riservato a buoni camminatori. Possibilità di merenda sino all'arrivo. Partenza da Le Piane (VC). Gita in auto. Dislivello di 1300 m. Tempo: ore 4. Iscrizioni: il giovedì



Escursionismo



precedente; partecipanti: min. 10 max. 40. Attrezzatura da escursionismo. **Difficoltà: EE**
Capigita: Guido Scarnera, Anna Ughetto
Organizzazione a cura della Commissione Gite

16 ottobre **Sui sentieri della collina torinese**
Traversata dalla località di Galleani (Chivasso) a Casalborgone, attraverso la riserva naturale del bosco del Vay. Dislivello n.q., sviluppo del percorso km 15. Tempo complessivo ore 6. **Difficoltà: E**
Capigita: Franco Mossino, Ercole Perucca, Maria Grazia Vaudagna.
Organizzazione a cura della TAM, in collaborazione con il CAI di Gassino torinese

22, 23 ottobre **Festa di fine gite**
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. Gita in auto. Pernottamento in rifugio. Iscrizioni: due Giovedì precedenti. Attrezzatura da escursionismo. **Difficoltà: E**
Capigita: Bianca Compagnoni, Walter Moia.
Organizzazione a cura della Commissione Gite

23 ottobre **Coniolo Bricco - Pontestura, colline del Monferrato alessandrino**
Partenza e arrivo da Coniolo Bricco. Dislivello n.q. . Tempo complessivo ore 4. **Difficoltà: E**
Capigita: Roberta Cucchiaro, Mario Placenza.
Organizzazione a cura della Commissione TAM

30 ottobre **“Sentiero Vita”. - Masone - Liguria**
Parco regionale del monte Beigua. Partenza e arrivo da Campoligure, 342 m. Dislivello 150 m. Tempo complessivo ore 5. **Difficoltà: E**
Capigita: Lodovico Marchisio, Giampiero Salomone, Wilma Stroppiana
Organizzazione a cura della TAM, in collaborazione con la sottosezione GEB.

6 novembre **L' "anello" di Canale - Colline del Roero**
Dislivello n.q. Tempo complessivo ore 5. **Difficoltà: E**
Capigita: Lucetta Remani, Vittorio Zeppa.
Organizzazione a cura della Commissione TAM

13 novembre **Isola Palmaria - Liguria**
Con imbarco da Portovenere. Dislivello 350 m. Tempo complessivo ore 5. **Difficoltà: E**
Capigita: Lodovico Marchisio, Giampiero Salomone.
Organizzazione a cura della TAM, in collaborazione con la sottosezione GEB.

20 novembre **Sui sentieri della collina torinese**
Escursione tra i colori dell'autunno con il CAI di Moncalieri.
Capigita: Giorgio Grazzini, Marco Manzone, Vera Ozzello.
Organizzazione a cura della 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.

29 maggio **Ferrata ad Aussois, 1354 m.** - Val d'Arc - Savoia, Francia.
Percorso ad anello, abbastanza impegnativo, che si snoda nel complesso delle fortificazioni dell'Esseillon, e scende nella profonda gola scavata dall'Arc, concatenando più tronchi, con possibili vie di fuga. Possibili varianti più o meno impegnative. Partenza da Fort M. Therese, Aussois. Gita in auto. Dislivello di : 170+250 m. Tempo: ore 6. Iscrizioni: il giovedì precedente; partecipanti: min. 15 max. 25. Attrezzatura da ferrata. **Difficoltà: A**
Capigita: Walter Moia, Anna Ughetto.
Organizzazione a cura della Commissione Gite

12 giugno **Ferrata dei Funs 1603 m, M.Corno, 1625 - Alpi Marittime**
La Ferrata dei Funs (Entracque) è impegnativa quanto spettacolare. Il percorso si snoda in due parti caratterizzate da livelli di difficoltà ed impegno differenti: uno più semplice e l'altro più difficile con numerosi passaggi atletici e strapiombanti, che presentano dislivelli di 250 m e 400 m; prima della vetta un ponte tibetano mozzafiato. La gita escursionistica si svolge su mulattiere e sentieri adatti a tutti. Da Entracque, chiesa di S. Antonino, si sale al colle della Lausa e poi al Prato Corno, quindi una traccia di sentiero conduce in vetta. Splendido panorama sulla Marittime. In discesa raggiungeremo il canyon delle Gorge della Reina, ove incontreremo il gruppo alpinistico. Partenza da S. Lucia, Tetti Violini (CN). Dislivello di 600 e 800 m. Tempo: ore 4 +3. Iscrizioni: il giovedì precedente; partecipanti: min. 15 max. 35. Attrezzatura da ferrata, escursionismo. **Difficoltà: E+A**
Capigita: Valeria Aglirà, Sebastiano Bianco, Mauro Marino, Silvio Tosetti.
Organizzazione a cura della Commissione Gite



Escursionismo e Alpinismo d'Alta Quota

19 giugno **Punta Adami** 3166 m. - Val d'Ala - Valli di Lanzo
Cima situata sullo spartiacque tra il ghiacciaio della Bessanese e il pian Gias che offre un panorama indimenticabile. Partenza da pian della Mussa. Gita in auto. Dislivello di 1400 m
Tempo: ore 4. Iscrizioni: il giovedì precedente; partecipanti: min. 10 max. 20 Attrezzatura da ghiacciaio. **Difficoltà: EA**

Capigita: Stefano Regis, Francesco Fiore

Organizzazione a cura della Commissione Gite

24 - 26 giugno **Punta d'Arbola**, 3375 m, e **Blinnenhorn**, 3235 m - Val Formazza
Escursione di tipo "classico" sulle maggiori cime dell'alta val Formazza, tra laghi e ghiacciai. Salita alla Punta d'Arbola con traversata glaciale in ambiente grandioso e al più facile Blinnenhorn con percorso di cresta. Percorreremo un giro completo ad anello con pernottamenti in rifugi. Partenza da Riale, val Formazza (VB). Gita in auto. Dislivello di 800 + 1150 + 700 m. Tempo: ore 2 + 4 + 2. Pernottamento: rifugi Margaroli, Claudio & Bruno. Iscrizioni: due giovedì precedenti; partecipanti: min. 15 max. 25. Attrezzatura da ghiacciaio.

Difficoltà: A

Capigita: Guido Scarnera, Sandro Siroto, Anna Ughetto.

Organizzazione a cura della Commissione Gite

2, 3 luglio **Cevedale, Valfurva, Valtellina,** 3769 m. - Sondrio
Il panorama che si gode dalla cima è impareggiabile, il rifugio Casati è il terzo rifugio più alto della Lombardia dopo il rifugio Marco e Rosa sul Bernina. Nei pressi del ghiacciaio del Cevedale sono inoltre presenti dei cannoni a testimonianza della prima guerra mondiale. In condizioni normali si tratta di un'escursione su ghiacciaio relativamente facile, tuttavia è assolutamente necessaria la dovuta precauzione soprattutto per i crepacci. Partenza da Forni (SO). Gita in auto. Dislivello di 1100 + 500 m. Tempo: ore 3 + 2. Pernottamento: rifugio Casati. Iscrizioni: due Giovedì precedenti; partecipanti: min. 20 max. 30. Attrezzatura da ghiacciaio. **Difficoltà: A**

Capigita: Valeria Aglirà, Gerolamo Rossi.

Organizzazione a cura della Commissione Gite

10 luglio **Cristo delle vette e piramide Vincent**, 4215 m. - Val Gressoney
Classica ma sempre splendida ascensione nel Rosa ora più "vicina" e, grazie alla nuova funivia, effettuabile in giornata. Partenza da Gressoney la Trinitè. Gita in auto. Dislivello di 1125 m. Tempo: ore 4. Iscrizioni: il Giovedì precedente; partecipanti: min. 10 max. 20. Attrezzatura da ghiacciaio. **Difficoltà: A**

Capigita: Marcello Pettiti, Luciano Origlia, Mauro Marino.

Organizzazione a cura della Commissione Gite

Escursionismo e Alpinismo d'Alta Quota



16, 17 luglio **Lagginhorn - Cresta Ovest, 4010 m. - Vallese (CH)**

Il Lagginhorn è una bella montagna rocciosa abbastanza frequentata lungo la sua facile (anche se non banale) via normale della cresta ovest. La salita riserva una divertente e non troppo impegnativa arrampicata su roccia buona, oggettivamente abbastanza sicura; bisogna prestare attenzione solo all'eventuale presenza di ghiaccio e a qualche crepaccio. Partenza da Saas Grund. Gita in pullman. Dislivello di 350 + 1300 m. Tempo: ore 1 + 4-5. Pernottamento: rifugio Weissmieshütte. Iscrizioni: due giovedì precedenti; partecipanti: min. 30 max. 40. Attrezzatura da ghiacciaio. **Difficoltà: A**

Capigita: Luciano Zanon, Marco Centin, Gianni Ratto, Luigi Galvan.

Organizzazione a cura della Commissione Gite

23, 24 luglio **Ferrata Crête Sèche 3050 m. e Mont Gelé, 3518 m. - Valpelline**

Il mont Gelé è una bella montagna tra la valle svizzera di Bagnes e il vallone di Crête Sèche, frequentemente salita per la facilità delle sue vie normali; la ferrata è facile con alcuni passaggi esposti, con paesaggio superbo, ricco di cime aguzze e ghiacciai in ambiente selvaggio. Partenza da Bionaz, Ruz. Gita in auto. Dislivello di 714 + 486 + 1108 m. Tempo: ore 2 + 4 + 3,30'. Pernottamento: rifugio Crête Sèche. Iscrizioni: due giovedì precedenti; partecipanti: min. 15 max. 30. Attrezzatura da ferrata e alpinismo. **Difficoltà: A**

Capigita: Laura Bruno, Valeria Aglira', Walter Moia, Gerolamo Rossi

Organizzazione a cura della Commissione Gite

20, 21 agosto **Monviso, 3841 m. - Valle Po**

Una cima che non ha bisogno di presentazioni: tutti gli alpinisti desiderano annoverare tra le proprie gite la montagna dei piemontesi. Partenza da pian del Re. Gita in auto. Dislivello di 1200 m. Tempo: ore 2 + 5. Pernottamento: rifugio Q. Sella. Iscrizioni: due Giovedì precedenti (o anticipatamente, in funzione della chiusura estiva della sezione Uget); partecipanti: min. 10 max. 15. Attrezzatura da ferrata e alpinismo. **Difficoltà: A**

Capigita: Gianni Lucarelli, Mauro Marino.

Organizzazione a cura della Commissione Gite

26 - 28 agosto **Tour del Monte Tabor, 3178 m. - Val Clarée - Francia**

Trekking in un ambiente dalle singolari suggestioni dolomitiche che offre lo splendore della val Clarée. Partenza da Grange di valle Stretta (Bardoneccha). Gita in auto. Dislivello di 146 + 800 + 1223 m. Tempo: ore 7 + 6 + 7. Pernottamento: rifugi Drayeres, Chardonnet. Iscrizioni: caparra entro il 1° luglio (30%), saldo entro il 21 luglio; partecipanti: min. 10 max. 20. Attrezzatura: abbigliamento da alta montagna. **Difficoltà: EE**

Capigita: Stefano Regis, Luciano Origlia.

Organizzazione a cura della Commissione Gite



Escursionismo e Alpinismo d'Alta Quota

28 agosto

Monte Lera, 3555 m. - Valle di Viù

Salita in ambiente severo e selvaggio. Il colletto finale poi comporta l'attraversamento di pochi metri di affilata cresta che possono provocare qualche timore per la sensibile esposizione. L'allenamento richiesto è discreto, in modo da avere ancora una certa saldezza di gambe nella parte finale. Ottimo il panorama. Partenza da Malciaussia. Gita in auto. Dislivello di 1550 m. Tempo: ore 4,30'. Iscrizioni: il giovedì precedente (o anticipatamente, in funzione della chiusura estiva della sezione Uget); partecipanti: min. 10 max. 30. Attrezzatura: consigliati bastoncini. **Difficoltà: A**
Capigita: Gianni Ratto, Marino, Francesco Fiore
Organizzazione a cura della Commissione Gite

3, 4 settembre

Monte Gelas, 3143 m. - Alpi Marittime

2 giorni sul massiccio del Gelas, tra aspre montagne e mare, per assaporare un'escursione di altri tempi: gita alpinistica lunga e complessa che richiede attenzione in molti passaggi. La vista dalla cima e la presenza dei ghiacciai (ora pressoché estinti) ha fatto definire il Monte Gelas ai primi salitori "il Monte Bianco delle Marittime". Partenza da S. Giacomo di Entracque (CN). Gita in auto. Dislivello di 1931 m. Tempo: ore 1,30' + 5. Pernottamento: rifugio Ellena Soria. Iscrizioni: due giovedì precedenti; partecipanti: min. 15 max. 20. Attrezzatura da alpinismo. **Difficoltà: A**
Capigita: Gianni Ratto, Guido Scarnera.
Organizzazione a cura della Commissione Gite

11 settembre

Guglia di Bonalè, 3201 m. - Valle d'Aosta

Interessante gita di escursionismo e alpinismo verso una vetta poco conosciuta ma dal grande fascino, sia per l'arditezza delle sue forme che per il panorama mozzafiato che offre ai propri salitori. Partenza da Planaval. Gita in auto. Dislivello di 1451 m. Tempo: ore 5. Iscrizioni: due giovedì precedenti; partecipanti: min. 15 max. 25. Attrezzatura da alpinismo. **Difficoltà: A**
Capigita: Luciano Origlia, Luigi Galvan
Organizzazione a cura della Commissione Gite

18 settembre

Bric Bucie, 2998 m. - Val Germanasca.

Stupenda vetta rocciosa situata tra il parco nazionale francese del Queyras, la val Pellice e la val Germanasca, è una tra le cime più eleganti, selvagge ed ardite delle Alpi Cozie; conosciuta per le sue creste e gli itinerari di arrampicata, presenta 2 vie normali entrambe non banali; breve cresta finale, aerea e sottile, ma di ottime rocce con passaggi di 2°+. Dalla cima bellissimo panorama su l Monviso, gli Escrins, la Mèje e i più lontani Gran Paradiso e Monte Rosa. Partenza da Prali. Gita in auto. Dislivello di 1256 m. Tempo: ore 3,15'. Iscrizioni: il giovedì precedente; partecipanti: min. 10 max. 20. Attrezzatura da alpinismo. **Difficoltà: A**
Capigita: Laura Bruno, Luciano Origlia, Luigi Galvan

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.

23° CORSO DI CASCATE DI GHIACCIO (gennaio - febbraio 2011)

Presentazione del corso ed iscrizioni **giovedì 13 gennaio 2011** 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.

12° CORSO DI ARRAMPICATA LIBERA (marzo - aprile 2011)

Presentazione del corso ed iscrizioni **giovedì 3 marzo 2011** 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.

25° CORSO DI ALPINISMO (maggio-luglio 2011)

Presentazione del corso ed iscrizioni **giovedì 5 maggio 2011** 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.

27° CORSO DI TECNICA DI ROCCIA (settembre-dicembre 2011)

Corso propedeutico a tutte le attività che si svolgono in montagna. Iscrizione nel settembre 2011 (data da definire, pubblicata con volantino Scuola in giugno 2011)
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 2011 - aprile 2012)

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.

Mentre sulle Alpi cade la prima neve, il **Gruppo Sci Alpinismo CAI UGET** ha definito il calendario delle gite per la prossima stagione. Il programma è stato “cucinato” lo scorso 13 ottobre, tenendo conto del carattere sociale delle gite e privilegiando itinerari adatti a un gruppo che ci auguriamo essere numeroso per tutta la stagione. Per la partecipazione alle gite raccomandiamo la lettura delle norme regolamentari. Ricordiamo che i capigita accetteranno l'iscrizione alle gite in funzione della frequentazione dell'attività del gruppo e della preparazione fisica e tecnica dei partecipanti.

**24 novembre 2010, ore 21,15 nella sede CAI-UGET
Stagione 2010-2011**

Presentazione nuovo calendario e distribuzione volantino 2011
Proiezione di foto e film sull'attività sociale 2009-2010

**1° dicembre 2010, ore 21,15 nella sede CAI-UGET
Cuore da sportivo Novità e iniziative 2011
Attrezzatura e abbigliamento da montagna**

**15 dicembre 2010, ore 21,15
Auguri di Natale**

Tradizionale ritrovo per brindisi e scambio di auguri
nella sede CAI-UGET, galleria Subalpina

Programma gite di Sci Alpinismo 2010 - 2011

5 dicembre 2010 **Tête de Parassac**, 2778 m. - Vallée de l'Ubayette
Partenza da Larche, 1675 m. Dislivello di 1102 m. **Difficoltà: MS**
Capigita: Roberto Fullone, Stefano Oldino, Cecilia Torelli

19 dicembre 2010 **Punta Chiarlea**, 2595 m. - Val Germanasca
Da Giordano, 1495 m (Prati). Dislivello di 1100 m. **Difficoltà: MS**
Capigita: Lorenzo Cerutti, Tea Geraci, Maurizio Roncaglione.

2 gennaio 2011 **Gita di inizio anno.** - Valle di Susa
Destinazione a sorpresa e pranzo sociale.
Capigita: Lorenzo Cerutti, Guido Bolla, Luigi Spina.

16 gennaio 2011 **Monte Vecchio**, 1920 m. - Val Vermenagna
“Traversata da Limone a Vernante”
Partenza da Limone Piemonte, 1000 m - Dislivello di 920 m. **Difficoltà: BS**
Capigita: Luca Gandini, Guido Mamini, Guido Petrino.

- 30 gennaio 2011** **Monte Zerbion**, 2720 m. - Valtournanche
Partenza da Promiod, 1492m - Dislivello di 1228 m. **Difficoltà: MS**
Capigita: Mauro Amerio, Danilo Ciravegna, Paolo Perotto.
- 13 febbraio 2011** **Punta Valletta**, 2801 m. - Valle del Gran San Bernardo
Partenza da Cerisey, 1400 m. Dislivello di 1401 m. **Difficoltà: MS**
Capigita: Marco Centin, Giovanni Pagotto, Cecilia Torelli.
- 27 febbraio 2011** **Ciarm del Prete**, 2390 m. - Valle di Viù e valle di Ala
"Traversata da Tornetti ad Ala di Stura"
Partenza da Tornetti di Viù, 1170 m. Dislivello di 1220m. **Difficoltà: BS**
Capigita: Guido Mamini, Stefano Oldino, Riccardo Valchierotti.
- 13 marzo 2011** **Punta Loson**, 2643 m. - Val Sangone
Partenza da Forno di Coazze, 1143 m. Dislivello di 1513 m. **Difficoltà: BS**
Capigita: Guido Petrino, Roberto Fullone, Roberta Balma Mion.
- 21 - 27 marzo 2011** **Raduno 2011.** - Vallée du Guil - Queyras
Settimana di Sci Alpinismo con base a Molines-en-Queyras, 1778 m.
Capigita: Carlo Rizzi, Aldo Munegato, Carlo Sindaco.
- 26 - 27 marzo 2011** **La Gardiole de l' Alp**, 2786 m. - Vallée du Guil, Queyras
Partenza da Molines-en-Queyras, 1778 m Dislivello di 1008 m. **Difficoltà: BS**
Pointe de Rasis, 2844 m (vallée du Guil, Queyras)
Partenza da Molines-en-Queyras, 1778 m - Dislivello di 1066 m. **Difficoltà: BS**
Capigita: Carlo Rizzi, Aldo Munegato, Carlo Sindaco
- 10 aprile 2011** **Punta di Fiutrusa**, 3068 m. - Valle Varaita
Partenza da Chiazale, 1705 m - Dislivello di 1360 m. **Difficoltà: BS**
Capigita: Guido Bolla, Giovanni Pagotto, Luigi Spina.
- 17 aprile 2011** **Gran Galibier**, 3228 m. - Vallée de la Guisane
"Traversata da Tunnel du Rif a Pont des Alpes"
Partenza dalla route du Lautaret, 1935 m. Dislivello di 1293 m. **Difficoltà: BSA**
Capigita: Orfeo Corradin, Roberto Fullone, Riccardo Valchierotti, Guido Bolla.
- 30 aprile - 1 maggio 2011** **Cima di Brocan**, 3054 m. - Valle Gesso
Partenza dal lago della Rovina, 1546 m, con pernottamento al rif. Genova, 2010 m. Dislivello di 464 + 1044 m. **Difficoltà: BSA**
Capigita: Enrico Leinardi, Orfeo Corradin, Marco Centin.

30 aprile 4 maggio 2011 Raid 2011. - Alpi Marittime
Tour ad anello Gelas - Maledia. 5 giorni con partenza e arrivo nella valle Gesso di Entraque.
Difficoltà: BSA.
Capogita: Enrico Leinardi, Orfeo Corradin, Marco Centin.

14 - 15 maggio 2011 Monte Leone, 3553 m. - Valle dell'Ossola
Partenza dall'Ospizio del Sempione, 1997 m Dislivello di 1556 m. **Difficoltà: BSA**
Capogita: Silvia Previale, Marco Centin, Renato Poro Marchetti.

25 maggio 2011 Cena sociale di chiusura stagione
Tradizionale ritrovo di chiusura dell'attività sociale

ATTIVITA' CULTURALI

9 febbraio 2011 (mercoledì) Altimetro e GPS Come non perdersi
Serata tecnico-culturale
Ore 21,15 nella sede, galleria Subalpina

15 febbraio 2011 (martedì) Meteorologia e neve
Serata tecnico-culturale
Ore 21,15 nella sede, galleria Subalpina

22 febbraio 2011 (martedì) Valanghe e sicurezza
Serata tecnico-culturale
Ore 21,15 nella sede, galleria Subalpina





Scuola di Sci Alpinismo CAI UGET-Torino

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

12 gennaio 2011

ore 21, in sede - serata con diapositive



INCONTRI DIDATTICI DEL MERCOLEDÌ

PRIMA PARTE

- 26 gennaio - Attrezzatura invernale e manutenzione attrezzi
- 2 febbraio - Ricerca del travolto con l'ARVA
- 16 febbraio - Neve e valanghe
- 2 marzo - Cartografia e orientamento
- 16 marzo - La parola al medico e tecniche di allenamento
- 30 marzo - Montagna: responsabilità e assicurazione

SECONDA PARTE

- 13 aprile - Elementi di meteorologia
- 27 aprile - Nodi e manovre di corda, in palestra
- 11 maggio - 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.

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

Parte prima

- 6 febbraio** - 1^a uscita
- 20 febbraio** - 2^a uscita
- 6 marzo** - 3^a uscita
- 20 marzo** - 4^a uscita
- 3 aprile** - 5^a uscita

Parte seconda

- 16-17 aprile** - 6^a uscita
- 30 aprile-1° maggio** - 7^a uscita
- 14-15 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 12 gennaio** e **mercoledì 19 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).**
- **certificato medico di idoneità alla pratica sci-alpinistica;**
- **1 fototessera;**
- **iscrizione al CAI per l'anno 2011;**
- **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 **30 gennaio 2011**.

La partecipazione al corso è subordinata al superamento della selezione su pista del **30 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 **26 gennaio 2011**.

Direttore della scuola : Dario Dugono INSA
Vice direttore : Vittorio Barella ISA



Il gruppo di sci alpino, nato nel 1954, organizza ogni anno corsi di sci alpino e snow board in collaborazione con la scuola nazionale di sci del Sestriere.

CORSO DI SCI ALPINO E SNOW BOARD

Principianti, perfezionamento e, per il 2011, la novità del **corso di free-ride** (un nuovo modo di sciare e di vivere lo sci fuori pista dove il divertimento è la componente principale)

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

9 gennaio	16 gennaio	30 gennaio
6 febbraio	20 febbraio	27 febbraio

In tutte le domeniche di corso un servizio BUS porterà tutti gli interessati dal terminal di corso Vittorio Emanuele II a Sestriere. Offerte e sconti speciali saranno disponibili per tutti coloro che verranno a sciare in autobus aiutandoci a creare un gruppo sempre più grande e affiatato.

Al termine del corso saranno organizzate emozionanti gite verso le più belle stazioni sciistiche italiane e francesi.

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.

Per informazioni seguici sul nostro sito
<http://win.caiuget.it/sci>

oppure iscriviti al nostro gruppo su Facebook
CAI UGET Torino Ski Team

Responsabili:
Stefano Di Carlo, Christian Anfi

Per maggiori informazioni:
CAI Uget - galleria Subalpina, Torino



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 FISI 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 "36° anno"

Il gruppo organizza, nel periodo dicembre-febbraio, corsi di sci di fondo tenuti da maestri FISL. Il corso prevede 4 lezioni teoriche in sede e 5 lezioni di due ore ciascuna in diverse località del Piemonte, valle d'Aosta e Francia, comprende inoltre un'uscita di invito allo sci di fuoripista (sci fondo escursionismo) a cura degli istruttori CAI e la partecipazione alla gara e festa sociale. 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 25 NOVEMBRE 2010
ore 21 - in sede

LEZIONI TECNICHE
2 ore a lezione con maestri FISL

Domenica 12 dicembre 2010	Domenica 23 gennaio 2011
Domenica 19 dicembre 2010	Domenica 6 febbraio 2011
Domenica 9 gennaio 2011	

Domenica 16 gennaio - invito al fuori pista a cura degli Istruttori CAI
Domenica 27 febbraio - invito alla gara e festa sociale del gruppo

LEZIONI TEORICHE

APERTE A TUTTI - vedi calendario Corso di Sci di Fondo Escursionismo
Martedì 18 GENNAIO 2011 - ore 21 - in sede UGET
Proiezione video allievi corsi di fondo

WEEK-END ALTOPIANO DI RENON (BZ)
GIOVEDÌ 17 FEBBRAIO - DOMENICA 20 FEBBRAIO

VENERDÌ 15 APRILE
CENA SOCIALE



Gruppo Sci Fondo Fondo Escursionismo

CORSO DI SCI DI FONDO ESCURSIONISMO / SCI ESCURSIONISMO **“26° 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 **SFE2** consente di apprendere le tecniche base dello sci di fondo escursionismo, utilizzando normali sci di fondo laminati e compiendo facili escursioni lungo strade e piste non battute.

Il corso **SE1** completa la conoscenza delle tecniche apprese con il corso SFE2 e permette di perfezionare le proprie capacità nelle uscite fuori pista, utilizzando sci larghi tipo telemark.

MODALITA' DI PARTECIPAZIONE AL CORSO

Entrambi i corsi si effettuano fra Febbraio ed Aprile, compatibilmente con le condizioni di innevamento e sicurezza. Parallelamente alle uscite in ambiente, vengono svolte in sede delle lezioni teoriche, al fine di unire alle nozioni tecniche sul campo una migliore conoscenza dell'ambiente alpino invernale. A fine corso viene organizzato un fine settimana durante il quale vengono verificate le tecniche acquisite.

Il corso SFE 2 è articolato in 4 lezioni teoriche in sede e 4 uscite tecniche

Il Corso SE 1 è articolato in 4 lezioni teoriche in sede e 6 uscite tecniche (2 su pista da discesa)

PRESENTAZIONE DEI CORSI
Giovedì 9 DICEMBRE 2010 - ore 21 - in sede

PRESELEZIONE ASPIRANTI ALLIEVI
Domenica 23 GENNAIO 2011

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	1 febbraio	-	Ambiente Montano
Martedì	15 febbraio	-	Meteorologia e Neve
Martedì	22 febbraio	-	Valanghe e Sicurezza
Martedì	8 marzo	-	Topografia ed Orientamento

Gruppo Sci Fondo Fondo Escursionismo



LEZIONI TECNICHE

(su piste da discesa)

Sabato 5 FEBBRAIO - SE1 / Sabato 12 FEBBRAIO - SE1 e SFE2

GITE DIDATTICO ESCURSIONISTICHE

CORSO SFE2 e SE1 - Sabato 19 FEBBRAIO

CORSO SFE2 e SE1 - Domenica 6 MARZO

Venerdì 18 - Domenica 20 marzo: week - end CORSI SFE2 / SE1

GITE EXTRA CORSO

3 Aprile - 10 Aprile - 17 Aprile

APRILE WEEK-END

in concomitanza con il:
Raduno Intersezionale SFE - 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**.

Sabato 4 DICEMBRE 2010

Giornata di presentazione stagione agonistica
e aggiornamento tecnica ski fondo races 2010 - 2011

Domenica 27 FEBBRAIO - GARA E FESTA SOCIALE

Venerdì 15 APRILE 2010 - CENA SOCIALE

18 - 19 GIUGNO

WEEK-END AL RIFUGIO DEL "LAUS" - CN IN COLLABORAZIONE CON L'ALPINISMO GIOVANILE

Per informazioni, rivolgersi ai responsabili del gruppo il giovedì sera in sede

E-mail: skifondo@caiuget.it - Sito Internet: www.caiuget.it/sfe



Trekking & Raid Avventure



Visto il successo degli scorsi anni, anche per il 2011 viene mantenuta nel calendario annuale questa nuova sezione che descrive l'insieme dei "viaggi" che i diversi gruppi e commissioni organizzano al loro interno in maniera autonoma. Queste attività vengono raccolte ed elencate in questa sezione per uniformità e per presentare ai soci in un unico punto tutte le proposte di viaggio che la sezione offre.

I soci che abbiano avuto esperienze di viaggi e che siano disposti a renderle disponibili ad integrare ed arricchire questo calendario, possono mettersi in contatto con la segreteria della sezione: saranno sicuramente bene accettati

23 - 25 aprile

Isola del Giglio - Toscana

Trekking nella Maremma Toscana, escursione alle Foci dell'Ombrone e Mini Crociera all'Isola del Giglio e Giannutri, nel Parco Nazionale dell'Arcipelago Toscano, con pranzo a bordo a base di pesce. Gita in pullman. Pernottamento: albergo. Iscrizioni: il 17 febbraio con caparra fino ad esaurimento posti, saldo entro il 31 marzo; partecipanti: min. 25 max. 45. Attrezzatura da escursionismo. **Difficoltà: E**

Capigita: Valeria Aglirà, Luciano Zanon.

Organizzazione a cura della Commissione Gite e Commissione TAM

14 - 22 maggio

Isole Greche

Una spensierata vacanza in uno splendido mare, in una delle più belle e caratteristiche isole della Grecia, con sapori di paesaggi, cultura, storia e mare. Gita in pullman / aereo / barca. Pernottamento: alberghi. Iscrizioni: caparra entro il 24 febbraio (50%), saldo entro il 14 Aprile; partecipanti: min. 25 max. 40. Attrezzatura da escursionismo. **Difficoltà: T-E**

Capigita: Gianni Lucarelli, Luciano Zanon, Aldo Succì.

Organizzazione a cura della Commissione Gite e Commissione TAM

28 maggio - 4 giugno

Trekking in Sicilia - Peloritani, Nebrodi e Madonie

Max 30 partecipanti. Iscrizioni aperte. **Difficoltà: T-E**

Capogita: Anna Bordoni, con la collaborazione della cooperativa Naturaliter

Organizzazione a cura della Commissione TAM

31 luglio - 6 agosto

Alta Via dei Ladini - Dolomiti

"Dal Passo Sella al Lago di Carezza"

La maestosa bellezza delle Dolomiti, l'eldorado dei rocciatori, non si può descrivere con poche parole. Ogni appassionato della montagna conosce le molteplici forme di questi massicci rocciosi e la loro colorazione intensa. Questo scenario unico e le tante possibilità di alpinismo hanno portato alla costruzione di numerose vie ferrate per agevolare straordinarie



Trekking & Raid Avventure



ascensioni che altrimenti sarebbero possibili solamente all'esperto alpinista. Partenza dal Passo Sella. Gita in pullman; Tempo: circa 6 ore/giorno. Pernottamento: rifugi Vicenza, Alpe di Tires, Vaolet e Roda di Vael. Iscrizioni: caparra entro il 26 maggio (50%), saldo entro il 14 luglio; partecipanti: min. 30 max. 50. Attrezzatura da escursionismo e ferrata/alpinismo.

Difficoltà: E/EA

Capigita: Luciano Zanon, Valeria Aglira', Walter Moia, Luciano Origlia.

Organizzazione a cura della Commissione Gite

13 - 19 e 21- 27 agosto **Via Alpina - Oberland Bernese - Svizzera**

Settimana di escursioni tra Gstaad, Gsteig, Lenk, Adelboden, Kandersteg, con autobus al seguito e pernottamenti presso l'ostello della gioventù di Saanen-Gstaad. Inizio iscrizioni da giovedì 3 febbraio. **Difficoltà: E**

Capigita : Michela Giannetta, Giorgio Gnocchi, Walter Moia

Organizzazione a cura della Commissione TAM

10 - 11 settembre **Gorges du Verdon - Francia**

Les gorges du Verdon rappresentano il canyon più grande d'Europa con gole profonde da 250 a 750 m ed un percorso sinuoso lungo 20 km. Il primo giorno si effettuerà la discesa a piedi del canyon nel punto più spettacolare delle gole, con traversata a pelo d'acqua; il secondo si scenderà nel canyon nella parte più turistica fino a Pont Sublime attraversando sul fondo tutte le restanti gole.

Primo giorno: escursione sul "sentier Vidal". Dislivello di 450 m. Tempo complessivo: ore 5. **Difficoltà: EE.**

Secondo giorno: escursione con partenza da "ChaletTCF". Dislivello di 385 m. Tempo complessivo: ore 6,30. **Difficoltà: EE**

Iscrizioni da giovedì 1° settembre 2011.

Capigita: Lodovico Marchisio, Giampiero Salomone, Wilma Stroppiana, Maria Tamietti.

Organizzazione a cura della TAM, in collaborazione con la sottosezione GEB.

10 - 17 settembre **Trekking in Sardegna**

Settimana di escursioni tra mare e montagna, con un itinerario di 7 giorni con escursioni nel Selvaggio Blu, tra mare e montagna, nello splendido scenario del territorio di Baunei. Pernottamenti in tenda e al rifugio della cooperativa Goloritzé, nell'altopiano del Golgo. Il programma prevede escursioni a Tiscali, villaggio nuragico in località Supramonte, le gole di Gorropu, Cala Luna, Cala Sisine, Cala Goloritzé, e tanti bagni. Inizio iscrizioni da Giovedì 3 febbraio 2011, max 25 partecipanti. **Difficoltà: E**

Capigita: Valeria Aglirà, Walter Moia.

Organizzazione a cura della Commissione TAM



Gruppo Speleologico Piemontese CAI-UGET

58 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 152 numeri, vanta ormai lettori in tutta Italia e in molte altre nazioni (Francia, Belgio, Inghilterra, USA, ecc..).



CORSO DI SPELEOLOGIA

Anche quest'anno il Gruppo Speleologico Piemontese CAI UGET fornisce un ricco calendario di avvenimenti per avvicinare e appassionare al mondo della speleologia quanta più gente possibile. Il GSP propone per il 2011 il corso di speleologia e lo stage di introduzione alla speleologia.

Il corso di speleologia fornirà approfondimenti sulle tecniche di progressione e sugli argomenti legati al mondo ipogeo. Il corso è aperto a tutti. Lo stage di introduzione alla speleologia è una “full immersion” di 4 giorni dove 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. Lo stage è aperto a tutti, neofiti e non.

CALENDARIO DEGLI EVENTI

27 febbraio **Grotta del Caudano** - Frabosa - CN
Gita sociale. Iscrizioni entro il 25 febbraio in sede dopo le 21,30

11 marzo **Serata di presentazione corso introduttivo alla speleologia**
in sede CAI UGET

20 marzo 3 aprile **Corso introduttivo alla speleologia, in sede CAI UGET.**
Iscrizioni entro il 18 marzo in sede dopo le 21, 30

2 - 5 giugno **Stage “Esplorare il buio”**
Iscrizioni entro il 27 maggio in sede dopo le 21, 30

23 ottobre **Grotta del Caudano** - Frabosa - CN
gita sociale. Iscrizioni entro il 21 ottobre in sede dopo le 21, 30

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

Le iscrizioni vengono prese telefonicamente dai capigita durante la settimana precedente lo svolgimento della gita (Max, telef. 347-982.2703 o Marco, telef. 339-5829.332) o comunicando l'iscrizione presso la segreteria UGET negli orari di apertura.

Alle gite si partecipa con casco (obbligatorio), MTB in perfetta efficienza e materiale per le riparazioni di emergenza.

Le gite CAI vengono organizzate con il massimo rispetto dell'ambiente (vietate le derapate), in tranquillità (vietate fughe solitarie o di gruppo: il capogita NON si supera) e nella massima sicurezza, ovvero attuando un comportamento che coniughi le proprie capacità in funzione della difficoltà percepita.

PROGRAMMA DELLE GITE

10 aprile

Il Roero

Apriamo la stagione con una sgambata di riscaldamento a due passi dalla nostra città: il Roero, territorio del Cuneese a noi ben noto per le sue tipiche colline, boschi, vigne, castelli, leggende e chiese che ottimamente si presta all'uso della MTB. Il percorso dettagliato verrà comunicato all'atto dell'iscrizione. Dislivello di 800 m - **Difficoltà: MC/BC - 35 km**

Capogita: Carla Lagori.

15 maggio

La collina di Torino

Tuffiamoci nell'ormai incipiente primavera torinese con un'uscita sui sentieri di casa nostra! Gita breve ma intensa che ci consentirà di osservare Torino dall'alto preparando le nostre gambe alle prossime e più impegnative mete estive. Il percorso dettagliato verrà comunicato all'atto dell'iscrizione. Disl. di 800 m - **Difficoltà: MC/BC - 25 km.**

Capigita: Max Grandi e Franco Torelli.

12 giugno

Col du Granon - Francia

Nell'imminenza della primavera iniziamo le gite in montagna percorrendo questa classica salita, ma dal versante est, quello di Névache. Il rientro avverrà su sentieri tecnici e mulattiere, sempre dal versante della Clarée (est). Disl. di 1300 m - **Difficoltà: BC/BC - 40 km**

Capigita: Marco Centin e Max Grandi.

19 giugno

Garessio - Raduno regionale LPV.

In un verdissimo ambiente, un contesto ideale per la MTB, alterneremo momenti più ludico-sportivi a sedute di natura "informativa" per fare il punto sulla situazione MTB all'interno del CAI, con particolare riferimento alla nostra realtà locale.

3 luglio

Alpe del Conte

Una proposta classica che non può mancare nel carnet del ciclo-escursionista torinese: una traversata panoramica nelle valli di Lanzo con partenza ed arrivo a Pessinetto. Di lunghezza

Gruppo Ciclo-Escursionistico Mountain Bike



notevole e con fondo piuttosto dissestato, è un itinerario che, pur svolgendosi quasi interamente su strada sterrata, non va preso sotto gamba ma è indicato anche a chi non ha una tecnica trialistica confermata. Disl. 1250 m - **Difficoltà: BC/BC - 45 km**

Capigita: Marco Centin.

17 luglio **Balconata del Cervino**

Un'altra classica perla del MTB, questa volta nella blasonata val d'Aosta, in Valtournanche. Presenza costante di questo indimenticabile giro in bici sarà la mole di S.E. il Cervino. L'itinerario si svolge da sud a nord con partenza ed arrivo da Antey St. André. Disl.: 1200 m -

Difficoltà: MC/BC - 40 km

Capigita: Marco Centin e Luca Gandini.

24 luglio **Colle del Sommeiller**

Un'altra meta classica su strada sterrata con partenza da Bardonecchia, in alta val Susa e il panoramico ed aereo colle del Sommeiller, tranquillamente pedalabile nella sua interezza.

Disl. 1500 m - **Difficoltà: MC/MC - 30 km**

Capigita: Carla Lagori e Max Grandi.

28 agosto **Colle della Boaria e Limone P.te**

Saliremo partendo da Limone Piemonte per una strada sterrata evitando così il trafficato flusso automobilistico verso il tunnel di Tenda e raggiunto il vero e proprio colle percorreremo l'inizio della nota "via del sale", abbandonandola poco dopo il colle della Perla per rituffarci su sentieri tecnici che ci riportano al punto di partenza. Disl. 1100 m.

Difficoltà: MC/OC - 35 km

Capigita: Marco Centin e Max Grandi.

24 - 25 settembre **Varese - IV raduno nazionale.**

Tocca quest'anno ai nostri amici lombardi, attivissimi ciclo-escursionisti, ospitare il IV raduno italiano del CAI-MTB. Anche qui, come nel caso del raduno LPV, oltre ad alcune, solitamente splendide, sgambate pratiche ci si sofferma sui problemi del mondo ambientalista, con specifico riferimento allo stato dell'arte della MTB all'interno del sodalizio.

Abbreviazioni:

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

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

Per una migliore comprensione delle sigle si veda il sito www.mtbcai.it alla voce "scala delle difficoltà".

Sebbene nel 2011 abbia compiuto ben 64 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.



I rifugi e bivacchi del CAI UGET-Torino

Francesco Gonella

3071 m

In comprietà con la sez. CAI TORINO

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



Accesso da La Visaille in val Veny, 8 km da Courmayeur, in ore 6,00,
con attraversamento di ghiacciaio e tratti attrezzati.

Apertura estate 2011

Consultare il sito www.caiuget.it per la data dell'inaugurazione

I rifugi e bivacchi del CAI UGET-Torino



Rifugio MONTE BIANCO 1700 m

Ristrutturato nell'anno 2002

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.

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

Sito Internet:

www.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:

Tel. rifugio 0122.83.13.90 fax:011.1970.6503.

Sito Internet:

www.rifugioguidorey.it

Gestori:

Mauro; 349.30.78.110-mauro@rifugioguidorey.it
Claudio; 011.02.02.256-claudio@rifugioguidorey.it





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 del CAI UGET

Responsabile:
Marco Scofet
Telef. : 347 84.87.170
marcoscofet@gmail.com



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 canalone Coolidge del Monviso nel comune di Crissolo (Cuneo) . Posti letto 6 , sempre aperto.

Accesso da Pian del Re con percorso in parte su sentiero, sino al Lago Chiaretto ed in parte su ripido pendio ex - glaciale.

Difficoltà PD, qualche rischio di caduta di pietre, ore 2,30.





**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 - 23,00
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!***

