

Club Alpino Italiano
Sez. Uget Torino



Montagna per tutti

ATTIVITÀ SOCIALI 2020



Care Amiche, cari Amici del CAI UGET di Torino,

alla fine di un anno intenso di attività in montagna, presento con piacere il nostro libretto 2020 "Attività Sociali - Montagne per tutti".

La nostra Sezione si occupa di montagna a 360°: dagli aspetti tecnici a quelli più culturali. In questo libretto, grazie al lavoro dei Gruppi, delle Scuole, della sottosezione di Trofarello, del Coro oltre alla realtà dei nostri rifugi e bivacchi, sono raccolti i programmi di corsi, escursioni, trekking ed appuntamenti previsti nel 2020.

Le nostre proposte, aperte a Tutti, sono occasioni di vita nella natura e di condivisione di amicizie ed esperienze per vivere e conoscere la montagna frequentandola con rispetto e consapevolezza: dalla scoperta del sottosuolo all'alta montagna; dalle escursioni su sentiero alla portata di tutti all'alpinismo più impegnativo; non mancano le proposte sulla neve: ciaspole, sci alpino, fondo e fondo-escursionismo, scialpinismo ... questo è essere Socio CAI!

Alle collaudate proposte dei Gruppi si affianca l'attività formativa per neofiti ed il continuo aggiornamento per tutti svolta dai Corsi delle nostre Scuole UGET con incontri a tema in sede propedeutici alle uscite pratiche in ambiente. Nel corso dell'anno daremo spazio agli aspetti più culturali del mondo alpino con incontri per conoscerne luoghi e problemi, coinvolgendo alpinisti e persone che la vivono con proiezioni di film e presentazioni di libri. Il calendario di queste serate, che andremo via via ad organizzare nel corso dell'anno, sarà pubblicizzato sul nostro sito www.caiuget.it che vi invitiamo a visitare con assiduità.

Anche quest'anno, con il bollino 2020, tante le novità in tema di Convenzioni ed Agevolazioni al Socio con la conferma di un pernottamento gratuito al rifugio Re Magi (ex CAI-UGET) in Valle Stretta oltre che, come di consueto, al nostro rifugio Guido Rey sopra Beaulard

Confidiamo nell'aiuto di tutti per coinvolgere conoscenti e amici nelle nostre attività senza dimenticare di vivere anche solo per un giorno nei nostri rifugi, le nostre case in montagna, il "Monte Bianco" in Val Veny ed il "Guido Rey" in Alta Val Susa.

*Contiamo altresì sulla vostra disponibilità di destinare al **CAI UGET di Torino il "cinque per mille"**, senza oneri per chi lo sceglie, utile per sostenere sempre di più le attività ed i progetti della Sezione. Tra questi progetti, importante è quello della nostra biblioteca che nel corso del 2020 potrà essere nuovamente fruibile ai Soci dopo un importante lavoro di allestimento e di catalogazione.*

Vi aspettiamo in sede, il "Rifugio Tesoriera", nella bellissima e suggestiva cornice del parco.

A presto.

Il Presidente
Roberto Gagna



Il Club Alpino Italiano è 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 CAI 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...).**



CLUB ALPINO ITALIANO Sez. UGET - TORINO



1913  UGET 2020

Corso Francia 192 - Parco della Tesoriera - 10145 TORINO - tel. 011 53 79 83
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 CAI, 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 CAI. Attualmente la sezione UGET conta circa 2600 soci e gestisce 3 rifugi e 4 bivacchi.

La sede della sezione, nel parco della Tesoriera, 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:

DAL 1° NOVEMBRE AL 31 MARZO

LUNEDÌ, MARTEDÌ, MERCOLEDÌ E VENERDÌ 15.30 - 18.30
GIOVEDÌ 15,30 - 22,30 - SABATO 9 - 12

DAL 1° APRILE AL 31 OTTOBRE

LUNEDÌ, MARTEDÌ, MERCOLEDÌ E VENERDÌ 15.30 - 18.30
GIOVEDÌ 15,30 - 22,30 - SABATO CHIUSO

Ogni due mesi una redazione di dodici entusiasti non-professionisti con gran impegno pubblica otto pagine di immagini e informazioni: è **Cai Uget Notizie**, il bimestrale della sezione, disponibile gratuitamente in segreteria oppure online sul sito caiuget.it/notizie e su **facebook**. Può essere consegnato anche a domicilio, previo contributo per le spese postali. Il bimestrale racconta di viaggi, escursioni, scalate sia individuali che sociali, riporta informazioni su corsi e serate in programma. Vuoi pubblicare un articolo? Scrivi a redazione@caiuget.it. Vuoi far parte della redazione? Vediamo se indovini a chi scrivere. Il mensile a diffusione nazionale **Montagne 360°** viene inviato a domicilio a tutti i soci, mentre il notiziario nazionale "**Lo Scarpone**" è online: <http://www.loscarpone.cai.it>.



Corso Francia 192 - Parco della Tesoriera - 10145 TORINO - tel. 011 53 79 83

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 multimediale. 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.

Scala delle difficoltà delle gite proposte

A	=	Prettamente a carattere alpinistico
AD	=	Abbastanza difficile
BS	=	Bravi sciatori
BSA	=	Bravi sciatori alpinisti
D	=	Difficile
E	=	Escursionistico
EA-I	=	Escursionisti esperti con attrezzatura invernale
EE	=	Per escursionisti esperti
EEA	=	Per escursionisti esperti con attrezzatura specifica
EI	=	Escursionismo invernale
F	=	Facile
MS	=	Medi sciatori
OSA	=	Ottimi sciatori alpinisti
PD	=	Poco difficile
T	=	Turistico, escursionistico facile.

Le sigle di difficoltà del ciclo - escursionismo sono riportate a pagina 37

Sigle e qualifiche di accompagnatori e istruttori

AAG	=	Accompagnatore di alpinismo giovanile
ASAG	=	Accompagnatore sezionale di alpinismo giovanile
AE	=	Accompagnatore di escursionismo
ASE	=	Accompagnatore sezionale di escursionismo
IA	=	Istruttore di alpinismo
INA	=	Istruttore nazionale di alpinismo
ISA	=	Istruttore di sci-alpinismo
INSA	=	Istruttore nazionale di sci-alpinismo
ISFE	=	Istruttore di sci fondo escursionismo
INSFE	=	Istruttore nazionale di sci fondo escursionismo
ORTAM	=	Operatore Regionale Tutela Ambiente Montano



LE ATTIVITA' E GRUPPI DELLA SEZIONE UGET

Commissione Alpinismo Giovanile	Pag. 7
Commissione Gite	10
Gruppo Escursionismo Tutela Ambiente Montano	10
Corso di Escursionismo	11
Escursionismo	12
Escursionismo invernale "Racchette da neve"	18
Alpinismo e vie ferrate	20
Trekking e Viaggi	22
Scuola di Alpinismo "Alberto Grosso"	23
Gruppo Sci Alpinismo	26
Scuola di Sci Alpinismo	28
Gruppo Sci Alpino	31
Gruppo Sci Fondo e Scuola Sci Escursionismo "Nevelibre"	32
Gruppo Speleologico Piemontese	35
Gruppo Ciclo - Escursionismo "Mountain Bike"	36
Coro CAI - UGET	38
Cai Uget - Cultura	39
Sottosezione di Trofarello	40
Rifugi e bivacchi del CAI - UGET	43

Commissione Alpinismo Giovanile



1913 UGET 2020

La Commissione Alpinismo Giovanile dal 1991 propone attività in montagna rivolte a ragazze/i tra gli 6 ed i 17 anni, prevalentemente di carattere escursionistico ed a diretto contatto con la natura.

Lo scopo dell'Alpinismo Giovanile è di aiutare il giovane nella propria crescita umana, proponendogli l'ambiente montano per vivere con gioia esperienze di formazione.

Le gite di uno o due giorni, tengono conto dell'età e delle capacità fisiche dei partecipanti, i più piccoli hanno modo di imparare a conoscere la montagna nei suoi vari aspetti giocando, i più grandi hanno la possibilità di fare esperienze salendo cime di grande interesse. Il gruppo si avvale di accompagnatori qualificati con esperienza escursionistica ed alpinistica, che nell'organizzazione e conduzione delle escursioni pongono la sicurezza come fattore prioritario.

Quest'anno verrà proposto per le ragazze/i un modulo **BASE DI AVVICINAMENTO ALLA MONTAGNA**, con formazione teorica e pratica, affrontando tematiche differenti collegate all'ambiente montano.

Nei mesi di **marzo, maggio 2020**, 9° corso **“GIOCO ARRAMPICATA RAGAZZE/I”** con le seguenti date: **29 Marzo, 3 Maggio, 31 Maggio**, in collaborazione con la scuola di Alpinismo e Arrampicata **ALBERTO GROSSO CAI UGET**

Nei mesi di **aprile, maggio, giugno 2020** sono previsti con SCUOLE Materne, Elementari e Medie incontri didattici ed uscite pratiche con temi ed itinerari da definire con le Direzioni Didattiche scolastiche.

SABATO 7 MARZO 2020

Presentazione con approfondimento relativo alle attività che verranno sviluppate nel corso del ciclo di Escursioni ore 15,00 - 17,00 presso il parco della Maddalena a partire da Pian del Lot (Torino), oppure in caso di meteo avverso in sede CAI Uget in C. Francia 192 - Torino
Relatore: Commissione Alpinismo Giovanile

30 ° CICLO DI ESCURSIONI

15 marzo

Pian dell'Azaria 1.650 m - Val Soana

Da Campiglia Soana, 1.350 m - Disl. 300 m - Tempo: ore 1,45 - **Difficoltà: E** - Attrezzatura da Escursionismo invernale, ciaspole (Racchette da neve) - **TEMA:** Camminare sulla neve. Escursione aperta a ragazze/i, genitori ed amici.

Capigita: Luly Zago (AAG) - Emanuele Sardo (ASAG)

29 marzo

Uscita in falesia - Località da definire

Attrezzatura per arrampicata (per chi ne è sprovvisto, l'equipaggiamento verrà fornito in prestito dall'organizzazione) - **Tema:** arrampicata e trekking in collaborazione con istruttori della “Scuola di Alpinismo **Alberto Grosso**” del CAI Uget Torino

Capigita: Luca Longo (AAG), Emanuele Sardo (ASAG), Enzo Gilli (ASAG)



Commissione Alpinismo Giovanile

1913 UGET 2020

5 aprile

Abbazia di Vezzolano 549 m - Asti

Da Castelnuovo Don Bosco 245 m - Dislivello 304 m - Tempo: ore 2 - **Difficoltà: E**
Attrezzatura da escursionismo primaverile - **Tema:** Arte e ambiente lungo i sentieri collinari di una zona ricca di vigneti.

Capigita: *Luly Zago (AAG), Mana Antonella*

19 aprile

Anello di Sant' Elena - Spotorno "SV"

Da Spotorno a Bergeggi (Monte Mao 440 m) - Disl. 440 m - Tempo: ore 3 - **Difficoltà: E**
Lungo i sentieri che consentono un bel panorama sul mare con eventuale bagno rinfrescante finale - **Tema:** Arte ed Ambiente Marittimo

Capigita: *Luly Zago (AAG), Enzo Gilli (ASAG), Mana Antonella*

3 maggio

Uscita in falesia - Località da definire

In collaborazione con istruttori della "Scuola di Alpinismo A. Grosso" del **Cai Uget Torino**
Attrezzatura per arrampicata (per chi ne è sprovvisto, l'equipaggiamento verrà fornito in prestito dall'organizzazione) - **TEMA:** Arrampicata e trekking.

Capigita: *Luca Longo (AAG), Emanuele Sardo (ASAG), Enzo Gilli (ASAG), Glauco Vichi*

10 maggio

Casa Forte e Borgate 1550 m - Vallone di Servino "Val Soana"

Da Ronco fr. Scandosio 1050 m - Disl. 500 m - Tempo: ore 2,20 - **Difficoltà: E**
Attrezzatura da escursionismo primaverile - **TEMA:** Casa Forte Medioevale e Borgate Alpine

Capigita: *Luly Zago (AAG), Antonella Mana, Bruno Tortia*

24 maggio

Cascate del Pis vallone del Massello - Val Germanasca

Da Balziglia 1370 m - Disl. 360 m - Tempo: ore 1, 45 - **Difficoltà: E** - Attrezzatura da escursionismo primaverile - **TEMA:** Panoramico e Naturalistico

Capigita: *Luly Zago (AAG), Luca Longo (AAG), Antonella Mana*

31 maggio

Uscita in falesia - Località da definire

In collaborazione con istruttori della "Scuola di Alpinismo A. Grosso" del **Cai Uget Torino**
Attrezzatura per arrampicata (per chi ne è sprovvisto, l'equipaggiamento verrà fornito in prestito dall'organizzazione) - **TEMA:** Costituzione Rocciosa ed Arrampicata

Capigita: *Luca Longo (AAG), Emanuele Sardo (ASAG), Enzo Gilli (ASAG)*

13-14 giugno

Rifugio W. Jervis e colle della Croce 2.298 m - Val Pellice

Da Villanova (Fr. di Bobbio Pellice) 1223 m - Primo giorno disl. 509 m (ore 2,30 m) - Secondo giorno - Disl. 566 m (ore 2,40) - **Difficoltà: E** - Attrezzatura da escursionismo primaverile in Alta Montagna - **Tema:** Esperienza in rifugio e vista sul Vallone Francese del Queiras

Capigita: *Luca Longo (AAG), Emanuele Sardo (ASAG), Enzo Gilli (ASAG)*

28 giugno

Mont de la Saxe 2.348 m - Val Ferret "Valle D'Aosta"

Da Villar Inferiore 1.275 m (Fr. di Courmayeur) - Dislivello 1.073 m **Difficoltà: E** Attrezzatura da Escursionismo primaverile in Alta Montagna - **TEMA:** Itinerario con paesaggio al cospetto del "Tetto d'Europa" Il Massiccio del Monte Bianco.

Capigita: *Luly Zago (AAG), Emanuele Sardo (ASAG), Enzo Gilli (ASAG)*

Commissione Alpinismo Giovanile



1913 UGET 2020

11-12 luglio

Rocciamelone 3538 m - Valli di Lanzo

Da Malciaussia 1805 m - Primo giorno Disl. 837 m al Rif. Tazzetti 2642 m - Tempo: ore 3,30
Secondo giorno Disl. 896 m - Tempo: ore 3,30 - **Difficoltà: F+** - Attrezzatura da alta montagna con imbraco, ramponi, piccozza, cordini, moschettoni, casco - **TEMA:** Ghiacciaio poco crepacciato e di facile progressione - Gita in collaborazione con sottosezione CAI UGET di Trofarello

Capigita: Flavio Bellan (ASAG), Enzo Gilli (ASAG), Emanuele Sardo (ASAG)

13 settembre

Rifugio Pontese 2.217 m - Valle dell'Orco

Da sopra Locana (Lago Teleccio) 1.917 m - Dislivello 300 m - Tempo: ore 1,45 - **Difficoltà: E**
Attrezzatura da Escursionismo autunnale - **TEMA:** Laghi e pausa ristoratrice al Rifugio
Capigita: Luly Zago (AAG), Antonella Mana, Claudio Scrizzi (ASAG)

27 settembre

Laghi di Sagnasse 2083 m - Val Grande di Lanzo

Da Rivotti 1.450 m (Fr. Di Groscavallo) - Disl. 633 m - Tempo: ore 2,45 - **Difficoltà: E**
Attrezzatura da Escursionismo autunnale - **TEMA:** Laghi e giardini in versione autunnale con cespugli di rododendri, genziane, primule e ranuncoli.

Capigita: Emanuele Sardo (ASAG), Bruno Tortia, Antonella Mana

11 ottobre

Gran bosco di Salbertrand - Val di Susa

Da Monfol 1.666 m (Ulzio) - Disl. 420 m - Tempo: ore 2 - **Difficoltà: E** - Attrezzatura da Escursionismo autunnale - **TEMA:** Parco naturale immerso nel gran Bosco.

Capigita: Luca Longo (AAG), Marco Ferrara, Bruno Tortia

25 ottobre

Rifugio Sartorio 1.454 m - Val Sangone

Da Forno di Coazze dopo il Campeggio Pianass, 1.150 m - Dislivello circa 304 m - Tempo: ore 2 - **Difficoltà: T** - Attrezzatura da Escursionismo Autunnale - Escursione e festa finale per ragazze/i, genitori, nonni, amici con polentata in Rifugio.

Capigita: Luly Zago (AAG), Emanuele Sardo (ASAG), Enzo Gilli (ASAG)



PER INFORMAZIONE RIVOLGERSIA:

Luca Longo e Luly Zago Tel. 011-4345409 - 340-6225631

Enzo Gilli

Tel. 011-5174341 - 328-7132787 - 339-3657209

Commissione Gite

“Escursionismo - Alpinismo - Ferrate - 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. Il ventaglio di proposte copre tutto il periodo da gennaio ad ottobre con uscite diverse a seconda dei periodi di effettuazione. Anche quest'anno sono presenti le gite sociali con racchette da neve all'inizio dell'anno, di cui una che prevede anche l'esercitazione con ARTVA, pala e sonda. 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. Per ogni gita sono indicate la tipologia, l'eventuale difficoltà ed il materiale tecnico necessario, Salvo altrimenti indicato la gita si effettuerà in auto. Per informazioni scrivere a: commgite@caiuget.it o iscriversi alla mail list dal sito Cai Uget sezione “Escursionismo - Commissione Gite” www.caiuget.it/cge/. Le gite della **Commissione Gite** sono elencate nelle sezioni “**Escursionismo, Escursionismo Invernale, Alpinismo e vie ferrate, Trekking e Raid - Viaggi**”, a seconda della relativa tipologia.

Gruppo Escursionismo TAM

“Escursionismo - Trekking”

(Tutela Ambiente Montano)

L'escursionismo è un'attività alla portata di tutti e camminare nella natura permette di ritrovare l'equilibrio tra il fisico e la mente, quell'armonia troppo spesso trascurata dal nostro stile di vita, troppo sedentario e tecnologico. Camminare permette di ascoltare ed osservare la complessità di ogni ambiente, dai cicli di vita di un bosco agli ampi ed emozionanti panorami dell'alta montagna. Nelle escursioni che proponiamo si cerca di sottolineare gli aspetti peculiari dei luoghi, siano essi naturalistici, quali il modellamento delle valli da parte di ghiacciai e torrenti, sia antropici quali i criteri di insediamento dei villaggi alpini, la gestione dei boschi e dei pascoli, ecc. Escursionismo è anche riscoprire la storia camminando sui percorsi storici dei Walser, dei Valdesi, sui sentieri della Resistenza. Le nostre escursioni si svolgono sempre su sentiero, non superano la difficoltà E e si avvalgono spesso del contributo di esperti quali storici e geologi: camminare per conoscere; conoscere, primo passo per proteggere. Le iscrizioni alle escursioni vengono raccolte in sede il giovedì precedenti l'escursione stessa dalle ore 21 alle 22,30. Le escursioni ed i trekking sono elencate nelle sezioni “**Escursionismo, Trekking e Raid - Viaggi**”



Corso di Escursionismo



1913 UGET 2020

La Commissione Gite del CAI UGET, in collaborazione con il Gruppo Escursionistico TAM e sotto l'egida della Commissione Centrale per l'Escursionismo del CAI, organizza il:

9° CORSO BASE DI ESCURSIONISMO

rivolto a coloro che, avendo un minimo di preparazione fisica, intendono avvicinarsi alla montagna, oppure a coloro che già la frequentano, ma desiderano approfondirne la conoscenza e affrontarla in sicurezza.

Offre innanzitutto le conoscenze di base per effettuare escursioni con un equipaggiamento e una preparazione consoni all'ambiente di montagna: cosa portarsi nello zaino, come vestirsi e come alimentarsi, come preparare un'escursione a tavolino, analizzando carte topografiche, relazioni e bollettini meteo, per poi apprendere durante le uscite come determinare costantemente la propria posizione facendo orientamento con mappa, bussola e altimetro.

Il Corso Base si avvale di accompagnatori titolati del CAI (AE, ASE, ORTAM). Sono previste **n. 15 lezioni teoriche**, articolate in 7 serate, riguardanti: abbigliamento ed equipaggiamento, orientamento, meteorologia, preparazione di un'escursione, sicurezza, primo soccorso, ambiente e cultura alpina e **n. 5 uscite pratiche** in ambiente montano.

Le lezioni si svolgeranno da aprile a giugno con test di valutazione finale e consegna di attestati. Uscite pratiche da **domenica 19 aprile a domenica 14 giugno**.

PRESENTAZIONE E APERTURA ISCRIZIONI

“fino ad esaurimento posti disponibili”

VENERDI' 3 APRILE ORE 21.00

Nel salone del CAI UGET al parco della Tesoriera
“Corso Francia, 192 - Torino - metrò Monte Grappa”

RICHIESTA INFORMAZIONI:

In sede CAI UGET il Giovedì sera dalle 21,00 alle 23,00

Sito internet:

<http://www.caiuget.it/cge/attivita/corsi/>

Direttore del corso Guido Scarnera:

Guscarn@tin.it

23 febbraio Sentiero Storico dell'Ardesia - Liguria "GE"

Lungo i sentieri che collegavano le cave di ardesia dell'entroterra al mare - Partenza ed arrivo da Lavagna quota mare, Monte San Giacomo 547 m - Dislivello 550 m - Tempo complessivo ore 5,00 - **Difficoltà: E**

Capigita: Beppe Borione (ASE), Daria Fava (ASE) - Organizzazione TAM

1 marzo Le Sentier Valléen de la Roya - Val Roya "Francia"

Partenza: Breil Sur Roya, 290 m, arrivo: Saorge, 520 m - Dislivello in salita 800 m, in discesa 600 m - Tempo complessivo ore 5,00 - **Difficoltà: E** - In collaborazione con il CAI di Bordighera e dei suoi accompagnatori.

Capigita: Giampiero Salomone (AE) - Organizzazione TAM

8 marzo Il monte Mao 440 m e l'entroterra di Spotorno - Liguria "SV"

Partenza ed arrivo da Spotorno 50 m - Dislivello 450 m - Tempo complessivo ore 5,00 **Difficoltà: E.**

Capigita: Rita Ponsetto (ASE), Maria Grazia Vaudagna (ASE) - Organizzazione TAM

15 marzo Monte Piccaro e Monte Croce 582 m - Liguria di Ponente "SV"

Camminare nella macchia mediterranea con ampi panorami su Albenga e Finale - Partenza ed arrivo da Ceriale quota mare, Monte Croce 582 m - Dislivello 600 m - Tempo complessivo ore 5,00 - **Difficoltà: E.**

Capigita: Beppe Borione (ASE), Daria Fava (ASE) - Organizzazione TAM

22 marzo Punta Serena 1160 m - Valli di Lanzo "TO"

Un anello sui sentieri dei pellegrini tra boschi e borgate - Partenze ed arrivo da Pessinetto 570 m, Punta Serena 1160 m - Dislivello 600 m - Tempo complessivo ore 4,00 - **Difficoltà: E.**

Capigita: Ezio Sesia - Organizzazione TAM

29 marzo L'anello di San Lorenzo al Mare - Liguria "IM"

Panoramico anello sulle colline affacciate sul mare di Laigueglietta e Cipressa - Partenza ed arrivo da San Lorenzo al Mare quota mare, quota massima 400 m - Dislivello 400 m - Tempo complessivo ore 4,00 - **Difficoltà: E.**

Capigita: Rita Ponsetto (ASE), Maria Grazia Vaudagna (ASE) - Organizzazione TAM

29 marzo 5 Terre da Riomaggiore a Portovenere - Liguria

Partenza da: Riomaggiore - Dislivello: 700m / 13 km - 1.000 m per Monesteroli - Tempo: ore 6/7 - **Difficoltà: E.** - Gita in BUS - Attrezzatura da Escursionismo - Un angolo di paradiso tra il blu del mare e il verde della macchia mediterranea. I più allenati potranno scendere a Monesteroli, Partecipanti: min 10 max 48 - **Organizzazione: Commissione Gite**

Capigita: Luciano Zanon (AE), Roberto Gagna, Maurizio Carpentieri

5 aprile Ivrea - Viverone - Ivrea in 45 km di natura e storia

Partenza da: Ivrea - Dislivello: quasi nullo, lunghezza: circa 45 Km - Tempo: ore 10 più soste **Difficoltà: T** - Gita in auto / pullman - Attrezzatura da Escursionismo leggero - Ai piedi della

più grande morena d'Europa con vista sullo spettacolare panorama del lago di Viverone crocevia di sentieri antichi e cammini più recenti.

Capigita: *Emilio Botto, Gianni Chamberlano* - **Organizzazione:** *Commissione Gite*

5 aprile

Nel Parco della Dora - Bassa Val di Susa "TO"

Partenza da San Didero 430 m, Borgone 394 m, arrivo a Vaie 381m - Dislivello 200 m - Tempo complessivo ore 5,00 - **Difficoltà:** **T** - In collaborazione con la Sottosezione GEB del Cai Torino - Organizzazione di Pro Natura, Comuni ed associazioni locali.

Capigita: *Lodovico Marchisio (AE), Arnaldo Reviglio (CAI di Avigliana)* - **Organiz.** *TAM*

19 aprile

Da Boissano a Pietra Ligure - Liguria di Ponente "SV"

Partenza da Boissano, 120 m, rifugio Pian delle Bosse 841m, arrivo a Pietra Ligure, livello mare Dislivello in salita 800 m, in discesa 700 m - Tempo complessivo ore 6.30 - **Difficoltà:** **E** In collaborazione col CAI di Loano - **Organizzazione** *TAM*

Capigita: *Giampiero Salomone (AE), Claudio Menozzi (AE - CAI di Loano)*

26 aprile

Le Scalance 1.995 m - Bassa Valle Susa

Partenza da: Muni (Condove) 1.092m - Dislivello: 930m - Tempo complessivo: ore 6 **Difficoltà:** **EE** - Attrezzatura da escursionismo - Lungo crestone in uno degli ambienti più selvaggi della Val di Susa. Partecipanti: min 15 max 30.

Capigita: *Roberta Cucchiario (AE), Maurizio Carpentieri* - **Organiz.:** *Commissione Gite*

3 maggio

Traversata Crodo, Baceno, Premia - Valle Antigorio "VCO"

Escursione ricca di curiosità naturali quali gli Orridi di Uriezzo e le Marmite dei Giganti e di espressioni artistiche quali la Chiesa di San Gaudenzio a Baceno - Partenza da Crodo 540 m, Baceno 640 m, arrivo a Premia 750 m - Dislivello in salita 400 m, in discesa 200 m - Tempo complessivo ore 4,00 - **Difficoltà:** **T**

Capigita: *Lorenzo Barbiè (IA), Michele D'Amico* - **Organizzazione** *TAM*

10 maggio

Novalesa e le 7 cascate - Val Cenischia, Val di Susa "TO"

Partenza ed arrivo da Novalesa m. 828 - Dislivello 150 m - Tempo complessivo ore 5,00 **Difficoltà:** **E** - In collaborazione con la Sottosezione GEB del Cai Torino, AASAA e CAF

Capigita: *Giampiero Salomone (AE), Lodovico Marchisio (AE), Corrado Martinelli (AASAA)* - **Organizzazione** *TAM*

17 maggio

Traversata da Laigueglia ad Andora - Liguria di Ponente "SV"

Partenza da Laigueglia, livello mare, Colla Micheri 162 m Monte Chiappa 541 m arrivo ad Andora - Dislivello 700 m - Tempo complessivo ore 6.30 - **Difficoltà:** **E**

Capigita: *Giampiero Salomone (AE)* - **Organizzazione** *TAM*

24 maggio

Percorso ad anello sulle colline di Avigliana - Val di Susa "TO"

Partenza ed arrivo da Avigliana, piazza dei Bertassi 383 m, Mortera 633 m, Fonte di San Francesco, Case Santo Stefano, Ecomuseo Dinamitificio Nobel 323 m - Dislivello 300 m Tempo complessivo ore 4,00 - **Difficoltà:** **T**.

In collaborazione con la GEB del Cai Torino e Arnaldo Reviglio (CAI di Avigliana)
Capigita: Lodovico Marchisio (AE), Giampiero Salomone (AE) - Organizzazione TAM

24 maggio **Laghi di Valscura - rifugio Questa 2.402m - Valle Gesso "CN"**
Partenza da: Terme di Valdieri 1.370m - Dislivello: 1.040m - 22 km - Tempo: ore 6 **Difficoltà:**
E - Attrezzatura: pedule, bastoncini - Percorso ad anello: Pian del Valasco (rifugio omonimo),
rifugio Questa, lago inferiore di Valscura, lago del Claus e lago delle Portette. Ritorno per il
vallone del Prefouns.

Capigita: Franca Dalla Valle, Roberto Novaro - Organizzazione Commissione Gite

31 maggio **Colle del Colombardo 1898 m - Val di Susa "TO"**
La meraviglia delle fioriture primaverili - Partenza ed arrivo da Lajetto 950 m, Colle di
Colombardo 1898 m - Dislivello 950 m - Tempo complessivo ore 6,00 - **Difficoltà: E.**
Capigita: Michele D'Amico, Claudio Maseri (ASE) - Organizzazione Tam

7 giugno **Anello e lago di Cristol 2240 m - Val Clarè "Francia"**
Località di partenza ed arrivo Nevache 1615 m, cascate di Fontcouverte 1850 m, rifugio Buffere
2076 m, lago di Cristol 2240 m - Dislivello 800 m - Tempo complessivo ore 6,00 **Difficoltà: E**
Capigita: Lorenzo Barbì (IA), Mario Placenza (ASE) - Organizzazione Tam

14 giugno **Nel Parco del Monte Avic - "AO"**
Giornata Nazionale dei Parchi "Camminaparchi" Escursione in un ambiente ricco di laghi nella
valle di Champorcher e di Champdepraz con partenza ed arrivo nella frazione di Mont Blanc
1635 m, Col Mezove 2613 m - Dislivello 980 m - Tempo complessivo ore 6,30 - **Difficoltà: E**
Capigita: Vittorio Zeppa (ASE), Roberta Cucchiaro (AE) - Organizzazione Tam

14 giugno **Corno Bussola 3.023m - Val D'Ayas "AO"**
Partenza da: Estoul - Dislivello: 1.300m c.a. - Tempo: ore 7,00 a/r - **Difficoltà: EE** (alcuni
brevissimi tratti attrezzati) - Attrezzatura da escursionismo - Dalla cima panorama verso il
Monte Rosa e il Cervino - Partecipanti: min 15 max 25
Capigita: Alessandro Mancuso, Enrico Muraro - Organizzazione: Commissione Gite

20-21 giugno **Saint Rhemy - Hospice du Gran st Bernard "AO"**
Partenza da Saint Rhemy - Dislivello: 1° giorno +850m - 2° giorno discesa circa 32km ore 7/8
più soste - **Difficoltà: E** - Gita in Treno/autobus - Attrezzatura da Escursionismo leggero Un
lungo cammino che percorre un valico fra i più antichi d'Europa fra aspre e grandiose montagne.
Capigita: Emilio Botto, Valeria Aglirà (ASE - ORTAM) - Organizzazione: Commissione Gite

21 giugno **Traversata dalla Val Chisone alla Val di Susa - "TO"**
Partenza da Balboutet 1557 m, Colle dell'Assietta e Gran Serin 2640 m, arrivo Frais 1490 m
Dislivello in salita 1100 m, in discesa 1150 m - Tempo complessivo ore 6,00 - **Difficoltà E.**
Capigita: Michele D'Amico, Beppe Gavazza (ASE - ORTAM) - Organizzazione Tam

28 giugno **Rifugio Migliorero e Lago Ischiator di mezzo 2386 m - "CN"**
Valle Stura di Demonte con partenza ed arrivo da Besmorello di Bagni di Vinadio 1488 m, Lago

Ischiator di mezzo 2386 m - Dislivello 900 m - Tempo complessivo ore 6,00 - **Difficoltà: E.**
Capigita: Mario Placenza (ASE), Vittorio Zeppa (ASE) - Organizzazione Tam

5 luglio Anello Laghi di Bellagarda 2236 m - Valle dell'Orco "TO"
Anello tra boschi maestosi e visioni incomparabili sul versante piemontese del Gran Paradiso e sulle Levanne - Partenza ed arrivo Ceresole Reale, Località Fonte Ferruginosa 1500 m laghi di Bellagarda 2236 m - Dislivello 750 m - Tempo complessivo ore 5,00 - **Difficoltà: E**
Capigita: Lorenzo Barbiè (IA), Beppe Gavazza (ASE - ORTAM) - Organizzazione Tam

5 luglio Monte Oserot 2.861 m - Val Maira "CN"
Partenza da: parcheggio Colle Preit (2.076 m) - Dislivello: 900 m - Tempo: ore 3 - **Difficoltà: EE**
Attrezzatura: Normale abbigliamento escursionistico da media montagna - Partecipanti: min 15 max 30.
Capigita: Antonio Parisi (ASE), Francesco Fiore - Organizzazione: Commissione Gite

12 luglio Monte Giusalet 3.312 m - Val di Susa "TO"
Partenza da: Mulatera - quota 1.850 m circa - Dislivello: 1.470 m - Tempo: ore 4,30 (andata)
Difficoltà: EE - Fratello minore del Rocciamelone, ma di impegno non inferiore. Attrezzatura da montagna, calzatura alta e bastoncini raccomandati - Partecipanti: min 10 max 20.
Capigita: Francesco Fiore, Sandro Siroto (ASE) - Organizzazione: Commissione Gite

12 luglio Col Chardonet 2638 m - Hautes Alpes "Francia"
Partenza ed arrivo da Pont de l'Alp 1710 m, Col Chardonet 2638 m - Dislivello 950 m - Tempo complessivo ore 6,00 - **Difficoltà: E.**
Capigita: Beppe Borione (ASE), Daria Fava (ASE) - Organizzazione Tam

19 luglio Sui sentieri di Anna ai Laghi Palasina - Val d'Ayas "AO"
Partenza ed arrivo da Estoul 1815 m, Lago della Battaglia 2487 m, Lago Lungo 2632 m, Colle Palasina 2668 m - Dislivello 850 m - Tempo complessivo ore 5,30 - **Difficoltà: E.**
Capigita: Vittorio Zeppa (ASE), Gabriella Vercellone - Organizzazione Tam

19 luglio Monte Thabor 3.178 m - Valle Stretta "Francia"
Partenza da: Névache - Dislivello: 1.400m - Tempo: ore 4 - **Difficoltà: E** - Attrezzatura da escursionismo - Montagna delle Alpi Cozie in territorio francese dal 1947 è situata tra il comune di Valmeinier nel dipartimento della Savoia ed il comune di Névache nel dipartimento delle Alte Alpi. Partecipanti: min 10 max 20.
Capigita: Maurizio Carpentieri, Roberto Gagna - Organizzazione: Commissione Gite

26 luglio Punta Ramiere 3.303m - Valle Argentera
Partenza da: Baite Argentera - Dislivello: 1.400m - Tempo: ore 4 - Attrezzatura da escursionismo
Bella punta isolata tra la Val Thuras e la valle Argentera, ampio panorama dalla cima
Difficoltà: EE - Partecipanti: min 15 max 25.
Capigita: Enrico Muraro, Roberto Novaro - Organizzazione: Commissione Gite

26 luglio Pointe de Lanserlia 2909 m - Maurienne "Francia"
Nel Parc National de la Vanoise con partenza ed arrivo da parking Bellecombe 2307 m, Pointe

de Lanserlia 2909 m - Dislivello 620 m - Tempo complessivo ore 5,00 - **Difficoltà: E**
Capigita: Beppe Borione (ASE), Daria Fava (ASE) - Commissione Tam

2 agosto **Becca d'Aver 2469 m - Valtournanche "AO"**

Escursione sullo spartiacque tra la Valtournanche e la Val di San Barthelemy - Partenza ed arrivo da Septumian 1673 m, Becca d'Aver 2469 m - Dislivello 800 m - Tempo complessivo ore 6,00 - **Difficoltà: E.**

Capigita: Vittorio Zeppa (ASE), Gabriella Vercellone - Commissione Tam

6 settembre **Rifugio Delfo ed Agostino Coda 2280 m - Val di Gressoney "AO"**

Partenza ed arrivo da Fontainemore 1482 m, Rifugio Delfo ed Agostino Coda 2280 m - Dislivello 800 m - Tempo complessivo ore 5,30 - **Difficoltà: E.**

Capigita: Mario Placenza (ASE), Efsia Marras - Commissione Tam

6 settembre **Passo dell'Ometto 2.618 m - Val Grande di Lanzo**

Alla scoperta del vallone di Sea con partenza da: Forno Alpi Graie - Dislivello: 1.400 m Tempo: ore 4 - **Difficoltà: E** - Attrezzatura da escursionismo - In occasione dell'evento Val Grande In Verticale percorriamo il sentiero 309 appena ripristinato - Partecipanti: min 15 max 25.

Capigita: Roberto Gagna, Franca Dalla Valle - Organizzazione: Commissione Gite

13 settembre **Sentiero balcone della Rocca Bianca - Val Germanasca "TO"**

Partenza dalla stazione superiore seggiovia 13 laghi 2477 m, arrivo Prali 1455 m - Dislivello in salita 200 m, in discesa 1200 m - Tempo complessivo ore 6,00 - **Difficoltà: E.**

Capigita: Efsia Marras, Mario Placenza (ASE) - Commissione Tam

20 settembre **Alpe Missirola 1462 m - Val Grande di Lanzo "TO"**

Partenza ed arrivo da Chialamberto 850 m, Alpe Missirola 1462 m - Dislivello 650 m - Tempo complessivo ore 5,00 - **Difficoltà: E.**

Capigita: Michele D'Amico, Mario Placenza (ASE) - Commissione Tam

20 settembre **Monte Scaletta 2.840 m - Val Maira "CN"**

Partenza da: Stupinigi - Dislivello: 1.150m ca - 15,2 km - Tempo: 6/7 ore - **Difficoltà: EE.** Attrezzatura da escursionismo + pila frontale, imbrago, cordino e moschettone per i tratti attrezzati - Itinerario ad anello che presenta tratti aerei per escursionisti esperti. Partecipanti: min 10 max 20.

Capigita: Luciano Origlia (AEI), Mauro Marino - Organizzazione: Commissione Gite

26-27 settembre **Fine settimana alla Capanna Saracco, Volante - Val Tanaro "CN"**

Alla scoperta del Marguareis con il nostro Gruppo Speleologico Piemontese - Partenza da: Carnino (Val Tanaro) - Programma da definire - **Difficoltà: E.** - Attrezzatura da escursionismo - Partecipanti: min 10 max 20.

Capigita: Roberto Gagna - Organizzazione: Commissione Gite

27 settembre **Punta Clotesse 2.857 - Alta Val Susa**

Partenza da: Parcheggio chiesetta Cotelivier - Dislivello: 850m - Tempo: ore 3/4 - **Difficoltà: EE** - Attrezzatura: Normale abbigliamento escursionistico da media montagna. Partecipanti: min 15 max 30.



Escursionismo



1913 UGET 2020

Capigita: Antonio Parisi (ASE), Gianni Chiamberlando - **Organiz.:** Commissione Gite.

27 settembre **Anello rifugio Barfé 1220 m - Valle d'Angrogna "TO"**

Partenza Chiot d' l'Aiga 830 m, arrivo Ponte Barfé 841 m - Dislivello 500 m - Tempo complessivo ore 5,00 - **Difficoltà:** E.

Capigità: Mario Placenza (ASE), Mara Piccinin - **Commissione Tam**

4 ottobre **Da Monesi di Triora 1380 m a La Brigue 770 m**

A Cavallo tra la Liguria di Ponente "Imperia" e la Val Roya "Francia" con partenza da Monesi di Triora 1.380 m, Monte Tanarello 2094 m, Monte Saccarello 2.200 m, arrivo La Brigue 770 m Dislivello in salita 850 m, in discesa 1450 m - Tempo complessivo ore 6.30 - **Difficoltà:** E.

Capigita: Giampiero Salomone (AE) - **Commissione Tam**

11 ottobre **Giro dei laghi del Lausfer - Valle Stura di Demonte "CN"**

Partenza ed arrivo da Sant'Anna di Vinadio 2.010 m - Dislivello 550 m - Tempo complessivo ore 5,00 - **Difficoltà:** E.

Capigita: Rita Ponsetto (ASE), Maria Grazia Vaudagna (ASE) - **Commissione Tam**

11 ottobre **Monte Massone e Monte Eyenhorn 2.161 m - Valle Strona "VCO"**

Lago Maggiore con partenza da: Alpe Quaggione "Val Strona" - Dislivello: 1.100 m Tempo: ore 7,5 - **Difficoltà:** E - Attrezzatura da Escursionismo - Ad una salita ripida su prati segue un lungo percorso di facile cresta, con vista sui Lago Maggiore e Orta e vari 4000; discesa su percorso diverso, chiudendo l'anello. Partecipanti: min 15 max 35.

Capigita: Guido Scarnera (AE), Franca Dalla Valle - **Organizzazione:** Commissione Gite

18 ottobre **Punta Tempesta 2.679 m - Valle Maira "CN"**

Partenza da: Santuario di Castelmagno Dislivello: 920 m c.a. - Tempo: ore 6 - **Difficoltà:** EE Attrezzatura da escursionismo. Escursione in vallone ampio. Dalla cima panorama verso le Alpi Liguri. Partecipanti: min 15 max 25.

Capigita: Alessandro Mancuso, Maurizio Carpentieri - **Organizzazione:** Commissione Gite

18 ottobre **Sentieri riscoperti in Val d'Ala - Valli di Lanzo "TO"**

Un anello sull'"endret" (il lato soleggiato) della bassa Val d'Ala lungo sentieri recuperati dal CAI di Lanzo - Partenza ed arrivo da Bracchiello 875 m - Dislivello 300 m. Tempo complessivo ore 4,00. **Difficoltà:** E. - In collaborazione con la Sezione Cai di Lanzo

Capigita: Roberta Cucchiaro, Ezio Sesia - **Commissione Tam**

25 ottobre **Anello di Frabosa, un sentiero recuperato dalla TAM "CN"**

Escursione di chiusura della stagione e pranzo conviviale - Dislivello 300 m - Tempo complessivo ore 3,00 - **Difficoltà:** E.

Capigita: Beppe Borione (ASE), Daria Fava (ASE) - **Commissione Tam**

24-25 ottobre **Festa di Chiusura Gite - Località da definire**

Capigita: Tutti - **Organizzazione:** Commissione Gite



Escursionismo Invernale

“Racchette da neve”

1913  2020

Le racchette da neve sono il mezzo più semplice per muoversi sulla neve: un modo per continuare a camminare in montagna anche d'inverno. 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. 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 ARTVA, pala e sonda (e ovviamente saperli usare!), deve conoscere almeno i meccanismi principali dei fenomeni valanghivi e deve essere informato sulle condizioni nivo-meteorologiche del 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 alla data della gita stessa**.

La Commissione Gite, per le gite invernali, dispone di attrezzatura propria specifica (alcuni ARTVA pale e sonde) per i partecipanti sprovvisti o che desiderino provare alcune nuove esperienze in montagna, prima di effettuare l'acquisto

12 gennaio Punta Leretta 2.051m - Valle del Lys “AO”

Partenza da: Plan Cumarial 1.445m (Fontainemore - AO) - Dislivello: 650 m circa - Tempo: ore 2,5 solo salita - ore 4 totale - **Difficoltà: EI** - Attrezzatura da escursionismo invernale con racchette. Salita tra boschi e alpeggi e per facile cresta finale ad una panoramica cima della Alpi Biellesi. Possibilità di percorso ad anello - Partecipanti: min 15 max 40.

Capigita: Guido Scarnera (AE), Luciano Origlia (EAI)

26 gennaio Le Grand Lac 2.450 m - Briançon “Francia”

Partenza da: Le Pont de l'Alpe 1.700m - Dislivello: 750m D+ - Tempo: ore 6 - **Difficoltà: EI. MR** - Attrezzatura da escursionismo Invernale, racchette, ARTVA, pala e sonda - Gita in ampi spazi che conduce ad un piccolo alpeggio che domina il Grand Lac con vista stupenda fino al colle della Ponsonniere - Partecipanti: min 10 max 25.

Capigita: Roberto Novaro, Ivano Gauna (EEA)

9 febbraio Notte in tenda a rifugio Guido Rey 1.760 m - Alta Val di Susa

Partenza da: Beaulard - Dislivello: 600m al rifugio - **Difficoltà: EI** - Attrezzatura da escursionismo Invernale racchette bastoncini ARTVA, pala, sonda e sacco lenzuolo - Cena e pernottamento al rifugio Guido Rey o in tenda come in un vero campo base. Tenda, materassino e sacco a pelo saranno messi a disposizione gratuitamente da **FERRINO OUTDOOR** - Partecipanti: min 15 max 25.

Capigita: Roberto Gagna, Emilio Botto

Escursionismo Invernale

“Racchette da neve”



1913  2020

23 febbraio **Poggio Tre Croci 2.117 m - Valle del Rho / Bardonecchia “TO”**
Partenza da: Borgo Vecchio Bardonecchia (1.330 m) - Dislivello: 787m - Tempo: ore 2,30/3,00 - **Difficoltà: EI.** - Attrezzatura da escursionismo invernale, racchette, bastoncini ARTVA, pala e sonda - Dal Colle si potrà ammirare un ampio e vasto panorama, il ritorno si svolgerà sul tracciato di salita. Partecipanti: min 10 max 20.
Capigita: Maurizio Carpentieri, Alessandro Mancuso

8 marzo **Bric Rutund 2.492 m - Val Varaita “CN”**
Partenza da: Chiazale - Dislivello: 754m - Tempo: ore 3 - **Difficoltà: EI** Attrezzatura da escursionismo invernale - racchette da neve - bastoncini - Facile escursione attraverso rado bosco e ampi pendii. Dalla cima superbo panorama sulle cime dell'alta valle Varaita di Bellino. Partecipanti: min 10 max 20.
Capigita: Mauro Marino, Enrico Muraro

22 marzo **Monte Zerbion 2.720 m - Valtournenche “AO”**
Partenza da: Promiod (Châtillon, AO) - Dislivello: 1.220m - Tempo: ore 4 - **Difficoltà: EI.** Attrezzatura: Racchette da neve, ARTVA, pala, sonda, ramponi e picozza - Gita impegnativa per ciaspolatori esperti e ben allenati. Partecipanti: min 8 max 16.
Capigita: Peppe Pampalone, Antonio Parisi (ASE)

Sull'Etna



Ciaspolando sull'Etna



Nei pressi del rifugio Toesca



Alpinismo e vie ferrate

1913 UGET 2020

La Commissione Gite, per le gite alpinistiche, dispone di attrezzatura collettiva (corde e chiodi da ghiaccio, per le gite su ghiacciaio, radio, GPS, ecc) e di qualche capo di attrezzatura personale (imbracature, set da ferrata, piccozze, ramponi, caschi) disponibile per i partecipanti sprovvisti o che desiderino provare alcune nuove esperienze in montagna, prima di effettuare l'acquisto.

Il percorso di avvicinamento alla progressione su vie ferrate: 3 uscite in tre sabati primaverili e 2 uscite in due sabati autunnali, nelle ferrate facili e raggiungibili agevolmente che sono presenti nella val di Susa e dintorni. I percorsi che noi proponiamo sono per "principianti delle ferrate", concepiti per essere percorsi anche da principianti in autonomia, e quello che proponiamo è un accompagnamento propedeutico.

Le date:

sabato 28 marzo - sabato 4 aprile - sabato 18 aprile
sabato 14 novembre - sabato 21 novembre

Le possibili destinazioni saranno scelte in base alle condizioni stagionali.

Responsabili: gli accompagnatori della Commissione Gite Escursionismo

10 maggio

Gorge de la Durance 1.140 m - Les Vigneaux "Francia"

Nella Provence - Cote d'Azur con partenza da: Les Vigneaux, L'Argentiere-la-Bessée
Dislivello: 240m - Sviluppo ferrata 1.000 m - Tempo: della ferrata ore 3/3,50 - **Difficoltà: TD**
Attrezzatura da ferrata: casco, imbrago, set da ferrata con dissipatore, rinvio corto - Itinerario molto atletico e lungo con difficoltà D+/MD - Partecipanti: min 10 max 20.

Capigita: Mauro Marino, Ivano Gauna (EEA)

16-17 maggio

AGGIORNAMENTO TECNICO SU GHIACCIO

Fine settimana di aggiornamento per capicordata e partecipanti ad escursioni su ghiacciaio.

7 giugno

Ferrata Casimiro 1.700 m - Val di Rhemes "AO"

Partenza da: Chavaney (Rhemes Notre Dame) 1.700m - Dislivello: 350m - Tempo: ore 3
Difficoltà: EEA (AD) - Attrezzatura da ferrata, casco, imbrago, set da ferrata. Dedicata a Casimiro Therisod, prima guida della valle. Varia, emozionante e panoramica. Partecipanti: min 10 max 30.

Capigita: Roberta Cucchiaro (AE), Franca Dalla Valle

20-21 giugno

Becca di Gay 3.621m - Valle Orco "TO"

Partenza dalla diga di Teleccio - Dislivello: 1.400m + 300 m - Tempo: 1° Giorno (dalla Diga di Teleccio al Rifugio Pontese 2.217m) ore 1,30 - 2° Giorno (dal rifugio alla vetta) ore 4; discesa ore 5 - **Difficoltà: A - PD**. Attrezzatura da alpinismo. Partecipanti: min 15 max 20. **Capigita: Ivano Gauna (EEA), Luciano Origlia (EAI)**

Alpinismo e vie ferrate



1913  2020

27-28 giugno Gran Serra 3.552 m - Valle di Cogne "AO"

Partenza da: Valnontey - Dislivello: 1° giorno: 900 m; 2° giorno: 1.000 m - Tempo: 1° g.: Ore 2,30 - 2° g.: Ore 3,30 - **Difficoltà: EE/F+** - Attrezzatura: Ramponi, Piccozza, Casco, Ghettoni, Abbigliamento da alta montagna. Gita nel cuore del parco del Gran Paradiso questa montagna ci permetterà di vederne le bellezze - Partecipanti: min 15 max 20. **Capigita: Stefano Regis, Luciano Origlia (EAI)**

4-6 luglio Punta D'Arbola 3.235 m + Blinnenhorn 3.375 m - Val Formazza

Partenza da: Riale "VCO" - Dislivello: 800 m + 1.100 m + 700 m - Tempo ore 2,50 + ore 7 + ore 5 - **Difficoltà: EEA/F** - Attrezzatura da ghiacciaio - Alpinismo "classico" sulle maggiori cime dell'alta Val Formazza, tra laghi e ghiacciai. Salita alla P. d'Arbola e al più facile Blinnenhorn con percorso di cresta. Giro ad anello - Partecipanti: min 15 max 30. **Capigita: Guido Scarnera (AE), Sandro Siroto (ASE)**

19 luglio Piramide Vincent 4.215 m - Valle del Lys "AO"

Partenza da: Gressoney-la-Trinitè - Dislivello: 940 m - Tempo: dalla funivia di Punta Indren ore 3,5; discesa ore 2,5 - **Difficoltà: A - F** - Attrezzatura da ghiacciaio - Una classica e gratificante salita alla cima di un 4000 del gruppo del Monte Rosa - Partecipanti: min 15 max 20. **Capigita: Ivano Gauna (EEA), Francesco Fiore**

5-6 settembre Argentera Cima Nord 3.286 m - Valle Gesso "CN"

Partenza da: Terme Di Valdieri 1.370 m - Dislivello: 1.000m + 1.000 m - Tempo: ore 3 + ore 4 solo salita - Pernottamento al Rifugio Buzzi-Morelli - **Difficoltà: A/F+** - Attrezzatura da montagna + Casco, Imbrago, Cordini e Moschettoni. Dalla cima panorama sul gruppo dell'Argentera e Alpi Marittime - Partecipanti: min 10 max 25. **Capigita: Roberto Novaro, Alessandro Mancuso**

12-13 settembre Corno Bianco 3.320 m - Val Vogna "VC"

Partenza da: Sant'Antonio (Riva Valdobbia) - Dislivello: 1°giorno: disl. 820 m ore 3 2°giorno: disl. 1.120 m ore 8 complessive - **Difficoltà: F** - Attrezzatura: abbigliamento escursionistico da media montagna - Itinerario impegnativo per il quale occorre una buona forma fisica e ottimo meteo - Partecipanti: min 10 max 15. **Capigita: Sandro Siroto (ASE), Gianni Chiamberlando**

4 ottobre Via Ferrata N. Ciardelli al Bourcet 1400 m - Val Chisone "TO"

Vallone del Bourcet con partenza da: Roure - Sviluppo ferrata 400 m; Avvicinamento 200 m Tempo: ore 2:30 - **Difficoltà: EEA (Ferrata D)** - Attrezzatura da ferrata - Ferrata molto articolata con tratti verticali, traversi, cenge, ponti e qualche passaggio atletico - Partecipanti: min 12 max 20. **Capigita: Ivano Gauna (EEA), Roberto Novaro**

11-14 aprile

Sulle vie Etrusche nel triangolo del tufo - Toscana

da Sorano ad Orbetello - Dislivello: quasi nullo - **Difficoltà: T** - Gita in pullman - Nel triangolo del tufo ricco di testimonianze archeologiche lungo bellissime vie cave e soggiornando in paesi ricchi di fascino, storia ed arte. **Capigita: Emilio Botto, Valeria Aglirà (ASE - ORTAM), Maurizio Carpentieri - Organizzazione: Commissione Gite**

25 aprile - 2 maggio

Trekking "Gargano, la montagna sacra" - Puglia

8 giorni, viaggio in treno, pernottamenti in hotel a Vieste - In collaborazione con Accompagnatori Escursionistici locali - Iscrizioni da giovedì 23 gennaio
Capigita: Mario Placenza (ASE) - Organizzazione: Tam

30 maggio-7 giugno

Trekking Isole Azzorre 2.351m - Isole del Portogallo

Dislivello: Max. 1.100m (Salita al Pico facoltativa) - **Difficoltà: T, E, EE** - Gita in Aereo e Autobus Attrezzatura da escursionismo - Paradiso indiscusso per gli amanti del trekking, queste isole offrono un turismo di qualità - Partecipanti: min 20 max 30 - Iscrizioni da inizio Gennaio.
Capigita: Ivano Gauna (EEA), Luciano Zanon (AE) - Organizzazione: Commissione Gite

16-21 giugno

Trekking "I Monti del lago di Garda"

6 giorni, viaggio in autobus, pernottamenti in hotel - In collaborazione con Accompagnatori Escursionistici locali - Iscrizioni da giovedì 23 gennaio.
Capigita: Michela Giannetta (ASE) - Organizzazione: Tam

10-12 luglio

Trekking "Parco Orsiera - Rocciavré"

Un Parco a due passi da Torino, 3 giorni, tra Val di Susa e Val Chisone, viaggio in auto, pernottamenti nei rifugi Toesca e Selleries - Iscrizioni da giovedì 7 a giovedì 30 maggio
Capigita: Michele D'Amico, Mario Placenza (ASE) - Organizzazione: Tam

2-8 agosto

Trekking Gruppo delle Tofane - Dolomiti

Partenza da: Passo Falzarego - Dislivello: Max. 1.100m - Tempo: Dalle 4 alle 6 ore - **Difficoltà: EEA** Gita in Autobus - Attrezzatura da escursionismo attrezzato - Trekking su vie ferrate e sentieri attrezzati. Partecipanti: min 18 max 26 - **Capigita: Ivano Gauna (EEA), Mauro Marino - Organizzazione: Commissione Gite**

25-31 agosto

Trekking "Dolomiti di Brenta e Val di Sole"

7 giorni, viaggio in autobus, pernottamenti in hotel - In collaborazione con Accompagnatori Escursionistici locali - Iscrizioni dal 23 gennaio
Capigita: Michela Giannetta (ASE) - Organizzazione: Tam

28-30 agosto

Giro del Rutor 2.860 m - Valgrisenche; Haute Tarantaise; La Thuile

Partenza da: Planaval (Valgrisenche) - Dislivelli: circa 1.200 m al giorno - **Difficoltà: EE** Abbigliamento da media montagna - Trekking lungo tratti del famoso "Tor des Geants". Partecipanti: min 15 max 20 - **Capigita: Stefano Regis, Luciano Origlia (EAI) - Organizzazione: Commissione Gite**

3-10 settembre

Trekking "Pollino Orsomarso" - Un viaggio nel regno di Apollo

Un parco tra due mari, un parco tra due regioni - 8 giorni viaggio con volo aereo, pernottamenti in hotel - In collaborazione con Accompagnatori Escursionistici locali
Iscrizioni dal 23 gennaio - **Capigita: Beppe Gavazza (ASE) Organizzazione: Tam**

Scuola di Alpinismo e Arrampicata "Alberto Grosso"



1913 UGET 2020

Trent'anni fa nasceva, all'interno del Cai UGET, la scuola di alpinismo "Alberto Grosso", naturale evoluzione dei corsi di alpinismo e arrampicata svolti, fin dal lontano 1984, dall'allora Gruppo Giovanile. La scuola è sorta con l'obiettivo di formare individui rispettosi dell'ambiente montano e di fornire le nozioni e le tecniche necessarie ad affrontare in autonomia e sicurezza le attività alpinistiche.

Con il trascorrere degli anni, l'evoluzione e l'aggiornamento della scuola sono stati costanti: nel 1989 viene attivato il corso di cascate di ghiaccio, tra i primi a sorgere in Piemonte; nel 2000 viene inaugurato il primo corso di arrampicata libera e nel 2012 prende forma il progetto "gioco arrampicata" rivolto ai giovanissimi soci, in collaborazione con la Commissione Alpinismo Giovanile.

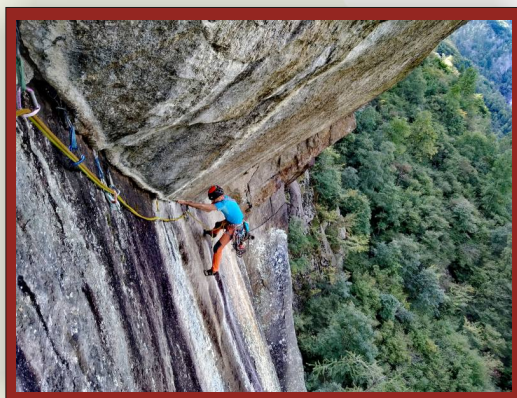
Recentemente il crescente interesse del pubblico verso l'arrampicata ha portato ad inserire, in ogni corso, elementi didattici specifici di questa disciplina e, nel 2016, la scuola ha assunto la denominazione di "Scuola di alpinismo e arrampicata Alberto Grosso".

Inoltre, per meglio ottimizzare l'apprendimento delle varie tecniche, da quest'anno, il percorso didattico proposto dalla scuola prende avvio con il corso di arrampicata libera, seguito da quello di cascate, a cui succede quello di tecnica di roccia, per concludersi con quello di alpinismo. La scuola è composta da un organico di più di trenta istruttori, nazionali, regionali e sezionali, sia di alpinismo, sia di arrampicata libera che con passione ed entusiasmo propongono la frequentazione della montagna in molteplici suoi aspetti. I corsi sono aperti agli allievi di tutti i livelli; è richiesto un certificato medico di idoneità all'attività sportiva e l'età minima per partecipare è di 16 anni; per i minorenni sono previste agevolazioni economiche.

Gli allievi che frequentano il percorso didattico con continuità, dimostrano buone capacità tecniche e attitudine all'insegnamento possono entrare a far parte dell'organico della scuola, dapprima come aspiranti istruttori e successivamente, se ritenuti idonei, come istruttori.



Tour Ronde



Mikakadi, traverso sotto il tetto



Scuola di Alpinismo e Arrampicata "Alberto Grosso"

1913  2020

CORSO DI GINNASTICA PRESCIISTICA E PREALPINISTICA (ottobre 2019 - 30 aprile 2020)

Il corso ha la funzione di favorire il mantenimento della forma fisica durante il periodo meno favorevole alla pratica dell'attività outdoor ed è rivolto a tutti i soci Cai. Si svolge nella palestra "S.Giulia" (piazza S.Giulia angolo via Balbo) il lunedì e il giovedì negli orari 19-20 e 20-21 con la collaborazione di un'insegnante Suism. Le iscrizioni si effettuano direttamente in palestra e la frequenza può essere di una o due lezioni settimanali. Particolari condizioni economiche sono riservate agli allievi che frequentano altri corsi della scuola, alle coppie e agli under 40.

32 ° CORSO DI CASCATE DI GHIACCIO (gennaio - febbraio 2020)

Presentazione giovedì 9 gennaio ore 21 in sede

Apertura iscrizioni lunedì 6 gennaio 2020 via email: corsocascate@caiugetalp.com
Il corso prevede l'apprendimento della tecnica di "piolet-traction" e le manovre di progressione e assicurazione su cascate di ghiaccio. Si svolge su quattro uscite, di cui due di due giorni, nelle montagne piemontesi, valdostane e del Briançonnais; in caso di condizioni di ghiaccio favorevoli, si potrà anche provare l'esperienza del "dry-toolig". Sono anche previste lezioni teoriche di glaciologia, neve e valanghe e tecnica di ghiaccio.

35° CORSO DI TECNICA DI ROCCIA (febbraio - aprile 2020)

Presentazione lunedì 10 febbraio ore 21 in sede

Apertura iscrizioni giovedì 6 febbraio 2020 via email: corsoroccia@caiugetalp.com
Il corso ha lo scopo di iniziare all'arrampicata su roccia, approfondendo oltre alla tecnica, tutte le manovre e l'uso dei materiali. Si suddividerà in due parti e si svolgerà in Piemonte, Liguria e Valle d'Aosta, sia in falesie con monotiri, sia su vie lunghe ed è propedeutico al corso di alpinismo. Al termine della prima parte, in cui si apprendono le nozioni base, sarà effettuata una selezione dei partecipanti in base alla loro attitudine ed al numero di posti disponibili.

Scuola di Alpinismo e Arrampicata “Alberto Grosso”



1913 UGET 2020

“GIOCO ARRAMPICATA”

L'attività viene svolta dal gruppo di Alpinismo giovanile, con cui la nostra scuola collabora, ed è rivolta a ragazze e ragazzi dagli 8 ai 14 anni, con lo scopo di stimolarli ed indirizzarli all'arrampicata. Si sviluppa all'aperto, nel corso di uscite in ambiente naturale (falesie), dove i ragazzi potranno arrampicare e sviluppare le proprie abilità motorie. L'attività non ha nessun costo; è necessaria solamente l'iscrizione al Cai che garantisce la copertura assicurativa per l'attività, il prestito di imbragatura e caschetto e l'utilizzo di materiale comune; non sono comprese le spese di viaggio che sono a carico dei genitori. Per informazioni: corsoragazzi@caiugetalp.com; le iscrizioni alle singole uscite possono essere fatte via email, almeno tre giorni prima, all'indirizzo gillienzo1@tin.it

34° CORSO DI ALPINISMO (maggio - luglio 2020)

Presentazione giovedì 7 maggio ore 21 in sede

Apertura iscrizioni giovedì 30 aprile 2020 via email: corsoalpinismo@caiugetalp.com e chiusura il 7 maggio, in concomitanza della presentazione. Il corso è riservato a coloro che hanno frequentato i corsi precedenti e vogliono mettere in pratica, su terreni di media e alta montagna, le conoscenze e le tecniche acquisite. Parimenti è aperto anche a chi, già frequentando la montagna, voglia approfondire le tecniche di progressione e assicurazione per affrontare in sicurezza salite su roccia e ghiaccio. Sono previste lezioni teoriche in sede e lezioni pratiche in palestra per apprendere le manovre di autosoccorso; durante il corso, in presenza di condizioni idonee, si effettueranno arrampicate su roccia in quota e salite di cime (possibilmente un 4000).

22° CORSO DI ARRAMPICATA LIBERA (settembre - dicembre 2020)

Maggiori informazioni riguardanti le date di questo corso saranno disponibili sul “**Volantino Scuola A.Grosso**” pubblicato a fine giugno 2020. Iscrizioni via email: corsoarrampicata@caiugetalp.com

Il corso si rivolge ai soci Cai che desiderano apprendere le tecniche per arrampicare in sicurezza da primi di cordata, migliorando il proprio livello; possono iscriversi sia coloro che desiderano imparare a scalare da primi di cordata (**percorso BASE**), sia coloro che vogliono migliorare il proprio livello (**percorso AVANZATO**). Entrambe i percorsi prevedono lo svolgimento di lezioni teoriche in sede, lezioni pratiche presso palestre indoor e uscite in falesie in Piemonte, Valle d'Aosta e Liguria.

Come sempre per la partecipazione alle gite raccomandiamo la lettura delle Norme Regolamentari che si trovano sul sito nella sezione "Partecipare". Ricordiamo che i capigita accetteranno l'iscrizione alle gite, in particolare per quelle un po' più impegnative della seconda parte della stagione, in funzione della frequentazione dell'attività del gruppo e della preparazione fisica e tecnica dei partecipanti. Le informazioni organizzative e le descrizioni tecniche di dettaglio saranno regolarmente trasmesse dalla nostra segreteria agli iscritti alla gsa-list e pubblicate sul sito: www.caiuget.it/gsa.

CALENDARIO 2019-2020

1 dicembre 2019 **Alla ricerca della prima neve** - Destinazione a sorpresa
Capigita: Cristina Calasso, Cecilia Torelli, Michele Giordano

15 dicembre 2019 **Galehorn 2797 m** - Valle Ossola
Da Engloch 1800 m - Dislivello 1000 m - **Difficoltà: BS**
Capigita: Spartaco Bertoglio, Marco Centin, Stefano Oldino

29 dicembre 2019 **Gita di Fine Anno** - Valle di Susa
Destinazione a sorpresa e pranzo sociale
Capigita: Silvia Previale, Orfeo Corradin, Guido Petrino

5 gennaio 2020 **Tête de Raisins 2655 m** - Valle della Durance
Da les Roberts 1413m (Freissinières) - Dislivello 1250 m - **Difficoltà: BS**
Capigita: Tea Geraci, Guido Borio, Alberto Torazzo

19 gennaio 2020 **Testa dei Frà 2817 m** - Valdigne
Da Morge (La Salle) 1625m - Dislivello 1200 m - **Difficoltà: BS**
Capigita: Walter Actis, Giovanni Buffa, Lorenzo Cerutti

2 febbraio 2020 **Punta Palasina 2782 m** - Valle d' Ayas
Traversata da Estoul 1818m a Mascognaz 1810 - Dislivello 1000 m - **Difficoltà: BS**
Capigita: Valeria Aglirà, Cecilia Torelli, Marco Centin

16 febbraio 2020 **Becco Costazza 3092 m** - Valli di Aosta
Traversata da Grand-Mont Blanc 1645m a Lillaz 1611m - Dislivello: 1450 m - **Difficoltà: BS**
Capigita: Lorenzo Cerutti, Roberto Fullone, Enrico Leinardi, Guido Petrino

1° marzo 2020 **Bec di Nana 3010 m** - Valli di Aosta
Traversata da Chamois 1810 m a Saint-Jacques 1697 m - Dislivello 1200 m - **Difficoltà: BS**
Capigita: Spartaco Bertoglio, Renato Poro Marchetti, Livio Topini

Gruppo Sci Alpinismo



1913  UGET 2020

15 marzo 2020 **Cima Sebolet 3016 m** - Valle Varaita
Da Sant' Anna di Bellino 1828 m - Dislivello 1195 m - **Difficoltà: BS**
Capigita: Cristina Calasso, Flavio Actis, Carlo Frigo, Michele Giordano

29 marzo 2020 **Roche Colombe 2738 m** - Valle della Guisane
Da le Pont de l'Alpe 1710m - Dislivello 1250 m - **Difficoltà: BS**
Capigita: Marco Centin, Stefano Oldino, Renato Poro Marchetti

5 aprile 2020 **Costa di Serena 2785 m** - Valle del Gran S. Bernardo
Da Les Mottes 1661m - Dislivello 1400 m - **Difficoltà: BS**
Capigita: Guido Borio, Germano Cravotto, Stefano Oldino.

26 aprile 2020 **Mont Tresenta 3609 m** - Valsavarenche
Da Pont 1950 m - Dislivello 1660 m - **Difficoltà: BSA**
Capigita: Silvia Previale, Spartaco Bertoglio, Guido Borio

9-10 maggio 2020 **Un week-end in Rosa**
Due 4000 dal Rifugio Orestes Hütte 2625m - **Difficoltà: BSA**
Capigita: Spartaco Bertoglio, Marco Centin, Livio Topini

IL RADUNO

Data e meta da definire
Organizzazione: Michele Giordano, Luigi Spina, Alberto Torazzo

IL RAID

Date da definire **55° RAID DEL GSA** - Gruppo d' Ambin
Organizzazione: Marco Centin, Renato Poro Marchetti

ALTRI APPUNTAMENTI

27 novembre 2019 **Presentazione stagione GSA Cai Uget - Cuore da Sportivo**
Novità e iniziative 2020 - Ore 21.15 Sede Tesoriera

19 dicembre 2019 **Auguri di Natale** - Ore 21.15 Sede Tesoriera

Date da definire **I racconti degli amici**
Foto e filmati di viaggi ed avventure - Ore 21.15 Sede Tesoriera

27 maggio 2020 **CENA SOCIALE DI CHIUSURA STAGIONE**



Scuola di Sci Alpinismo CAI UGET-Torino

1913 UGET 2020

I CORSI DI SCI-ALPINISMO

CORSO BASE

Il corso 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 sci-alpinistica.

PARTE PRIMA:

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

PARTE SECONDA:

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

POSTI DISPONIBILI: 40

CORSO DI PERFEZIONAMENTO

Rivolto a chi intende perfezionare la propria tecnica sci-alpinistica avendo già frequentato il Corso Base.

Il corso di perfezionamento fornisce nozioni più specifiche sulla:

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

POSTI DISPONIBILI: 10

ISCRIZIONE AI CORSI:

E necessaria la PRE-ISCRIZIONE on line sul sito della Scuola, www.caiuget.it/ssa effettuabile a partire da **giovedì 5 Dicembre 2019**

PRESENTAZIONE DEI CORSI:

4 Dicembre 2019 - ore 21, in sede: serata con proiezione

PERFEZIONAMENTO ISCRIZIONE AI CORSI:

8 Gennaio 2020 – dalle ore 21, in sede: consegna documenti

Scuola di Sci Alpinismo CAI UGET-Torino



1913 UGET 2020

INCONTRI DIDATTICI DEL MERCOLEDÌ

In sede, nelle date sotto indicate, con inizio alle ore 21:00

Parte prima:

15 Gennaio	L'attrezzatura invernale e manutenzione attrezzi
22 Gennaio	Autosoccorso in valanga
5 Febbraio	Neve e valanghe
19 Febbraio	Cartografia e gps
4 Marzo	Tecnica di discesa fuoripista
18 Marzo	Salute e sanità in montagna

Parte seconda:

1 Aprile	Nodi e manovre di corda
15 Aprile	Elementi di meteorologia
29 Aprile	Scelta e condotta della gita

ESERCITAZIONI PRATICHE

19 Gennaio 2020

Verifica su pista delle capacità sciistiche dei nuovi allievi

Parte prima

26 gennaio	1° uscita
9 febbraio	2° uscita
23 febbraio	3° uscita
9 marzo	4° uscita
21-22 marzo	5° uscita, 2 giorni

Parte seconda

4-5 aprile	6° uscita, 2 giorni
18-19 aprile	7° uscita, 2 giorni
1-3 maggio	8° uscita, possibile 3 giorni
10 maggio	eventuale gita di recupero

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

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



Scuola di Sci Alpinismo CAI UGET-Torino

1913  UGET 2020

ISCRIZIONI

E' necessaria la pre-iscrizione sul sito www.caiuget.it/ssa con compilazione della domanda di ammissione. Alla accettazione della domanda il candidato riceverà una mail con le indicazioni per il pagamento della quota di partecipazione che potrà essere effettuato tramite assegno o bonifico bancario.

Le iscrizioni si confermano/perfezionano presso la sede del **CAI UGET TORINO** in Corso Francia n. 192 mercoledì **8 gennaio 2020**, alle ore 21, consegnando:

- domanda di ammissione firmata in originale
- evidenza del pagamento della quota di partecipazione - 1 fototessera
- certificato medico di idoneità alla pratica di attività sportive non agonistiche ed esibendo la tessera del CAI in regola con l'iscrizione per l'anno **2020**.

L'iscrizione ai corsi della Scuola di Sci-Alpinismo del CAI UGET è riservata ai Soci CAI che abbiano compiuto il 18.mo anno di età alla data del **8 gennaio 2020**.

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

La quota non comprende le spese di trasporto, vitto, pernottamenti e mezzi di risalita.

La partecipazione al corso è subordinata al superamento della verifica su pista del **19 gennaio**.

EQUIPAGGIAMENTO

Sono necessari: sci con attacchi specifici per lo sci-alpinismo, pelli di foca auto adesive, scarponi da sci-alpinismo, ARTVA, pala e sonda. Per le gite primaverili si aggiungono piccozza, ramponi e imbragatura. Approfondimenti e consigli per l'acquisto di materiale e attrezzatura verranno forniti in occasione della lezione teorica del 15 gennaio 2020.

Direttore Scuola:	Dario Dugono	INSA
Direttore SA1 (prima parte):	Sergio Bandini	ISA
Direttore SA2 (seconda parte):	Sara Berta	INSA

Pronti per la nuova stagione invernale 2019/2020! Cari Soci, una nuova stagione invernale è ormai alle porte e siamo lieti di presentarvi il programma calendario dei Corsi di Sci e degli eventi. Se hai dai 6 ai 150 anni, vuoi divertirti e fare movimento nella neve ... non aspettare! Vieni a sciare con noi.

CORSO DI SCI E SNOW BOARD

Vuoi imparare a sciare o perfezionare la tecnica? Vuoi provare la sensazione indescrivibile di muoverti tra le montagne in ambienti spettacolari nel bianco della neve? Siamo qui ad aspettarvi numerosi al corso di sci del **CAIU GET** organizzato in collaborazione con la **Scuola Nazionale di Sci del Sestriere**. La soddisfazione ed il piacere nel riuscire a scendere su di una pista nera senza particolari difficoltà è veramente una cosa da provare. E se lo sci ti sembra una cosa vintage? Prova lo Snow Board!!! Maestri qualificati sapranno insegnarti i trucchi per diventare un vero rider. Vi aspettiamo numerosi!!!

E per chi vuole nuove esperienze? Il Freeride è ormai il nuovo modo di vivere la montagna, lo sci e lo snowboard a 360 gradi. Freeride non significa solamente sciare in neve fresca e polverosa in condizioni ottimali ma significa anche adattare la nostra tecnica ed i nostri schemi motori al di fuori delle piste battute. Per questo il nostro gruppo organizza un corso per chi ha voglia di cambiare la routine della pista e vuole provare nuove emozioni con gli sci o lo snowboard ai piedi. Naturalmente per poter fare tutto questo bisogna avere una buona conoscenza delle basi sciistiche.

Quando: 12-19 gennaio, 2 - 16 - 23 febbraio, 1 - marzo

Dove: Sestriere **Orario: le lezioni si svolgono dalle 13:00 alle 16:00.** Nelle restanti ore della giornata l'organizzazione è a disposizione per sciare in compagnia e scaldarsi in preparazione del corso.

Trasporto: è previsto un servizio pullman da Torino a Sestriere nelle giornate di corso.
PULLMAN DELLA NEVE

Nelle domeniche non coperte da corsi cosa si fa? Si sta a casa a dormire? Ovviamente no, si va a sciare insieme per mettere in pratica quello che ci hanno insegnato i maestri per finire la giornata in allegria bevendo e mangiando insieme in pullman. Il programma delle gite e le località verranno decise nel corso della stagione tra le maggiori stazioni sciistiche di Piemonte, Valle d'Aosta e Francia in base alle condizioni dell'innevamento.

Tenete d'occhio il nostro sito <http://www.caiuget.it/sci/> e la nostra pagina Facebook Caiugetskiteam per essere sempre aggiornati sui nostri programmi o veniteci a trovare nella nostra sede di Corso Francia 192, all'interno del Parco della Tesoriera.

RESPONSABILI

Stefano Di Carlo, Christian Anfi, Giovanna Bersano e Chiara Tenderini



Gruppo Sci Fondo Scuola Sci Escursionismo "Nevelibre"

1913  UGET 2020

Il Gruppo di Sci di Fondo e la Scuola di Sciescursionismo "Nevelibre" propongono corsi di sci di fondo e Sciescursionismo e telemark. Organizzano inoltre escursioni nella neve, gite sociali, week-end.

PRESENTAZIONE DEI CORSI DI SCI DI FONDO

giovedì 21 novembre
ore 21-in Sede

CORSI DI SCI DI FONDO **gennaio-febbraio (45° anno)**

I corsi sono rivolti a chi si vuole avvicinare alla pratica dello sci di fondo e a chi vuole migliorare la propria tecnica sciistica.

ADULTI:

PRINCIPIANTI (minimo 5 iscritti)
PERFEZIONAMENTO tecnica classica (minimo 5 iscritti)
PASSO PATTINATO (minimo 5 iscritti)

CORSO PER RAGAZZI/E da 6 a 12 anni (minimo 5 iscritti)

N.B.: richiesto l'accompagnamento di un adulto esercente la patria potestà.

2 ore a lezione con maestri FISU nelle seguenti domeniche:

12 gennaio - 26 gennaio - 9 febbraio - 23 febbraio - 1 marzo

La direzione del Corso si riserva di variare a suo insindacabile giudizio il programma e le località delle uscite in funzione delle condizioni nivo-meteorologiche, di viabilità e di fruizione delle piste.

GITE EXTRA CORSO:

domenica 16 febbraio 2020 - WE da venerdì 6 marzo all' 8 marzo

Per tutte le uscite sarà organizzato un Bus della Neve (previo il raggiungimento di un numero minimo di 30 iscritti) ai cui possono aggregarsi tutti gli appassionati di sci di fondo interessati.

LEZIONI TEORICHE in Sede Cai Uget

mercoledì 29 gennaio: Neve, paraffinatura e sciolinatura degli sci da fondo
mercoledì 26 febbraio: Topografia ed orientamento

CENA DI FINE CORSO
venerdì 20 marzo

Gruppo Sci Fondo Scuola Sci Escursionismo "Nevelibre"



1913  UGET 2020

ATTIVITA' SCI ESCURSIONISMO

febbraio - giugno

Quest'anno l'attività di sciescursionismo si svilupperà esclusivamente in gite fuoripista rivolte a sciatori in possesso di una sufficiente tecnica sciistica con sci da fondoescursionismo, telemark e scialpinismo.

Le gite si svolgeranno a cadenza mensile a partire da mese di febbraio e si concluderanno nel mese di giugno.

CALENDARIO GITE

domenica 23 febbraio	Madonna del Cotelivier
sabato 21-domenica 22 marzo	Valle Maira (in concomitanza con we sfe lpy)
sabato 18 aprile	Cima Fournier - capanna Mautino - col Busson
domenica 10 maggio	Pas de la Beccia
sabato 6-domenica 7 giugno	Col de L'Iseran

Le località prescelte per lo svolgimento dell'attività verranno raggiunte con mezzi propri.



Festona Corso di fondo per bimbi



Gruppo Sci Fondo Scuola Sci Escursionismo "Nevelibre"

1913  2020

SCI FONDO RACES

All'interno del Gruppo di Sci di Fondo, alcuni appassionati atleti partecipano a competizioni di sci nordico sia in Italia che all'estero. La partecipazione è aperta a tutti coloro che vogliono cimentarsi con queste competizioni. Chi è interessato può contattare il responsabile della sezione agonistica: **AMERIO Andrea** -Cell. 377-1568953 E-mail: **andr.am60@gmail.com**.

Tutte le informazioni relative alle uscite sociali verranno comunicate tramite la newsletter della scuola e pubblicate sul sito **www.caiuget.it/sfe**

Per ulteriori informazioni sulle attività, rivolgersi ai responsabili del gruppo e della scuola il giovedì sera in sede oppure scrivere a **skifondo@caiuget.it**



Sci Escursionismo alla Capanna Mautino



Gruppo Speleologico Piemontese

CAI-UGET

1913 UGET 2020

Dal 1953 il Gruppo Speleologico Piemontese si occupa di esplorare, topografare e documentare il sottosuolo. Negli ultimi decenni generazioni di speleologi si sono succeduti nella ricerca di nuove cavità e nell'esplorazione dei maggiori abissi italiani ed esteri.

L'attività del gruppo occupa tutto l'arco dell'anno e si divide tra ricerca di nuove cavità con escursioni sul territorio, esplorazione, documentazione e topografia delle grotte. Per le attività più impegnative vengono organizzati campi di esplorazione di più giorni dove speleologi provenienti da varie zone d'Italia e non solo, uniscono le forze per raggiungere l'obiettivo e condividere esperienze.

Dal 1958 Il GSP si occupa anche della divulgazione delle attività e della conoscenza del sottosuolo attraverso il bollettino "Grotte", la rivista speleologica più longeva d'Italia. Vengono inoltre organizzate serate tematiche di divulgazione e gite aperte a tutti.

Chi fosse interessato ad avvicinarsi all'attività speleologica può contattare il gruppo all'indirizzo info@gsp torino.it oppure venire all'incontro settimanale che si tiene tutti i giovedì sera presso la sede del CAI-Uget.

Corso di introduzione alla speleologia

2 aprile - 24 maggio

Il corso è articolato in lezioni teoriche, al giovedì sera, e uscite in palestra e in grotte con tratti di progressione verticale di difficoltà crescente, in modo da acquisire le conoscenze base per la progressione su corda singola in ambiente ipogeo. **Per informazioni:** info@gsp torino.it

5 aprile

Gita alla grotta della Pollera - Finale Ligure "SV"

Partenza dal parcheggio della borgata di Montesordo. In circa 30 minuti arriveremo all'ingresso della grotta e visiteremo i rami di facile percorrenza - Tempo complessivo: ore 6
Casco e impianto d'illuminazione forniti dall'organizzazione.

Capigita: Massimo Taronna, Ruben Ricupero - Organizzazione: GSP

26-27 settembre

Sulle tracce del libro di Marziano Di Maio "Vai, gias e Vaštère"

1° giorno: partenza da Carnino inferiore 1359 m (Viozene, CN), Colle dei Signori 2107 m, Capanna Saracco Volante 2209 m - 2° giorno: Capanna Saracco Volante 2209 m, Colle del Pas 2349 m, Cima Pian Ballaur 2603 m, Cima delle Saline 2613 m, Carnino inferiore 1359 m.
Attrezzatura da escursionismo, partecipanti max 20

Capigita: Massimo Taronna, Ube Lovera - Organizzazione: GSP

25 ottobre

Gita alla grotta delle Vene - Viozene - Alta Valle Tanaro "CN"

Da Viozene in circa 45 minuti arriveremo all'ingresso della grotta. Attraverso un percorso labirintico di gallerie freatiche si giungerà al primo sifone, che raccoglie l'acqua proveniente dal massiccio del Mongioie - Tempo complessivo 8 ore - Casco e impianto d'illuminazione forniti dall'organizzazione.

Capigita: Massimo Taronna, Ruben Ricupero - Organizzazione: GSP



Gruppo Ciclo-Escursionistico Mountain Bike

1913  2020

Per le iscrizioni si faccia riferimento a quanto indicato sul sito: www.caiuget.it/mtb che verrà tempestivamente aggiornato in caso di variazione.

Si ricorda l'uso del casco obbligatorio, sia in salita che in discesa. Le E-bikes sono accettate purché i conduttori si adoperino per mantenere un'andatura pari a chi ha le bici "muscolari".

La partecipazione alle gite è riservata ai soci in regola con il tesseramento dell'anno in corso o mediante iscrizione di polizza assicurativa specifica del costo di circa otto euro al giorno.

Le bici devono essere in perfetto ordine e ciascun partecipante deve avere il materiale per le riparazioni di emergenza, con particolare riferimento alle camere d'aria che, a causa della notevole varietà di tipologie di bici presenti sul mercato NON possono essere fornite dai capigita.

sabato 25 aprile **Da Mathi a Lanzo - Ponte del diavolo**

Km 26 - Dislivello 500 - **Difficoltà: MC/MC**

Capigita: Massimo, Franco

sabato 16 maggio **America dei Boschi da Pocapaglia - Roero**

Km 30 dislivello 570 - **Difficoltà: MC+/MC+**

Capigita: Marco, Massimo, Franco

venerdì 15 maggio - domenica 17 maggio

Raduno Nazionale in Basilicata

Matera nel contesto della settimana dell'Escursionismo.

Capigita: a cura della sezione locale

sabato 20 giugno **Sette Ponti - Villar Perosa**

Km 40 - Dislivello 1300 - **Difficoltà: MC/BC** con possibilità **OC** in discesa

Capigita: Marco, Massimo, Franco

sabato 27 giugno **Gita sul Sentiero Italia**

In collaborazione con il CAI di Chatillon "AO" in Val Ferret da Planpincieux - Km 35 dislivello 1000 - **Difficoltà: MB/BC** con possibilità **OC** in discesa e varie vie di fuga

Capigita: Marco e Franco Signorino del CAI di Chatillon "AO"

sabato 4 luglio **Col de Sollieres dalla diga del Moncenisio**

Km 35 - Dislivello 1100 - **Difficoltà: BC/BC**

Capigita: Marco, Massimo, Franco

Gruppo Ciclo-Escursionistico Mountain Bike



1913 *UGET* 2020

DOMENICA 20 SETTEMBRE

Raduno LPV

Organizzato dalla Sezione di Casale Monferrato

Capigita: a cura della sezione locale

domenica 27 settembre Avisod e Oratorio Beato Emerito da Saint Marcel "AO"

Km 26 - Dislivello 1000 - **Difficoltà: MC/MC+** con possibilità di discesa **OC**

Capigita: Marco, Massimo, Franco

sabato 3 ottobre Pian Munè da Paesana - Oncino

Con pranzo a Pian Munè - Km 38 - **Difficoltà: MC/MC** con possibilità di discesa **BC**

Capigita: Marco, Massimo, Franco

Le iscrizioni alle gite si fanno telefonicamente nei giorni precedenti l'uscita:

È obbligatorio l'uso del casco.

Abbreviazioni: **MC:** Medi Ciclisti - **BC:** Bravi Ciclisti - **OC:** Ottimi Ciclisti





Coro CAI - UGET

1913 UGET 2020

Il Coro **CAI UGET di Torino** è nato nel 1947. Si colloca tra i più vecchi gruppi vocali del Piemonte e, nel genere del canto popolare, è il più antico per anzianità di servizio. La storia del Coro inizia da un ridottissimo nucleo di amici, appassionati di montagna e aderenti alla Sezione UGET (Unione Giovani Escursionisti Torinesi) del Club Alpino Italiano. Riuniti intorno a Gilberto Zamara, i ragazzi iniziano nell'immediato dopoguerra ad imparare ed eseguire seriamente le canzoni cantate fino ad allora solo nelle gite o nei ritrovi conviviali.

Il carisma di Gilberto rende in breve tempo il Coro CAI UGET una delle realtà corali più apprezzate: si arriva presto all'incisione dei primi LP e alla pubblicazione di due volumi di spartiti della serie "Passa Parola". Nell'azione di recupero dei canti popolari emergono Gino Mazzari e Mario Allia, due maestri dell'armonizzazione a cui si devono brani che sono tuttora alla base dell'identità musicale del Coro. Alla prematura scomparsa di Gilberto, la direzione passa a Mario Allia, poi a Beppe Varetto, entrato nei primi anni 90 assieme ad una decina di nuovi coristi, ed infine al giovane Andrea Giovando, dimostrando quanto la compagine sappia rinnovarsi dall'interno. Composto da 37 coristi, dal 2014 il Coro è impegnato nell'organizzazione di un laboratorio formativo di canto corale della tradizione popolare per futuri coristi, tenuto in collaborazione con la M^o Arianna Stornello, vocal coach del Coro stesso.

In tempi recenti, il Coro si è esibito al Conservatorio Giuseppe Verdi di Torino, alla Società del Whist-Accademia Filarmonica, è stato invitato alle celebrazioni per il decennale dalle Olimpiadi di Torino 2006, ha affiancato Renzo Arbore nel suo tour con l'Orchestra Italiana, si è esibito al Teatro Toselli di Cuneo ed all'Auditorium del Palazzo della Gran Guardia di Verona, ha introdotto il concerto del Coro della S.A.T. di Trento sempre al Conservatorio Giuseppe Verdi a conclusione dei festeggiamenti per i 90 anni degli amici trentini.

Nel 2017, in occasione dei 70 anni dalla fondazione, il Coro ha festeggiato il compleanno con una tournée nei capoluoghi di provincia della Regione ed ha concluso l'anno con una grande serata al Conservatorio Giuseppe Verdi il 3 dicembre, con un concerto/spettacolo cui hanno partecipato Chorus, Cecilia Novarino, gli Architorti, ex-coristi e nuove generazioni, in una carrellata musicale che ha raccontato la storia di uno dei cori più apprezzati d'Italia.

Nel 2018, concerti a Chieri, Montanaro, Villar Perosa, Castellamonte, Lemie, Roma, Reggio Emilia, Milano (Università Bocconi), Torino e nuovamente a Montanaro

Attività 2020

Concerti: sono già programmati sin d'ora e in ordine cronologico concerti a Biella in marzo (Teatro Sociale), Collegno in aprile (Lavanderia a Vapore), Genolliers/Givrins (CH) in maggio.

Vocalità: proseguirà durante l'intero anno il percorso di crescita con la vocal coach Arianna Stornello.

Reclutamento: sin dal prossimo mese e per tutto il 2020 si terranno concerti ed iniziative rivolte ai giovani, per garantire il necessario ricambio dell'organico.

Rinnovamento: proseguirà nel 2020 l'allargamento del repertorio, includendo canti a cappella di generi inesplorati, in modo da interessare platee che, col tempo, si sono evolute.

Inclusione: il Coro punterà ad una maggiore inclusione dei giovani nelle posizioni di responsabilità.

Info: <http://www.corocaiuget.it/>

La finalità del Cai Uget - Cultura è quella di proporre, come sua consuetudine, momenti conoscitivi sulle tradizioni culturali - escursionistiche a 360° relative alla realtà montana e non: si allarga infatti a “terreni diversi”, quali visite a musei, concerti, serate a tema anche scientifiche, proiezioni di filmati provenienti da vari Festival di Cultura Montana e dalla cineteca CAI, presentazioni di libri e ogni altro argomento ritenuto di interesse culturale. Per rendere l’offerta culturale la più aggiornata possibile, oltre a quelle di seguito elencate, altre iniziative verranno pubblicizzate durante l’anno in corso, tramite i tradizionali canali informativi del Cai Uget. Le gite/visite di un giorno saranno programmate di sabato, indicativamente nella seconda metà del mese, da “gennaio a maggio e da “settembre a novembre”.

sabato 25 gennaio Asti: Monet e gli impressionisti in Normandia - “AT”

Visita guidata all'importante Mostra dei pittori impressionisti, con successiva passeggiata tra le notevoli collezioni del Palazzo Mazzetti.

sabato 15 febbraio Andrea Mantegna - Visita guidata - “TO”

Visita alla mostra nelle sale monumentali di Palazzo Madama

sabato 28 marzo Basilica di San Michele e Complesso Antonelliano - “NO”

Visite guidate alla Basilica di San Michele a Oleggio e al complesso Antonelliano di Bellinzago

sabato 18 aprile Villaggio Crespi d’Adda e l’eco museo di Leonardo - “BG”

Visite guidate al villaggio operaio di fine 800 e l’eco museo seguendo il corso del fiume Adda

maggio data da stabilire Bene Vagienna e il sito archeologico Romano - “CN”

Visita guidata alla città con notevoli testimonianze di un fulgido passato romano e medievale

Le gite/visite saranno riprese dopo il periodo estivo nei mesi di **settembre, ottobre, novembre** con nuovi programmi. Inoltre verranno organizzate, in Sede, serate culturali a tema.

Per informazioni consultare il sito Cai Uget alla pagina:

www.caiuget.it/cai/cultura/
E-mail cultura@caiuget.it



Sottosezione di Trofarello
"Guido Ottone"

Sottosezione di Trofarello

"Guido Ottone"

1913  UGET 2020

PREMESSA: Andare per montagna non vuole dire solo riavvicinarci alla natura, ricaricarci d'energie, ma può anche essere una buona occasione per la conoscenza e l'incontro, con chi condivide gli stessi obiettivi di difesa e rispetto dell'ambiente. Per cogliere queste opportunità, la sottosezione CAI UGET Trofarello, unisce al programma escursionistico invernale/estivo di quest'anno, alcune mete comuni con realtà associative limitrofe al nostro territorio. Inoltre per alcune mete estive, gli itinerari, saranno legati oltre che alla conoscenza del territorio, anche alle tradizioni agroalimentari locali, in particolare, la produzione casearia montana di prodotti tipici.

12 gennaio **Sci/Snowboard/Sci libero - Monginevro "Francia"**
Itinerario ciaspole da definirsi in loco - Dislivello: 500 m - Tempo: ore 2,30 - Partenza da Monginevro - Gita in bus - **Difficoltà: EI**
Capigita: Vittoria Cappa, Franco Lupano

26 gennaio **Sci/Snowboard/Sci libero - Monginevro "Francia"**
Itinerario ciaspole da definirsi in loco - Dislivello: 600 m - Tempo: ore 3,00 ore - Partenza da Claviere/Monginevro - In collaborazione con il Cai di Moncalieri - Gita in bus - **Difficoltà: EI**
Capigita: Francesco Frau, Luca Minelli

9 febbraio **Sci/Snowboard/Sci libero - Monginevro "Francia"**
Itinerario ciaspole da definirsi in loco - Dislivello: 550 m - Tempo: ore 2,30 - Partenza da Claviere/Monginevro - Gita in bus - **Difficoltà: EI**
Capigita: Francesco Frau, Enrico Cucco

23 febbraio **Sci/Snowboard/Sci libero - Monginevro "Francia"**
Itinerario ciaspole da definirsi in loco - Dislivello: 550 m - Tempo: ore 2,30 - Partenza da Monginevro - Gita in bus - **Difficoltà: EI**
Capigita: Vittoria Cappa, Mario Manassero

8 marzo **Sci/Snowboard/Sci libero - Monginevro "Francia"**
Itinerario ciaspole da definirsi in loco - Dislivello: 600 m - Tempo: ore 2,45 - Partenza da Claviere/Monginevro - Gita in bus - **Difficoltà: EI**
Capigita: Vittoria Cappa, Grazia Gariglio

22 marzo **Sci/Snowboard/Sci libero - Monginevro "Francia"**
Itinerario ciaspole da definirsi in loco - Dislivello: 600 m - Tempo: ore 2,45 - Partenza da Claviere/ Monginevro - Ore 16.00 Festa fine corso con Merenda Sinoira - **Difficoltà: EI**
Capigita: Vittoria Cappa, Ferruccio Elmi, Francesco Frau - Gita in bus

Gite escursionistiche estive

5 aprile **Gita nelle vigne - Terre del Freisa "AT"**
Antichi sentieri della Via Francigena con partenza da Castelnuovo Don Bosco - Dislivello: 260 m - Tempo: ore 4,00 - Gita in auto - **Difficoltà: E**
Capigita: Enrico Cucco, Mario Manassero

Sottosezione di Trofarello

“Guido Ottone”

1913  2020



Sottosezione di Trofarello
“Guido Ottone”

19 aprile

Gita al mare - Varigotti/Noli “SV”

Passarella sul mare di Levante - Partenza: Varigotti - Dislivello: 270 m - Tempo: ore 4,00

Difficoltà: E

Capigita: Carlo Giraud, Lidia Grazian

maggio-giugno-luglio **Accompagno Scuole e Oratori**

Itinerari da definire con Istituto Comprensivo Trofarello/Oratori

Capigita: Vittoria Cappa, Ferruccio Elmi, Carlo Giraud

3 maggio

Andar per grotte - Speleologico

Partenza: da definire con il Gruppo Speleologico UGET - **Difficoltà: SO1**

Capigita: Franco Lupano

10 maggio

Marcè e pedalè - bici, MTB, e/o a piedi

Gita non competitiva sulla pianura trofarellese con Partenza da Trofarello “TO” Tempo: ore 3,00 - **Difficoltà: T**

Capigita: Consiglio Direttivo

24 maggio

Marcè per Mangè con l'associazione AR Valle Sauglio

Sui sentieri della Collina Trofarellese - Partenza: Valle Sauglio, Trofarello “TO” - Dislivello: 400 m - Tempo: ore 4,00 - **Difficoltà: E**

Capigita: Consiglio Direttivo

7 giugno

Lago del Dres 2000 m - Valle Locana

Camminata sotto le imponenti Cime delle Levanne - Partenza: Ceresole Reale “TO” Dislivello: 600 m - Tempo: ore 2,30 - Gita in auto - **Difficoltà: E**

Capigita: Grazia Gariglio, Carlo Giraud

21 giugno

Costa Fenera 2617 m - Valle di Viù

Percorso panoramico dalla Valle di Viù alla Val Susa - Partenza: Lago di Malciaussia “TO” Dislivello: 912 m - Tempo: ore 3,00 -

Gita in auto - **Difficoltà: E**

Capigita: Enrico Cucco, Carlo Giraud

12 luglio

Colle Chaberton 2671/ 3131 m - Valle Susa

Salita al colle o alla vetta con visita al Forte - Partenza: Claviere “TO” - Dislivello: 800/1371 m Tempo: ore 3,00/4,30 - Gita in auto - In collaborazione con il Cai di Moncalieri - **Difficoltà: E**

Capigita: Francesco Frau, Franco Lupano

26 luglio

Col Meandes/Thabor 2727-3178 m - Valle Stretta “Francia”

Cima panoramica sul Delfinato - Partenza: Rif. Re Magi “Valle Stretta” - Dislivello: 958-1409 m - Tempo: 3,00-5,00 ore c.a - In collaborazione con Cai Moncalieri - Gita in auto

Difficoltà: E

Capigita: Vittoria Cappa, Carlo Giraud



Sottosezione di Trofarello
"Guido Ottone"

Sottosezione di Trofarello

"Guido Ottone"

1913  2020

3-4-5 agosto

Tour del Monviso 2900 m

Partenza: Pian della Regina, Valle Po - Dislivello: 950-600-500 m - Tempi vari- **Difficoltà: EE** - Giro ad anello al Re di Pietra - **Iscrizioni in sede entro giovedì 2 Luglio**
Capigita: Vittoria Cappa, Ferruccio Elmi, Carlo Giraudo

6 settembre

Petit Tournalin 3207 m - Valtournenche "AO"

Escursione al cospetto del Cervino - Partenza: Cheneil - Dislivello: 1100 m - Tempo: ore 4,00
Gita in auto - **Difficoltà: E**
Capigita: Francesco Frau, Franco Lupano

20 settembre

Colle del Chiapous 2526 m - Valle Gesso

Bella escursione all'interno del Parco delle Alpi Marittime - Partenza: Lago delle Rovine "Entraque" - Dislivello: 986 m - Tempo: ore 3,30 - Gita in auto - **Difficoltà: E**
Capigita: Ferruccio Elmi, Lucetta Olivetti

4 ottobre

Gran lago 2478 m - Valle Champdepraz "AO"

Alta via naturalistica all'interno del Parco Monte Avic - Partenza: Veulla - Dislivello: 1221 m
Tempo: ore 4,00 - Gita in auto - **Difficoltà: E**
Capigita: Franco Lupano, Luca Minelli

11 ottobre

Festa dei sentieri della collina torinese

Percorso ad anello lungo i sentieri di Trofarello, Pecetto, Revigliasco con festeggiamenti ottobriani in collaborazione con Cai e AG Moncalieri/ AG Uget Torino - Partenza: Trofarello "To" - Dislivello: 400 m - Tempo: ore 5,30 - **Difficoltà: E**
Capigita: Consiglio Direttivo

18 ottobre

Laghi conca Cialancia 2600 m - Val Germanasca

Riserva naturale con vista sulle Alpi Graie e Pennine - Partenza: Ghigo di Prali "TO" - Dislivello: 350 m - Tempo: ore 2,00 - Gita in auto - **Difficoltà: E**
Capigita: Ferruccio Elmi, Luca Minelli

1 novembre

Rifugio Balma 2105 m - Val Sangone "TO"

Ampio vallone nel Parco Orsiera-Rocciavre - Partenza: Borgata Molè, Coazze (TO) - Dislivello: 950 m - Tempo: ore 3,00 - Gita in auto - **Difficoltà: E**
Capigita: Vittoria Cappa, Mario Manassero

15 novembre

Santuario di Santa Cristina 1340 m - Val di Lanzo "TO"

Giro ad anello nell'omonima valle - Partenza: Ceres - Dislivello: 601 m - Tempo: ore 3,00
Gita in auto - **Difficoltà: E**
Capigita: Carlo Giraudo, Olga Viero

22 novembre

PRANZO DI CHIUSURA ANNO SOCIALE

Informazioni in sede Cai

I rifugi e bivacchi del CAI UGET-Torino



1913 *UGET* 2020



Rifugio MONTE BIANCO 1700 m

Località La Fodze in val Veny - Comune di Courmayeur - valle d'Aosta. Posti letto: 72. Accesso estivo dalla strada per Pré Pascal; accesso invernale con gli sci sfruttando le piste della val Veny - Periodo di apertura: 15 giugno -15 settembre e dicembre-aprile salvo diversi accordi con il gestore - Certificazione di qualità ambientale ISO 14001 - Per informazioni 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 FRANCESCO GONELLA 3071 m

In comproprietà 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.



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).

Tel. rifugio - 0122.831390 - 339.2697859

Info@rifugioguidorey.com

Da aprile 2019 nuova Gestione



I rifugi e bivacchi del CAI UGET-Torino

1913  UGET 2020



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**

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) - 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 4 **Difficoltà: PD**; da Plateau Rosà per il colle del Breithorn ore 4



Bivacco 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**

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 - ore 3 - **Difficoltà: PD**, qualche rischio di caduta di pietre.





Dalla Rivista Unione Alpinisti UGET 1920 - n° 1 - Pagina 3

PROGRAMMA GITE SOCIALI PER IL 1920

1. - Gennaio 18 - **Cima Sart e Truc dei Muli** (mt. 1350 e 1500) Valle di Lanzo.
DIRETTORI: *A. Ballarino, Dott. Zucchetti, M. Ponti, A. Capietti, P. Sacchero.*
2. - Febbraio 8 - **Colle Vaccera** (mt. 1475) - **Monte Servin** (mt. 1731) Valle del Chisone.
DIRETTORI: *M. Giordani, G. Siccardi, A. Ballarino, C. Merlo.*
3. - Febbraio 29 - **Rocca S. Martino** (mt. 1419) Monti di Pont.
DIRETTORI: *A. Capietti, O. Ricca, A. Frasca, G. Artois*
4. - Marzo 21 - **Punta della Ciama** (mt. 1508) Valle del Tesso.
DIRETTORI: *P. Sacchero, N. Soardi, G. Ferraris, A. Coriasco, F. Reale.*
5. - Aprile 11 - **Monte Gregorio** (mt. 1953) Valle della Chiusella.
DIRETTORI: *C. Giulio, M. Giordani, A. Frasca, B. Novaresio.*
6. - Maggio 1-2 - **Visita Stabilimenti Ansaldo di Aosta e Miniere di Ferro di Cogne - Aosta - Cogne**
DIRETTORI: *G. Bono, M. Giordani, C. Giulio, L. Vavassori, V. Ferrero, C. Squazzini, A. Frasca,*
7. - Maggio 23 - **Monte Gountin** (mt. 2327) Valle del Pellice
DIRETTORI: *A. Capietti, V. Ferrero, C. Albano, L. Bellacomba, Luzzatti.*
8. - Giugno 13 - **Corno Bianco** (mt. 2883) Valle Grande di Lanzo.
DIRETTORI: *Dott. E. Zucchetti, C. Merlo, G. Artois, M. Ponti, G. Abrate.*
9. - Giugno 27-28-29 - **SEBRA DELL'ARGENTERA** Alpi Marittime, **Cima sud dell'Argentera** (mt. 3290) e **Cima di Baus** (mt. 3067) Valle della Rovina.
DIRETTORI: *F. Castagneri, C. Giulio, M. Giordani, G. Siccardi, C. Merlo, Dott. E. Zucchetti.*
10. - Luglio 18 - **Monte Niblé** (mt. 3365) Vallone di Rochemolles
DIRETTORI: *G. Siccardi, L. Vavassori, C. Squazzini, C. Merlo, P. Sacchero.*
11. - Agosto 13-14-15 - **NEL REGNO DEL CERVINO Colle di San Teodulo** (mt. 3324) - **Breithorn** (mt. 4166) - **Piccolo Cervino** (mt. 3886) Val-tournanche.
DIRETTORI: *F. Castagneri, M. Giordani, Dottor E. Zucchetti, G. Bono, C. Giulio, N. Soardi, B. Novaresio, L. Vavassori, V. Ferrero.*
12. - Settembre 5 - **Uja di Mondrone** (mt. 2964) Val d'Ala di Stura.
DIRETTORI: *Dott. E. Zucchetti, F. Castagneri, C. Squazzini, M. Ponti, P. Sacchero, C. Albano.*
13. - Settembre 19-20 - **Moncenisio - Punta Roncia** (mt. 3620) - **Punta Clairy** (mt. 3165) Valle della Cenischia.
DIRETTORI: *C. Giulio, M. Giordani, C. Merlo, A. Ballarino, G. Bono, B. Novaresio, V. Ferrero, O. Ricca.*
14. - Ottobre 10 - **Punta dell'Aquila** (mt. 2115) Valle del Chisone.
DIRETTORI: *P. Sacchero, G. Artois, L. Bellacomba, C. Albano, G. Ferraris, A. Coriasco.*
15. - Ottobre 24 - **Uja di Calcante** (mt. 1615) Valle di Viù.
DIRETTORI: *M. Giordani, A. Capietti, L. Vavassori, G. Ferraris.*
16. - Novembre 7 - **Cardata** (da destinarsi).
DIRETTORI: *G. Bono, M. Baloire, T. Gasti, A. Frasca, B. Novaresio, C. Vizia, Griffa.*
17. - Novembre 28 - **Truc Castelletto** (mt. 1576) Valle di Susa.
DIRETTORI: *V. Ferrero, C. Merlo, Griffa, Luzzatti, A. Ballarino, A. Coriatio.*
18. - Dicembre 12 - **Gita Chiusura Gite Sociali** da destinarsi e **Franzo Sociale**.
DIRETTORI: *G. Bono, T. Gasti, P. Sacchero, A. Frasca, Griffa, M. Baloire, A. Ballarino.*

GITE BREVI ESTIVE

20 Giugno - **Lago del Gravio - Piano delle Cavalle** (mt. 2000 circa) Valle di Susa.

DIRETTORI: *A. Ballarino, G. Campo, F. Reale.*

11 Luglio - **Piano Cervetto (Floreale)** (mt. 1285) Valle di Susa.

DIRETTORI: *M. Baloire, G. Bono, G. Artois, T. Gasti, Sarda.*

1° Agosto - **Testa Payan** (mt. 1857) Valle di Lanzo.

DIRETTORI: *A. Capietti, Griffa, P. Sacchero.*

29 Agosto - **Cima di Mares** (mt. 1654) Valle dell'Orco.

DIRETTORI: *A. Frasca, Sarda, T. Gasti, G. Campo.*

10 luglio 1921 - Gita al Monte Giusalet



CAI UGET - TORINO

**PER OGNI ULTERIORE INFORMAZIONE OD ISCRIZIONE ALLE
GITE SOCIALI O AI CORSI, RIVOLGERSI ALLA SEGRETERIA DEL
CAI Sezione UGET - Torino - Corso Francia 192 - Parco della Tesoriera
CAP 10145 TORINO,
Tel. 011 53 79 83**

E-mail:

caiuget@caiuget.it

Sito Internet:

www.caiuget.it



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

MONTAGNA PER TUTTI

Programma attività 2020

a cura dei gruppi del

CLUB ALPINO ITALIANO Sez. UGET - TORINO

“Supplemento a CAI UGET NOTIZIE N.1 gennaio - febbraio 2020”

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

Fotografia in prima pagina di : Giorgis Alberto

Nepal: Il Machapuchare m 6993 “La montagna Sacra”

