

**CLUB ALPINO ITALIANO  
SEZIONE UGET di TORINO**



***MONTAGNA PER TUTTI***

**ATTIVITA' SOCIALI  
2022**



Care Amiche, cari Amici del CAI UGET di Torino,

la nostra attività in montagna anche nell'anno appena trascorso è stata profondamente segnata dall'emergenza epidemiologica per il Covid 19; ciò nonostante abbiamo fiducia che si possa tornare presto alla normalità, quindi con piacere voglio presentare il nostro libretto 2022 "Attività Sociali - Montagne per tutti".

Come sapete 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 CAI UGET di Trofarello e del Coro, oltre alla realtà dei nostri rifugi e bivacchi, sono raccolti i programmi di corsi, escursioni, trekking ed appuntamenti previsti nel 2022.

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 e ciclo escursioni, 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](http://www.caiuget.it) che vi invitiamo a visitare con assiduità.

Anche quest'anno, con il bollino 2022, tantissime 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 ed al nostro rifugio Monte Bianco in Val Veny.

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 che auspichiamo possa riaprire presto.

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.

Vi aspettiamo in sede, il "Rifugio Tesoriera", nella bellissima e suggestiva cornice del parco. Qui, presto, sarà nuovamente fruibile ai Soci la nostra Biblioteca "Emanuele Cassarà" dopo un importante lavoro di allestimento e di catalogazione.

A presto.

Il Presidente  
Roberto Gagna



## CLUB ALPINO ITALIANO SEZIONE UGET TORINO



1913 UGET 2022

La sede della sezione, nel parco della Tesoriera, è aperta ai soci il giovedì sera dalle ore 21,00 alle 22,30 per incontrare gli amici, frequentare la biblioteca, assistere a proiezioni e iscriversi alle attività sociali (gite, corsi...).

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

**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: il **Cai Uget Notizie**, bimestrale della sezione, disponibile gratuitamente in segreteria oppure online sul sito: <https://www.caiuget.it/notizie/> e su **facebook**. Può essere consegnato anche a domicilio, previo contributo per le spese postali.

Il bimestrale **Cai Uget Notizie** 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](mailto:redazione@caiuget.it)

Il mensile a diffusione nazionale **Montagne 360°** viene inviato a domicilio a tutti i Soci CAI.

Il notiziario nazionale "**Lo Scarpone**" è online: <https://www.loscarpone.cai.it>





**MONTAGNA, CULTURA E ALTRO...**

Il CLUB ALPINO ITALIANO sezione UGET di Torino, 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](http://www.caiuget.it), nonché, se già non l'avessero fatto, di registrarsi alla nostra Newsletter (sul sito stesso), per poter ricevere aggiornamenti, informazioni, notizie.

**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
- EAI .....Escursionismo in Ambiente Innevato
- EE .....Per Escursionisti Esperti
- EEA .....Per Escursionisti Esperti, con Attrezzature
- F.....Facile
- MS .....Medi Sciatori
- OSA .....Ottimi Sciatori Alpinisti
- PD .....Poco Difficile
- T .....Turistico.

**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
- AE-C.....Accompagnatore di Cicloescursionismo
- AE EAI.....Accompagnatore di Escursionismo con specializzazione EAI
- AE EEA.....Accompagnatore di Escursionismo con specializzazione EEA
- 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



# **CLUB ALPINO ITALIANO SEZIONE UGET TORINO**



1913 *UGET* 2022

## **ATTIVITÀ E GRUPPI DELLA SEZIONE UGET**

Commissione Alpinismo Giovanile .....	Pag. 6
Corso Base di Escursionismo.....	10
Commissione Gite.....	11
Escursionismo in Ambiente Innevato .....	13
Escursionismo .....	14
Alpinismo e vie ferrate .....	16
Trekking Commissione Gite .....	18
Gruppo Escursionismo Tutela Ambiente Montano .....	19
Trekking Gruppo Escursionismo Tutela Ambiente Montano .....	22
Scuola di Alpinismo “Alberto Grosso” .....	23
Gruppo Sci Alpinismo .....	26
Scuola di Sci Alpinismo .....	28
Gruppo Ski Team.....	31
Gruppo Sci Fondo e Scuola Sci Escursionismo “Nevelibre” .....	32
Gruppo Speleologico Piemontese .....	35
Gruppo Cicloescursionismo “Mountain Bike” .....	36
Coro CAI - UGET.....	38
Cai Uget - Cultura .....	39
Sottosezione di Trofarello "Guido Ottone" .....	40
Rifugi e bivacchi del CAI - UGET .....	44



# ALPINISMO GIOVANILE

1913 UGET 2022

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, di arrampicata, avvicinamento al ghiacciaio 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 ragazze e ragazzi un modulo **BASE DI AVVICINAMENTO ALLA MONTAGNA**, con formazione teorica e pratica, affrontando tematiche differenti collegate all'ambiente montano.

## PRIMAVERA 2022

Nei mesi di Marzo, Maggio, 10° corso **“GIOCO ARRAMPICATA RAGAZZE/I “** con le seguenti date: **26 Marzo, 14 Maggio, 28 Maggio** in collaborazione con la scuola di Alpinismo e Arrampicata **ALBERTO GROSSO CAI UGET TORINO**.

*Le date di uscita in falesia potrebbero subire delle variazioni. Sarà nostra cura informarvi dell'eventuale cambiamento di data.*

Nei mesi di **Aprile, Maggio, Giugno 2022** sono previsti con **SCUOLE Materne, Elementari e Medie** incontri didattici ed uscite pratiche con temi ed itinerari da definire con le Direzioni Didattiche scolastiche.

## DOMENICA 27 FEBBRAIO 2022

Alpinismo Giovanile in Maschera presso il Parco della Tesoriera in C. Francia, 192- Torino

## SABATO 5 MARZO 2022

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 C.A.I. Uget in C. Francia 192 - Torino

**Relatore: Commissione Alpinismo Giovanile**



## 30 ° CICLO DI ESCURSIONI

### **13 Marzo** **Pian dell'Azaria 1.650 m - Val Soana**

Da Campiglia Soana, 1.350 m - Dislivello 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. La località potrebbe subire delle variazioni in base all'innevamento locale.

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

### **26 Marzo** **Uscita in Falesia - Località da definire (Sabato)**

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 A. Grosso" del CAI UGET TORINO.

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

### **27 Marzo** **Abbazia di Vezzolano (ASTI) 549 m**

Da Castelnuovo Don Bosco 245 m.- Dislivello 304 m. - Tempo 2 ore - **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**

### **10 Aprile** **Anello Laghi Pistono e Sirio**

Da Montalto Dora- Dislivello 150 m.- Tempo 3 ore - **Difficoltà E**  
Lungo i sentieri che consentono l'attraversamento delle Terre Ballerine. Tema: Arte ed Ambiente Lacustre.

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

### **01 Maggio** **Calanchi di Clavesana ( Carrù )**

Percorso Tappa da definire con sosta alla spiaggia di sabbia finissima lungo la Valle Tanaro.

**Capigita: Luly Zago (AAG), Bruno Tortia, Enzo Gilli (ASAG)**

### **14 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 fornita in prestito dall'organizzazione) TEMA: Arrampicata e trekking.

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

### **15 Maggio** **Traversella - Val Chiusella**

Da Chiara 890 m. - Dislivello 500 m.- Tempo 2 ore e 30' - **Difficoltà EE**  
Attrezzatura da escursionismo primaverile . TEMA: Anello La Via dei Cantoni con visita ai vecchi Mulini di Chiara.

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



## ALPINISMO GIOVANILE

1913 UGET 2022

**28 Maggio**

**Balme - Valli di Lanzo (Sabato)**

Da Balme 1472 m. - Dislivello 443 m. - Tempo 2 ore e 15' - **Difficoltà E**

Attrezzatura da escursionismo primaverile. TEMA: Panoramico e Naturalistico, escursione pomeridiana e notturna con cena all' Agriturismo La Masinà. In alternativa la **Domenica 29 Maggio 2022 con pranzo all' Agriturismo.**

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

**28 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 fornita in prestito dall'organizzazione). TEMA: Costituzione Rocciosa ed Arrampicata.

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

**11-12 Giugno Rif. Selleries - Lago Ciardonet 2580 m**

Primo Giorno: Da Pra Catinat al Rifugio Selleries dislivello 355 m (2 ore e 30')

Secondo Giorno: dislivello 557 m. (2 ore e 50') In alternativa per i più allenati Secondo Giorno: disl. 780 m Laghi Laus e La Manica, attraverso il Colle Superiore di Malanotte e Punta Cristalliera - **Difficoltà E** - Attrezzatura da escursionismo primaverile in Alta Montagna. Tema: Esperienza in rifugio e Vista sul Vallone del Rouen.

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

**27 Giugno**

**Monti de La Saxe 2.348 m - Valle D'Aosta (Val Ferret)**

Da Villar Inferiore 1.275 m. (Fraz. 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: Emanuele Sardo (ASAG), Enzo Gilli (ASAG)**

**3-4 Settembre Forno Alpi Graie e Massi di Cantoira - Valli di Lanzo**

**Evento: Val Grande in Verticale.** Promozione attività di arrampicata bambine/i, Ragazze/i. Gita in collaborazione con sottosezione C.A.I. UGET di Trofarello e C.A.I. Venaria (Organizzazione).

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

**18 Settembre Pertus o Denti di Chiomonte 2.217 m - Vallone di Galambra**

Da Grange della Valle 1744 m. al Pertus di Colombano Romean e, per i più grandi, ai Denti di Chiomonte. Dislivello 250 - 500 m. - Tempo 2,30-3,30 - **Difficoltà E** - Attrezzatura da Escursionismo autunnale. TEMA: Pertus (Galleria scavata tra il 1526 ed il 1533 attraverso calcare dolomitico per convogliare in Val Susa le acque della Val Clarea). Al temine, di ritorno per chi lo desidera pausa ristoratrice al Rifugio Levi Molinari 1.850 m.

**Capigita: Luly Zago (AAG), Antonella Mana, Claudio Scrizzi (ASAG)**

**02 Ottobre**

**Colle Bione 1.430 m - Valli Susa e Sangone**

Da Mattonera 1.057 m.- Dislivello 373 m.- Tempo 2 ore e 45' - **Difficoltà E** - Attrezzatura da Escursionismo autunnale. TEMA: piacevole escursione che, attraverso il colle Bione, collega la Bassa Val di Susa alla Bassa Val Sangone.

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

**16 Ottobre**

**Rifugio Barfè 1.220 m - Val Pellice**

Da ponte Barfè 830 m (Angrogna), Disl. circa 390 m.- Tempo 2 ore - Attrezzatura da Escursionismo autunnale. Il rifugio è raggiungibile anche per altra via in auto salvo nevicate autunnali che potrebbero avvenire. TEMA: Escursione e festa finale per Ragazze/i, Bimbe/i, Genitori, Nonni, Amici con polentata in Rifugio.

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

**ALTERNATIVE:** potrebbero essere necessarie escursioni in sostituzione a quelle in elenco nei periodi diversi: Montaldo - Andezeno (Collinare) - Gruppo del Monviso Laghi di Fiorenza, Chiaretto, Superiore.

**PER QUALSIASI INFORMAZIONE RIVOLGERSI A:**

**Luly Zago** 340-6225631

**Enzo Gilli** 339-3657209



*Anello attraverso il rifugio Pontese*



*Prime esperienze d'arrampicata*



# CORSO BASE DI ESCURSIONISMO

1913 UGET 2022



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 10 aprile a domenica 5 giugno.

### PRESENTAZIONE E APERTURA ISCRIZIONI

“Fino ad esaurimento posti disponibili”

**GIOVEDÌ 31 MARZO - ORE 21.00**

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

### RICHIESTA INFORMAZIONI:

In sede CAI UGET il Giovedì sera dalle 21,00 alle 22,30

**Sito internet:** <https://www.caiuget.it/cge/attivita/corsi/>

**Direttore del corso Guido Scarnera:** [guscarnx@gmail.com](mailto:guscarnx@gmail.com)

## “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. Per ogni gita sono indicate la tipologia, l'eventuale difficoltà ed il materiale necessario. Salvo altrimenti indicato la gita si effettuerà in auto.

Per informazioni scrivere a: [commgite@caiuget.it](mailto:commgite@caiuget.it) o iscriversi alla newsletter dal sito Cai Uget “Escursionismo - Commissione Gite” - [www.caiuget.it/cge/](http://www.caiuget.it/cge/) Le gite della Commissione Gite sono elencate nelle sezioni “Escursionismo In Ambiente Innevato, Escursionismo, Alpinismo e vie Ferrate, Trekking”, a seconda della relativa tipologia.



*Da Camogli a Santa Margherita Ligure*



*Ferrata Ruceia*



*Trekking: Ciaspole sull'Etna*



## **COMMISSIONE GITE** *Programmi extra per il 2022*

1913 **UGET** 2022

1° Corso monotematico

### **VIE FERRATE E SENTIERI ATTREZZATI**

Il corso è rivolto a coloro che, avendo già qualche esperienza di escursionismo, intendono conoscere e approfondire le nozioni teoriche e gli aspetti tecnici utili alla percorrenza di vie ferrate e sentieri attrezzati (percorsi con difficoltà EEA). Obiettivo specifico del corso è quello di fornire conoscenze e competenze pratiche per la frequentazione consapevole di vie ferrate di media difficoltà, in condizioni di totale sicurezza.

### **APERTURA ISCRIZIONI GIOVEDÌ 24 FEBBRAIO 2022**

“Fino ad esaurimento posti disponibili” (Max.16)

Il corso è costituito da 3 lezioni teorico-pratiche e 4 uscite su vie ferrate dal 10 marzo

*Direttore del corso: Ivano Gauna (AE EEA)*

**Le uscite sono previste nelle seguenti date:**

**Domenica 13 marzo - domenica 20 marzo - sabato 26 marzo - sabato 9 aprile**

### **RIEQUILIBRIO POSTURALE E POTENZIAMENTO MUSCOLARE**

Per chi frequenta la montagna e pratica l'escursionismo si propongono **tre sessioni** di riequilibrio posturale e potenziamento muscolare che si svolgeranno nel salone UGET presso la nostra sede nel Parco della Tesoriera in corso Francia 192 a Torino, con uno svolgimento di due sedute settimanali nelle giornate di lunedì e giovedì, in orari mattutini da definire (complessive dieci settimane/n.20 sedute). *Date inizio sessioni:*

**1) dal 24 gennaio 2022 - 2) dal 2 maggio 2022 - 3) dal 19 settembre 2022**

### **SENIOR IN CAMMINO**

Per i Senior vengono proposte 4 uscite mensili, ogni mercoledì, con partenza alle 9÷9:30 e arrivo alle 12÷12:30. Per eventuali gruppi preformati (minimo 6 persone) si può programmare l'attività in giorni e orari diversi.

I percorsi sono pensati per essere effettuati con passo lento in un tempo di percorrenza di 2÷2:30 ore per uscita, e con lunghezza massima di 6-10 km. Il percorso è quasi sempre pianeggiante o con qualche leggera salita/discesa, a volte su stradina sterrata, ma dal fondo buono. Tutte le destinazioni si trovano vicino alla città, facilmente raggiungibili con i mezzi di trasporto pubblici o con le proprie auto.

### **Informazioni e iscrizioni presso la sede CAI UGET al parco della Tesoriera**

Il Giovedì sera dalle 21,00 alle 22,30

*Nonostante il nostro impegno per mantenere inalterato il seguente calendario, le date e le mete indicate possono subire variazioni per motivi logistici ed organizzativi. Pertanto, se non sei ancora iscritto e desideri esserlo, scrivi una mail a: [commgite@caiuget.it](mailto:commgite@caiuget.it)*

**ATTENZIONE! Eventuali variazioni saranno tempestivamente comunicate attraverso la nostra newsletter nonché sarai sempre aggiornato sulle nostre iniziative.**

## ESCURSIONI IN AMBIENTE INNEVATO

Attrezzatura necessaria: **Racchette da neve, ghette, bastoncini, ARTVA, pala e sonda**

**8-9 gennaio Fine settimana al nostro Rifugio Monte Bianco 2029 m - Val Veny**  
**Difficoltà:** EAI - 1° giorno: Aggiornamento ARTVA in campo addestramento; 2° giorno: Escursione al lago Combal. Partecipanti: min 10 max 20.  
**Capigita:** *Roberto Gagna, Maurizio Carpentieri, Emilio Botto (ASE - ORTAM)*

**16 gennaio Im Land - Ghiaccio e Walser 1600 m - Parco Naturale Alta Valsesia**  
Da Alagna - **Dislivello 550 m - Difficoltà:** EAI - **Partecipanti:** min 20- max 30. **Trasporto:** in bus.  
**Capigita:** *Pepe Pampalone, Maurizio Carpentieri*

**23 gennaio Costa Muanda 1960 m - Valle Elvo**  
Da Oropa, **Difficoltà:** EAI - Dislivello 810 m - Percorso interamente su panoramica e larga cresta affacciata sulle Alpi Biellesi e sulla pianura piemontese. Partecipanti: min 10 max 40.  
**Capigita:** *Guido Scarnera (AE), Enrico Muraro*

**6 febbraio Monte Fournier 2424 m - Val Thuras**  
Da Bousson **Difficoltà:** EAI - Dislivello 996 m - Ore 4 - Classica meta invernale con possibilità di giro ad anello su ampi pendii se il meteo lo consente. Partecipanti: min 10 max 20.  
**Capigita:** *Enrico Muraro, Emilio Botto (ASE - ORTAM)*

**21 febbraio Tre Chiosis 3080 m - Valle Varaita**  
Da Maddalena (Pontechianale) - Dislivello 750 m - **Difficoltà:** EAI - Con la seggiovia si raggiunge quota 2350 m di qui salita alla vetta lungo la costa Savaresch. Dalla cima panorama Super sul Monviso ed i suoi satelliti.  
**Capigita:** *Antonio Parisi (ASE), Ivano Gauna (AE EEA)*

**6 marzo Oropa - Rif. Savoia 1900 m o Capanna Renata 2391 m - Alpi Biellesi**  
Da Oropa - Dislivello: 780 m o 1210 m - **Difficoltà:** EAI - Appena dopo un anno dalla V Centenaria Incoronazione della Madonna Nera. Una tranquilla passeggiata sulla neve risalendo la montagna verso il monte Camino ed un breve passaggio al lago Mucrone innevato.  
**Capigita:** *Emilio Botto (ASE - ORTAM), Luciano Origlia(AE EAI), Stefano Regis*





# COMMISSIONE GITE

## ESCURSIONISMO

1913 UGET 2022

### ESCURSIONI

Attrezzatura indicata: **Scarponi e bastoncini da trekking**

#### **27 marzo Riomaggiore - Portovenere - 5 Terre Liguria**

Da: Riomaggiore - Dislivello: 700m / 13 km (1000 m per Monesteroli) - Ore: 6/7 - **Difficoltà: E.** Gita in BUS - 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. **Capigita: Maurizio Carpentieri, Fabrizio Prato**

#### **3 aprile Ivrea - Viverone - Ivrea - 45 km di natura e storia**

Da: Ivrea - Dislivello: quasi nullo, lunghezza: circa 45 Km - Ore: 10 più soste - **Difficoltà: T** - Gita in auto / pullman - 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 (ASE - ORTAM), Gianni Chiamberlando, Valeria Aglirà (ASE - ORTAM)**

#### **25 aprile Le Scalance 1995 m - Bassa Valle Susa**

Da: Muni (Condove) 1092 m - Dislivello: 930 m - Ore: 6. **Difficoltà: EE** - Lungo crestone in uno degli ambienti più selvaggi della Val di Susa. Partecipanti: min 15 max 30. **Capigita: Roberta Cucchiario (AE), Maurizio Carpentieri**

#### **28-29 maggio Saint Rhemy - Hospice du Gran st Bernard - Val d'Aosta**

Da **Saint Rhemy** - Dislivello: 1° giorno + 850 m; 2° giorno; discesa circa 32 km - ore 7/8 più soste - **Difficoltà: E** - Gita in Treno/autobus - Un lungo cammino che percorre un valico fra i più antichi d'Europa fra aspre e grandiose montagne. **Capigita: Emilio Botto (ASE - ORTAM), Valeria Aglirà (ASE - ORTAM)**

#### **19 giugno Corno del Mud 2802 m - Val Sermenza (VC)**

Da: Rima San Giuseppe 1370 m - Dislivello: 1400 m - Ore: 3,30 - **Difficoltà: EE** - Sentiero Walser fino al colle Mud (2324 m), in prossimità del rif. Ferioli. Poi salita impegnativa verso la vetta, panorama sul Monte Rosa. **Capigita: Franca Dalla Valle, Francesco Fiore**

#### **17 luglio Un balcone sul Monte Bianco! Il Lac Blanc 2352 m - Chamonix**

Da: Montroc (Argentière) - Dislivello: 1000 m circa - ore 3 (salita) - **Difficoltà: E** - Iscrizioni: due giovedì precedenti - Gita in Bus, partecipanti: capienza max bus. **Capigita: Roberto Gagna, Fabrizio Prato, Peppe Pampalone**

#### **24 luglio Monte Giusalet 3312 m - Val di Susa**

Da: Mulatera 1850 m - Dislivello: 1470 m - ore 4,30 (salita) - **Difficoltà: EE** - Fratello minore del Rocciamelone, ma di impegno non inferiore. Partecipanti: min 10 max 20. **Capigita: Francesco Fiore, Sandro Siroto (ASE)**

# COMMISSIONE GITE

## ESCURSIONISMO



1913 UGET 2022

### 31 luglio **Becca Trécare 3032 m - Valle D' Ayas**

Da: Mandriou - Dislivello: 1290 m - ore 4 - **Difficoltà: EE** - La Becca Trécare è un 3000 panoramico situato sullo spartiacque Valtournenche e la Val D' Ayas. La salita dal Col Vascoccia e discesa dall'alpe Tournalin Superiore consentono di effettuare un anello. Partecipanti: min 15 max 25.

**Capigita: Enrico Muraro, Roberto Novaro (ASE)**

### 4 settembre **Val Grande in Verticale - Valli di Lanzo**

In occasione dell'evento Val Grande in Verticale si organizza una gita con **Difficoltà: E** - La meta sarà definita dagli organizzatori in prossimità dell'evento. Partecipanti: min 15 max 25.

**Capigita: Roberto Gagna, Roberta Cucchiaro (AE), Fabrizio Prato**

### 18 settembre **Pelvo d'Elva 3064 m - Valle Varaita, Val Maira**

Dal Colle della Bicocca - Disl.: 900 m circa - **Difficoltà: EE** - Percorso ad anello con tratti attrezzati con catene in salita, a cui segue una facile cresta rocciosa culminante nell'aerea vetta con ampio panorama. Discesa sul crestone meridionale e su lungo traverso alla base della montagna a chiudere l'anello. Possibilità di merenda sinoira nei pressi. Partecipanti: min 15 max 35.

**Capigita: Guido Scarnera (AE), Ivano Gauna (AE EEA)**

### 24-25 settembre **Traversata Claviere - Bardonecchia 2560 m - Delfinato (F)**

Da: Claviere - Dislivello: 1000 m circa - **Difficoltà: E** - Partendo da Claviere si percorrono monti del confine fino a Bardonecchia. Necessaria buona resistenza alla camminata prolungata nel tempo ed ottima forma fisica per la lunga discesa. Pernottamento in hotel a Claviere. Partecipanti: secondo disponibilità dell'hotel.

**Capigita: Emilio Botto (ASE - ORTAM), Roberto Gagna, Valeria Aglirà (ASE - ORTAM)**

### 09 ottobre **Monte Massone e Monte Eyehorn 2161 m - Valli Toce e Strona**

Da: Alpe Quaggione - Disl.: 1100 m circa - **Difficoltà: E** - Ad una salita ripidissima su prati segue un lungo percorso di cresta facile e ampia, con vista sul lago Maggiore e Orta, Ossola e vari 4000; il percorso ha diversi saliscendi e prevede la discesa in parte su percorso diverso, chiudendo l'anello. Possibilità di merenda sinoira all'arrivo. Partecipanti: min 15 max 35.

**Capigita: Guido Scarnera (AE), Franca Dalla Valle**

### 24 ottobre **Festa di Chiusura Gite (in località da definire)**

**Capigita: Tutti**



Monte Lera



# COMMISSIONE GITE ALPINISMO E FERRATE

1913 UGET 2022

## ALPINISMO E FERRATE

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.

Attrezzatura da **Ferrata**: ..... Casco, Imbrago, Set da Ferrata con dissipatore, Rinvio corto.

Attrezzatura da **Alpinismo**: ... Casco, Imbrago, Cordini e Moschettoni a ghiera.

Attrezzatura da **Ghiacciaio**:... Casco, Imbrago, Ramponi, Piccozza, Cordini e Moschettoni a ghiera.

### **01 maggio** Via Ferrata **Gorge de la Durance** 1140 m - Provence - Cote d'Azur

Da: Les Vigneaux, L'Argentiere-la-Bessée - Dislivello: 240 m. Sviluppo ferrata 1000 m.  
Ore: della ferrata 3/3,50. **Difficoltà: TD** - **Attrezzatura da ferrata** - Itinerario molto atletico e lungo con difficoltà D+/MD. Partecipanti: min 10 max 20.

**Capigita: Mauro Marino, Ivano Gauna (AE EEA)**

### **15 maggio** **AGGIORNAMENTO TECNICO SU GHIACCIO**

Con la partecipazione di una Guida Alpina, in vista delle prossime escursioni in alta quota proponiamo un aggiornamento tecnico sulle manovre fondamentali per la progressione e per la sicurezza su ghiaccio e neve. La partecipazione è aperta a tutti ed è necessaria per i partecipanti alle gite su ghiacciaio. **Attrezzatura da Ghiacciaio.**

### **12 giugno** Via Ferrata **Casimiro** 1700 m - Val di Rhemes

Da: Chavaney (Rhemes Notre Dame) 1700 m - Dislivello: 350 m - Ore: 3 - **Difficoltà: EEA (AD)** - **Attrezzatura da ferrata.** Dedicata a Casimiro Therisod, prima guida della valle. Emozionante e panoramica. Partecipanti: min 10 max 30.

**Capigita: Roberta Cucchiaro (AE), Franca Dalla Valle**

### **24-26 giugno** **Punta d'Arbola** 3235 m e **Blinnenhorn** 3375 m - Val Formazza (VB)

Da: Riale - Dislivello: 800 m + 1100 m + 700 m - Ore: 2,5 + 7 + 5 - **Difficoltà: EEA/F** - **Attrezzatura da Ghiacciaio** - Alpinismo "classico" sulle maggiori cime dell'alta Val Formazza, tra laghi e ghiacciai. Salita alla Punta 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)**

### **03 luglio** **Grande Aiguille Rouse** 3482 m - Valle Orco

Vetta posta sul confine tra Parco Nazionale del Gran Paradiso e Vanoise. Partenza dal Lago del Serrù (Ceresole Reale) - Dislivello: 1200 m - Difficoltà: A /F+ - **Attrezzatura da Ghiacciaio.** Abbigliamento da Alta Montagna. Partecipanti: min 10 max 20.

**Capigita: Roberto Novaro (ASE) e gli Accompagnatori Commissione Gite**

### 09-10 luglio Gran Paradiso 4061 m - Valsavarenche

Da: Pont - Dislivello: 750 m. + 1310 m. - Ore: 2 + 4 solo salita - Pernottamento al Rifugio Vittorio Emanuele II 2735 m - **Difficoltà:** A/F+ - **Attrezzatura da Ghiacciaio.** Il Gran Paradiso è una della grandi classiche fra le salite ai 4000. L'ascensione prevede un tratto su ghiacciaio da affrontare con attenzione ed un avvicinamento mediamente impegnativo  
Partecipanti: min 12 max 18.

**Capigita: Ivano Gauna (AE EEA) e gli Accompagnatori Commissione Gite**

### 03-04 settembre Argentera Cima Nord 3286 m - Valle Gesso

Da: Terme Di Valdieri (1370m) - Dislivello: 1000 m + 1000 m circa - Ore: 3 + 4 solo salita - Pernottamento al Rifugio Buzzi-Morelli - **Difficoltà:** A/F+ - **Attrezzatura da Alpinismo.** Dalla cima panorama sul gruppo dell'Argentera e Alpi Marittime. Partecipanti: min 10 max 25.  
**Capigita: Roberto Novaro (ASE), Enrico Muraro**

### 10-11 settembre Corno Bianco 3320 m - Val Vogna

Da: Sant'Antonio (Riva Valdobbia, VC) - Disl.: 1°giorno: disl. 820 m (ore 3); 2°giorno: disl. 1120 m (ore 8 complessive). **Difficoltà:** A/F - **Attrezzatura da Alpinismo.** Itinerario impegnativo per il quale occorre una buona forma fisica e ottimo meteo. Partecipanti: min 10 max 15.  
**Capigita: Sandro Siroto (ASE), Gianni Chiamberlando, Luciano Origlia(AE EAI)**

### 02 ottobre Via Ferrata N. Ciardelli 1400 m - Vallone del Bourcet (Val Chisone)

Da: Roure - Sviluppo ferrata 400 m ; Avvicinamento 200 m. - Ore: 2:30 - **Difficoltà:** EEA (Ferrata D) - **Attrezzatura da ferrata** - Ferrata molto articolata con tratti verticali, trasversi, cenge, ponti e qualche passaggio atletico. Partecipanti: min 12 max 20.

**Capigita: Ivano Gauna (AE EEA), Roberto Novaro (ASE)**



Piramide Vincent



Monte Scaletta



# COMMISSIONE GITE

## TREKKING

1913 UGET 2022

### TREKKING

#### **16-19 aprile PASQUA** **Sulle vie Etrusche nel triangolo del tufo - Toscana**

Da: Sorano e arrivo ad Orbetello - Dislivello: quasi nullo - **Difficoltà: T** - Gita in pullman - Attrezzatura da escursionismo leggero - Nel triangolo del tufo ricco di testimonianze archeologiche percorrendo bellissime vie cave e soggiornando in paesi ricchi di fascino, storia e arte.

**Capigita:** *Emilio Botto (ASE - ORTAM), Valeria Aglirà (ASE - ORTAM), Maurizio Carpentieri*

#### **28 maggio - 4 giugno** **Trekking Isola Minorca - Isola delle Baleari (Spagna)**

Il trekking è stanziale, con unico albergo sul mare - Un paradiso circondato da un mare da sogno. Dislivello: Max. 600 m, lunghezza da 14 a 18 km (da 5 a 8 ore) - **Difficoltà: T, E** - Gita in Aereo - Autobus. Attrezzatura da escursionismo. Partecipanti: max 35.

**Capigita:** *Luciano Zanon (AE), Ivano Gauna (AE EEA)*

#### **11 - 19 giugno** **Trekking in Marocco - Africa**

Partenza da Marrakech. Dalle vette dell'Atlante alle dune di sabbia dell'Erg Chebbi. Pernottamento in hotel e campo tendato - **Difficoltà: EE** - Gita in Aereo, Bus, Jeep 4x4. Attrezzatura da escursionismo Partecipanti: min 18 max 20.

**Capigita:** *Peppe Pampalone*

#### **30 luglio-06 agosto** **Trekking Gruppo delle Tofane - Dolomiti**

Da: Passo Falzarego - Dislivelli: Max. 1100 m - dalle 4 alle 6 ore - **Difficoltà: EEA** - Gita in Autobus - **Attrezzatura da ferrata** - Trekking di una settimana su vie ferrate e sentieri attrezzati intorno alle tre Tofane. Partecipanti: min 18 max 22.

**Capigita:** *Ivano Gauna (AE EEA), Mauro Marino*

#### **26, 27, 28 agosto** **Centenario del parco Gran Paradiso 2612 m - Valle Orco**

Da: Ceresole Reale - Dislivello: 1000 m circa - **Difficoltà: E** - Si ripercorre a piedi il sentiero reale che da Ceresole conduce al colle del Nivolet - discesa il giorno successivo passando dai colli della Terra e della Porta, prolungamento fino a Noasca il terzo giorno. Iscrizioni: due giovedì precedenti - Gita in Treno. Pernottamento in rifugio.

**Capigita:** *Emilio Botto (ASE - ORTAM), Roberto Gagna, Valeria Aglirà (ASE - ORTAM)*

**Eventuali variazioni saranno tempestivamente comunicate attraverso la nostra newsletter.**



*Punta Libeccio - Marettimo*

## 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; primo passo per proteggere. Le iscrizioni alle escursioni vengono raccolte in sede i giovedì precedenti l'escursione stessa dalle ore 21 alle 22,30. I **trekking** sono elencati al termine del capitolo escursioni.

## ESCURSIONI

### **20 febbraio** 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.

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

### **6 marzo** Intorno al monolito di Pera Piana - Bassa Val di Susa (TO)

Escursione intorno ad un sito di arrampicata attrezzato dal Comune di Avigliana. Partenza ed arrivo da Avigliana 360 m.. Dislivello 400 m -Tempo complessivo ore 4,00.

In collaborazione con la Sottosezione GEB del Cai Torino

*Capigita: Lodovico Marchisio (AE emerito), Arnaldo Reviglio, Giampiero Salomone (AE)*

### **13 marzo** Anello di Celle Ligure e Sanda - Liguria (SV)

Partenza ed arrivo da Celle Ligure quota mare, quota massima 400 m.

Dislivello 400 m -Tempo complessivo ore 5,00.

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

### **27 marzo** Anello degli Orridi, un sentiero recuperato dalla TAM (TO)

Partenza da Foresto 462 m, Falcemagna 843 m, arrivo a Chianocco 550 m.

Dislivello 400 m -Tempo complessivo ore 6,00.

*Capigita: Beppe Gavazza (ASE)*

## **3 aprile** Il sentiero Augusto Monti - Val Sangone (TO)

Partenza ed arrivo da Mollar dei Franchi frazione di Giaveno 579 m.

Dislivello 250 m - Tempo complessivo ore 4,00.

*Capogita: Michele D'Amico, Mara Piccinin*

## **10 aprile** Nel Parco della Dora - Bassa Val di Susa (TO)

Partenza da San Didero 430 m, Borgone 394 m, arrivo a Sant'Antonino di Susa 380 m. Dislivello 300 m - Tempo complessivo ore 5,00. In collaborazione con la Sottosezione GEB del Cai Torino.

*Capogita: Lodovico Marchisio (AE emerito), Arnaldo Reviglio, Giampiero Salomone (AE)*

## **1 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. In collaborazione con la Sottosezione GEB del Cai Torino

*Capogita: Giampiero Salomone (AE), Vittorio Zeppa (ASE), Paolo Rosso*

## **8 maggio** Dal Col del Lys a Caselette - Bassa Val di Susa (TO)

Partenza dal Col del Lys 1311m ed arrivo a Caselette 350 m. Dislivello in salita 700 m, in discesa 1550 m - Tempo complessivo ore 7,00.

*Capogita: Michele D'Amico*

## **15 maggio** Balconata sul Lago Maggiore - (VCO)

Partenza da Montorfano 414 m ed arrivo a Mergozzo 196 m

Dislivello 400 m - Tempo complessivo ore 4,00.

*Capogita: Marco Tencaioli*

## **22 maggio** Anello di Santa Cristina 1340 m - Val di Lanzo (TO)

Partenza ed arrivo da Ceres 704 m - Dislivello 650 m - Tempo complessivo ore 6,00.

*Capogita: Michele D'Amico*

## **12 giugno** Anello di Testa Ciarva 2364 m - Val di Lanzo (TO)

Partenza ed arrivo: Pian della Mussa 1800 m. Dislivello 600 m - Tempo complessivo ore 5,00.

*Capogita: Michela Giannetta (ASE), Ezio Sesia*

## **19 giugno** Le Sentier Valleen de la Roya -Val Roya (F)

Partenza da Breil Sur Roya, 290 m, arrivo a Saorge, 520 m. Dislivello in salita 800 m, in discesa 600 m - Tempo complessivo ore 6,00. In collaborazione con la Sottosezione GEB del Cai Torino ed il CAI di Bordighera

*Capogita: Giampiero Salomone (AE), Vittorio Zeppa (ASE)*

## **26 giugno** Nel Vallone delle Cime Bianche - Val d'Ayas - Val d'Aosta (AO)

Partenza ed arrivo da Saint Jacques 1.685 m, Alpe Mase 2407 m. Dislivello 722 m - Tempo complessivo ore 5,30.

*Capogita: Beppe Borione (ASE-ORTAM), Daria Fava (ASE-ORTAM)*

## **3 luglio I laghi della Balma 2213 m - Val Sangone (TO)**

Partenza ed arrivo dalla strada di Pian Neiretto 1180 m, Lago Soprano della Balma 2213 m..  
Dislivello 1050 m -Tempo complessivo ore 5,30.

*Capigita: Michele D'Amico, Efsia Marras*

## **10 luglio Gran Lac e Col de l'Oule 2546 m - Val Clarée - Hautes Alpes (F)**

Partenza ed arrivo da Nevache 1.584 m. Dislivello 965 m -Tempo complessivo ore 6,00.

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

## **17 luglio Colle del Rastel 2373 m - Val Varaita.(CN)**

Partenza ed arrivo da Chianale 1733 m. Dislivello 710 m - Tempo complessivo ore 5,00.

*Capigita: Marco Tencaioli*

## **4 settembre I laghi di Roburent - Valle Stura (CN)**

Partenza da Col de Larches 1996 m , laghi di Roburent 2426 m, arrivo ad Argentera 1684 m.  
Dislivello in salita 500 m, in discesa 850 m -Tempo complessivo ore 5,00.

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

## **11 settembre Al rifugio Daviso 2280 m - Val di Lanzo (TO)**

Partenza ed arrivo da Forno Alpi Graie 1219 m. Dislivello 1100 m - Tempo complessivo ore 7,00.

*Capigita: Michele D'Amico, Marco Tencaioli*

## **18 settembre 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 920 m -Tempo complessivo ore 6.30. In collaborazione con la Sottosezione GEB del Cai Torino ed il CAI di Loano

*Capigita: Lodovico Marchisio (AE emerito), Claudio Menozzi (AE), Paolo Rosso, Giampiero Salomone (AE)*

## **2 ottobre Lago di Afframont 1986 m - Val di Lanzo (TO)**

Partenza ed arrivo da Balme 1408 m. Dislivello 615 m -Tempo complessivo ore 5,00.

*Capigita: Roberta Cucchiaro (ASE)*

## **23 ottobre Monte Rubbio 1590 m - Valle Maira (CN)**

Partenza ed, arrivo da San Damiano Macra 740 m, Monte Rubbio 1590 m. Dislivello 900 m -Tempo complessivo ore 7,00. In collaborazione con la Sottosezione GEB del Cai Torino ed il CAI di Bordighera.

*Capigita: Lodovico Marchisio (AE emerito), Giampiero Salomone (AE), Vittorio Zeppa (ASE)*

## **30 ottobre Anello dei laghi di Sumiana 1165 m - Val di Lanzo (TO)**

Partenza ed arrivo da Pessinetto 580 m. Dislivello 750 m -Tempo complessivo ore 6,00.

*Capigita: Michela Giannetta (ASE), Ezio Sesia*

### TREKKING

#### **23 - 27 aprile**    **Trekking “Sentiero delle Terre Alte”** da Toirano a Spotorno - Liguria

5 giorni, viaggio in treno ed autobus, pernottamenti in rifugi.

Iscrizioni da giovedì 20 gennaio, partecipanti max. 14.

*Capogita: Irene Mangino, Mario Placenza (ASE)*

#### **21 - 28 maggio**    **Trekking in Sardegna “Il cammino delle Cento Torri”**

8 giorni, viaggio in aereo e spostamenti in loco in autobus, pernottamenti in hotel.

In collaborazione con Accompagnatori Escursionistici locali.

Iscrizioni da giovedì 24 febbraio, partecipanti max. 25

*Capogita: Efsia Marras, Mario Placenza (ASE)*

#### **9 - 16 luglio**    **Trekking in Molise (Alto Molise)**

8 giorni, viaggio in treno e spostamenti in loco in autobus, pernottamenti in hotel ad Agnone (IS). In collaborazione con Guida Ambientale escursionistica locale.

Iscrizioni da giovedì 24 febbraio, partecipanti max.30

*Capogita: Liliana Cerutti*

#### **1 - 6 agosto**    **Trekking “Parco Orsiera-Rocciavré” - Val di Susa**

Un Parco a due passi da Torino, 6 giorni, tra Val di Susa e Val Chisone, viaggio in auto, con pernottamenti nei rifugi Balma, Selleries, Toesca, Bergerie, Amprimo, Gravio. Iscrizioni da giovedì 24 febbraio, partecipanti max. 14

*Capogita: Michele D’Amico, Marco Tencaioli*

#### **3 - 10 settembre** **Trekking “l’Altopiano del Carso” - Alpi Giulie (FVG)**

8 giorni, viaggio in treno, pernottamenti ad Udine e Trieste. In collaborazione con Accompagnatori Escursionistici del CAI di Udine Iscrizioni da giovedì 20 gennaio

*Capogita: Massimo Prono, Marco Tencaioli*

#### **24 settembre - 2 ottobre** **Trekking in Sicilia, lungo la costa di Trapani**

9 giorni, viaggio in aereo, spostamenti in loco in autobus, pernottamenti in hotel. In collaborazione con Accompagnatori Escursionistici locali. Iscrizioni da giovedì 20 gennaio, partecipanti max. 25,

*Capogita: Mario Placenza (ASE)*

# SCUOLA DI ALPINISMO E ARRAMPICATA "ALBERTO GROSSO"



1913 UGET 2022

Più di 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 alcuni anni, 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.

## **CORSO DI GINNASTICA PRESCIISTICA E PREALPINISTICA**

(ottobre 2021 - 27 maggio 2022)

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 online il lunedì e il giovedì dalle 19,30 alle 20,30 con la collaborazione di un'insegnante Suism. Le iscrizioni si effettuano via mail all'indirizzo [corsoginnastica@caiugetalp.com](mailto:corsoginnastica@caiugetalp.com); 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.



# SCUOLA DI ALPINISMO E ARRAMPICATA "ALBERTO GROSSO"

1913 UGET 2022

---

## **32° CORSO DI CASCATE DI GHIACCIO**

(gennaio - febbraio 2022)

**Presentazione giovedì 13 gennaio ore 21 in sede**

Apertura iscrizioni lunedì 10 gennaio 2022 via email: [corsocascate@caiugetalp.com](mailto: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 e valdostane; 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.

## **36° CORSO DI TECNICA DI ROCCIA**

(febbraio - aprile 2022)

**Presentazione lunedì 10 febbraio ore 21 in sede**

Apertura iscrizioni martedì 01 febbraio 2022 via email: [corsoroccia@caiugetalp.com](mailto: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 monotori, 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.

## **34° CORSO DI ALPINISMO**

(maggio - luglio 2022)

**Presentazione giovedì 05 maggio ore 21 in sede**

Apertura iscrizioni giovedì 05 maggio 2022 via email: [corsoalpinismo@caiugetalp.com](mailto:corsoalpinismo@caiugetalp.com)

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 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 2022)

Maggiori informazioni riguardanti le date di questo corso saranno disponibili sul "Volantino Scuola A. Grosso" pubblicato a fine giugno 2022.

**Iscrizioni via email:** [corsoarrampicata@caiugetalp.com](mailto: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.



*Tour Ronde - Via Gabarrou*



*Filo di Arianna alla Combe Maudit*



## GRUPPO SCI ALPINISMO

1913 UGET 2022

---

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](http://www.caiuget.it/gsa).

### PROGRAMMA USCITE GSA 2021 2022

**19 Dicembre 2021**

#### **ALLA RICERCA DELLA PRIMA NEVE**

*Capigita: Alberto Torazzo - Luigi Spina - Stefano Oldino*

**2 Gennaio 2022**

#### **GITA DI INIZIO ANNO (Alta Val Susa)**

Destinazione a sorpresa, pranzo sociale  
e auguri ai soci.

*Capigita: Silvia Previale - Riccardo Valchierotti - Guido Borio*

**23 Gennaio 2022**

#### **ZERBION 2722 m**

MS D+ 1230 m

*Capigita: Valeria Aglirà - Stefano Oldino - Carlo Frigo*

**13 Febbraio 2022**

#### **ROCCA D’OREL 2438 m**

MSA D+ 1061 m

*Capigita: Roberto Fullone – Lorenzo Cerutti – Michelino Giordano*

N.B. utilizzo ramponi ed eventualmente piccozza

**27 febbraio 2022**

#### **CIARM DEL PRETE 2390 m**

MS D+ 1220 m

*Capigita: Marco Centin - Giovanni Buffa - Valeria Aglirà*

**13 Marzo**

#### **CIMA BECCHER 3021 m**

BS D+ 1395 m

*Capigita: Roberto Porro Marchetti - Alberto Torazzo - Guido Borio*

---

## **RADUNO: 1 – 4 Aprile** **VALLE MAIRA**

Dislivello e mete da definire in base all'innnevamento

*Capigita: Enrico Leinardi - Michelino Giordano - Cecilia Torelli - Luigi Spina*

## **1 Maggio**

### **GITA A "4000" sul Monte Rosa**

Dislivello in base alle destinazioni prescelte

Un quattromila sul Monte Rosa

*Capigita: Stefano Oldino - Marco Centin - Valeria Aglià*



*Vallone di Pontebernardo*



*...verso la cima del Pain de Sucre*



*Monte Roisetta*



# SCUOLA SCI ALPINISMO

1913 UGET 2022

## I CORSI DI SCIALPINISMO

### CORSO BASE SA1

Il corso è rivolto a chi, già in possesso di una discreta capacità sciistica, intende avvicinarsi alla pratica dello scialpinismo 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.

Le prime uscite invernali prevedono gite in ambiente medio-facile, di dislivello progressivamente crescente e serve a fornire ai partecipanti le nozioni fondamentali per praticare lo scialpinismo. Le ultime gite primaverili prevedono uscite di maggiore impegno, con l'intento di illustrare quelle tematiche necessarie a completare la formazione scialpinistica del partecipante.

**POSTI DISPONIBILI: 35**

### CORSO AVANZATO SA2

Il corso è rivolto a chi intende perfezionare la propria tecnica scialpinistica, avendo già frequentato un corso base.

Il corso avanzato fornisce nozioni più specifiche in materia di:

- tecnica di discesa;
- valutazione dei rischi nel corso della gita
- norme comportamentali di sicurezza nelle uscite.

**POSTI DISPONIBILI: 20**

### ISCRIZIONE AI CORSI

È necessaria la PREISCRIZIONE on line sul sito della Scuola [www.caiuget.it/ssa](http://www.caiuget.it/ssa) effettuabile a partire dal **2 dicembre 2021**

### PRESENTAZIONE DEI CORSI

**1 dicembre 2021 - ore 21, in sede**

### PERFEZIONAMENTO ISCRIZIONE AI CORSI

**15 dicembre 2021 - ore 21, in sede**

## INCONTRI DIDATTICI

In sede alle ore 21 o durante le uscite (E' necessario possedere il certificato verde Covid-19 e consentirne la verifica agli istruttori), nelle date sotto indicate:

### Corso base SA1:

<b>mercoledì 12 gennaio</b>	<b>sede</b>	L'attrezzatura e la sua manutenzione
<b>mercoledì 19 gennaio</b>	<b>sede</b>	Autosoccorso in valanga: formazione di base
<b>mercoledì 2 febbraio</b>	<b>sede</b>	Neve e valanghe
<b>mercoledì 16 febbraio</b>	<b>sede</b>	GPS con elementi di cartografia e Orientamento
<b>mercoledì 2 marzo</b>	<b>sede</b>	Primo soccorso ed emergenza in montagna
<b>mercoledì 16 marzo</b>	<b>sede</b>	Elementi di meteorologia
<b>sabato 19 marzo</b>	<b>uscita</b>	Autosoccorso in valanga, simulazione in ambiente
<b>domenica 20 marzo</b>	<b>uscita</b>	Scelta e condotta della gita

### Corso avanzato SA2:

<b>mercoledì 9 marzo</b>	<b>sede</b>	Autosoccorso in valanga, formazione evoluta
<b>mercoledì 23 marzo</b>	<b>sede</b>	GPS, Applicazioni smartphone e cartografia
<b>sabato 26 marzo</b>	<b>uscita</b>	Approfondimenti del manto nevoso, stratigrafia
<b>mercoledì 6 aprile</b>	<b>sede</b>	Approfondimenti di meteorologia, Glaciologia
<b>sabato 9 aprile</b>	<b>uscita</b>	Progressione su ghiacciaio, nodi e legature
<b>mercoledì 20 aprile</b>	<b>sede</b>	Scelta e condotta della gita, livello avanzato
<b>sabato 23 aprile</b>	<b>uscita</b>	Autosoccorso su ghiacciaio, recupero da crepaccio
<b>domenica 24 aprile</b>	<b>uscita</b>	Primo soccorso, simulazione in ambiente

## ESERCITAZIONI PRATICHE

### CORSO BASE SA1

**16 gennaio** 1° uscita  
**23 gennaio** 2° uscita  
**6 febbraio** 3° uscita  
**20 febbraio** 4° uscita  
**6 marzo** 5° uscita  
**19-20 marzo** 6° e 7° uscita, 2 giorni

### CORSO AVANZATO SA2

**13 marzo** 1° uscita  
**26-27 marzo** 2° e 3° uscita, 2 giorni  
**9-10 aprile** 4° e 5° uscita, 2 giorni  
**23-25 aprile** 6°, 7° e 8° uscita, 3 giorni  
**30 aprile - 1 maggio** eventuale recupero

Nel corso dell'uscita del 16 gennaio verrà effettuata una **valutazione** delle capacità sciistiche dei nuovi allievi.

La partecipazione alle uscite pratiche deve essere confermata, 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. E' necessario possedere il certificato verde Covid-19 e consentirne la verifica agli istruttori.



# SCUOLA SCI ALPINISMO

1913 UGET 2022

## ISCRIZIONI

È necessaria la preiscrizione sul sito [www.caiuget.it/ssa](http://www.caiuget.it/ssa) con compilazione della domanda di ammissione. All'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 perfezionano presso la sede del **CAI UGET TORINO** in Corso Francia n. 192 mercoledì **15 dicembre 2021** 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 dal CAI in regola con l'iscrizione per l'anno **2022**.

L'iscrizione ai corsi della Scuola di scialpinismo del CAI UGET è riservata ai Soci CAI che abbiano compiuto il 18esimo anno di età alla data del 15 dicembre 2021.

Agli iscritti del Corso base SA1 verrà consegnato, incluso nella quota, il manuale di tecnica scialpinistica del Club Alpino Italiano.

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

## EQUIPAGGIAMENTO

Sono necessari: sci con attacchi specifici per lo scialpinismo, pelli di foca autoadesive, scarponi da scialpinismo, ARTVA, pala e sonda. Per le gite primaverili si aggiungono piccozza, ramponi e imbragatura. Approfondimenti e consigli per l'acquisto di materiali e attrezzatura verranno forniti in occasione della lezione teorica del 12 gennaio 2022.

<b>Direttore della Scuola</b>	<b>Sara Berta</b>	<b>INSA</b>
<b>Direttore SA1</b>	<b>Giuseppe Geninatti Cossatin</b>	<b>ISA</b>
<b>Direttore SA2</b>	<b>Alberto Cucatto</b>	<b>ISA</b>

Cari Soci, una nuova stagione invernale è ormai alle porte e siamo finalmente pronti a ripartire dopo il lungo periodo di arresto. Siamo lieti di presentarvi il programma 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 **CAI UGET** 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:** 16-23 Gennaio, 6-13-27 Febbraio, 6-Marzo 2022

**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'innnevamento.

**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, Giovanna Bersano e Chiara Tenderini*



# GRUPPO SCI FONDO & SCUOLA SCI ESCURSIONISMO "NEVELIBRE"

1913 UGET 2022

Il Gruppo di Sci di Fondo e la Scuola di Sciescursionismo "Nevelibre" propongono:

- corsi di Sci di fondo
- corsi di Sciescursionismo
- gite sociali

## **PRESENTAZIONE CORSO DI SCI DI FONDO (46° ANNO)**

**GIOVEDÌ 18 Novembre 2021**

Ore 21 - in sede

## **CORSO DI SCI DI FONDO**

**Gennaio - Marzo 2022**

Il corso è rivolto a chi si vuole avvicinare alla pratica dello sci di fondo oppure vuole migliorare la propria tecnica sciistica. Gli allievi, a seconda delle capacità tecnico-sciistiche, vengono suddivisi in classi:

- 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 FISI nelle seguenti domeniche:

**16 gennaio - 30 gennaio - 13 febbraio - 27 febbraio - 13 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.

**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.**

## **ATTIVITÀ EXTRA CORSO:**

**WE in Val Chiavenna da venerdì 18 a domenica 20 marzo 2022**

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.

## **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 fosse interessato può contattare il responsabile della sezione agonistica:

**AMERIO Andrea**

- Cellulare: 3771568953
- E-mail: [andr.am60@gmail.com](mailto:andr.am60@gmail.com)

## **PRESENTAZIONE CORSI DI SCI ESCURSIONISMO**

**Giovedì 25 novembre 2021**  
Ore 21in Sede

### **CORSO BREVE DI SCI ESCURSIONISMO DI BASE (SFSE2) Gennaio - Marzo 2022**

Il corso breve di sciescursionismo di base è un corso rivolto a sciatori in possesso di una sufficiente/discreta tecnica sciistica sia di fondo che di discesa e prevede l'insegnamento, attraverso lezioni teoriche ed uscite sul terreno, di alcune nozioni fondamentali per poter svolgere con ragionevole sicurezza l'attività sciescursionistica di base su itinerari facili, purché accompagnati, permettendo un approccio 'plaisir' al di fuori delle piste battute. L'attrezzatura utilizzata sarà quella di Sci Escursionismo.

L'attività prevede sia lezioni teoriche che uscite pratiche tenute da istruttori Cai.

USCITE PRATICHE:

**16 gennaio - 30 gennaio - 13 febbraio - 27 febbraio - 13 marzo**

LEZIONI TEORICHE:

**25 gennaio - 08 febbraio - 22 febbraio - 08 Marzo**

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

### **CORSO BREVE DI SCI ESCURSIONISMO AVANZATO (SE2) Marzo-Aprile 2022**

Il corso breve di sciescursionismo avanzato è un corso rivolto a sciatori in possesso di una discreta/buona tecnica di discesa e prevede l'insegnamento, attraverso lezioni teoriche ed uscite sul terreno di alcune nozioni fondamentali per poter svolgere con ragionevole sicurezza l'attività sciescursionistica su itinerari facili, purché accompagnati. La tecnica di discesa utilizzata è quella del tallone libero o Telemark. L'attrezzatura utilizzata sarà quella da Telemark.

L'attività prevede sia lezioni teoriche che uscite pratiche tenute da istruttori Cai.

USCITE PRATICHE:

**05 marzo - 19 marzo - 26 marzo - 10 aprile - 24 aprile**

LEZIONI TEORICHE:

**15 marzo - 22 marzo - 05 aprile - 24 aprile**

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

**NB: I direttori dei corsi si riservano di variare programma e/o le località delle uscite in funzione delle condizioni nivo-meteorologiche e di viabilità.**



# GRUPPO SCI FONDO & SCUOLA SCI ESCURSIONISMO "NEVELIBRE"

1913 UGET 2022

## GITE SOCIALI EXTRA-CORSO

Aprile-Giugno 2022

Al termine del corso sono altresì previste delle gite sociali, aperte sia agli allievi che hanno appena terminato il corso avanzato, sia ad ex-allievi o soci Cai che abbiano voglia di partecipare a queste iniziative.  
L'attrezzatura richiesta può essere da Sci Escursionismo, da Telemark e da Scialpinismo.

GITE SOCIALI:

**20 febbraio - 03 aprile - 01 maggio - 15 maggio - 29 maggio - 12 giugno**

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

**NB: I capigita si riservano di variare programma e/o le località delle uscite in funzione delle condizioni nivo-meteorologiche e di viabilità.**

## CONTATTI & INFORMAZIONI

Tutte le informazioni relative alle attività sociali verranno comunicate tramite la newsletter della scuola e pubblicate sul sito:

[www.caiuget.it/sfe](http://www.caiuget.it/sfe)

Per ulteriori informazioni rivolgersi ai responsabili del gruppo e della scuola il giovedì sera in sede oppure scrivere a:

[skifondo@caiuguet.it](mailto:skifondo@caiuguet.it)

## MODALITÀ DI ISCRIZIONE ED ACCETTAZIONE AI CORSI

A causa del perdurare della situazione pandemica legata al Covid-19, possono partecipare ai corsi solo persone che:

- Dispongono di "Green Pass" e sono disponibili al suo controllo;
- Sono a conoscenza di non essere state a contatto con persone risultate positive negli ultimi 14 giorni;
- Dichiarano di avere una temperatura corporea non superiore a 37.5°C e di non avere sintomi simil-influenzali ascrivibili al Covid-19;
- La partecipazione ai corsi equivale alla consapevole affermazione di cui sopra.



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@gsptorino.it](mailto:info@gsptorino.it) oppure venire all'incontro settimanale che si tiene tutti i giovedì sera presso la **sede del CAI-UGET**.

**4 marzo, ore 21, in sede Cai Uget, serata di presentazione del Corso 2022.**

## **10 marzo - 15 maggio CORSO DI INTRODUZIONE ALLA SPELEOLOGIA**

Il corso è articolato in lezioni teoriche, il 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@gsptorino.it](mailto:info@gsptorino.it)

**20 ottobre, ore 21, in sede Cai Uget, serata di presentazione della gita del 23 ottobre.**

## **23 ottobre Gita alla grotta delle Vene - Viozene (CN) - Alta Valle Tanaro**

Da Viozene in circa 60 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: Fulvio Boano, Agostino Cirillo. Org.: GSP**

**Le date e le mete indicate potrebbero subire variazioni, ove ciò sia ritenuto necessario dagli organizzatori.**

Per le iscrizioni si faccia riferimento a quanto indicato sul sito: [www.caiuget.it/mtb](http://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 € 11.55 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.

### **14 maggio (sabato): La Mandria - Lanzo Torinese**

Partenza dal Ponte Verde del Parco Regionale della Mandria - Dislivello 650 m, 53,2 km - **Difficoltà MC/MC**. Dislivello contenuto con percorso prevalentemente pianeggiante.

**Capigita: Massimo Grandi (Sez. Alpignano), Marco Centin (AE-C)**

### **29 maggio (domenica) Colle Pian Fum - Viù**

Partenza da Viù Nelle Valli Di Lanzo - Dislivello 1315 m, 30 km - **Difficoltà BC/BC**. Salita su asfalto fino a poco oltre Tornetti e poi strada sterrata facile all'inizio e poi via via più impegnativa

**Capigita: Cristina Vernassa (Sez. Lanzo), Marco Centin (AE-C)**

### **5 giugno (domenica) Santuario di Valmala - Val Varaita**

Partenza da Melle - Dislivello 1150 m, 27 km - **Difficoltà MC/BC**

Giro nella bellissima Val Varaita dove potremo assaggiare il famoso tomino di Melle; dislivello importante su strade sterrate ed asfalto.

**Capigita: Valeria Aglirà (ASE, ORTAM), Marco Centin (AE-C)**



*Le Grandes Jorasses - Val Ferret*

## 9 - 10 luglio **Limone - Chiusa Pesio** Alpi Marittime

Partenza da Limone Piemonte (CN) e rientro a Chiusa Pesio Dislivello 1200+400 m, 35+25 km - **Difficoltà BC/OC**. Da Limone Piemonte, salita al Colle di Tenda su asfalto. Da lì percorriamo al classicissima Via del Sale fino al Rifugio don Barbera dove pernosteremo.

**Capigita: Marco Centin (AE-C)**

## 23 luglio (sabato) **Croce Tournour** Valle Po

Partenza da Paesana - Dislivello 1300 m, 41 km - **Difficoltà: MC/MC**

Gita di montagna sulle pendici sopra Bibiana su strade sterrate e brevi sentieri. Gita facile adatta a tutti purché con un minimo di allenamento a causa del dislivello importante.

**Capigita: Valeria Aglirà (ASE, ORTAM), Marco Centin (AE-C)**

## 4 settembre (domenica) **Val Grande Tour** Valli di Lanzo

Partenza da Forno Alpi Graie (Valli di Lanzo, Valgrande) Dislivello 750 m, 35 km - **Difficoltà: BC/BC**. Ripercorriamo il bellissimo percorso effettuato durante il Raduno di VAL GRANDE VERTICALE (VGV) il 4 settembre 2021 che ha visto una corposa partecipazione di bikers.

**Capigita: Cristina Vernassa (Sez. LANZO), Marco Centin (AE-C)**

## 26 luglio **Raduno Nazionale CAI MTB** nei pressi di Feltre (BL)

## 02 ottobre **Raduno LPV**, Sezione organizzatrice da definirsi

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

**E' obbligatorio l'uso del casco**

**Scala Difficoltà: MC: Medi Ciclisti - BC: Bravi Ciclisti - OC: Ottimi Ciclisti**



*Lungo la Via del Sale*



## CORO CAI UGET

1913 UGET 2022

Il **Coro CAI UGET** guarda al 2022 come l'anno della rinascita. Come per tante altre attività, la pandemia ha rappresentato prima un arresto, poi una ripresa condizionata delle attività: l'anno che verrà sarà come quello di Lucio Dalla? C'è da sperarlo, per il bene di tutti. Il 2022 sarà l'anno della nuova sede operativa e dei 75 anni dalla fondazione: due eventi sicuri, che non dovrebbero essere disturbati da eventuali colpi di coda della pandemia. Potrebbero invece esserlo le tempistiche ed i concerti legati ai festeggiamenti, che dipendono da regole con le quali oggi si riesce a convivere, ma di cui temiamo la volatilità.

La nuova sede operativa sarà situata a fianco della Biblioteca Carluccio, in via Monte Ortigara 95, a fianco del ospedale Martini: dopo l'inaugurazione, che prevediamo a fine inverno, le porte saranno aperte a tutti coloro che vorranno passare qualche momento in corale allegria o che avessero voglia di unirsi a cantare con un Coro dall'indiscutibile curriculum.

Festeggiare settantacinque anni, tre quarti di secolo, meriterebbe un capitolo a parte, ma purtroppo gli eventi traballanti frenano la nostra creatività: un concerto come quello del 70° ci pare irripetibile, se non altro perché ad oggi numerose regole riducono la capienza della sala e le prestazioni del Coro.

Ma il Coro è pieno di fantasia e di risorse e chissà che dal cappello non salti fuori qualcosa di inaspettato al momento opportuno.

I concerti posticipati dal 2020 al 2021 e non tenutisi (Biella e Losanna) sono ora programmati per il 2022. Altre occasioni si stanno proponendo timidamente, alle quali prestiamo la massima attenzione, con la massima cautela.

Ci immaginiamo un 2022 con una timida e prudente ripartenza, sempre che le misure attualmente in vigore, che fanno mantenere una distanza irragionevole per un effetto corale, subiscano un allentamento.

Pensiamo che sia la speranza di tutti, quella di tornare ad una vita pienamente normale, che ci piacerebbe poter allietare con le nostre voci, un po' arrugginite, ma sempre squillanti.



*Chiesa di Castellamonte 2018*

## COMMISSIONE CAI UGET - CULTURA

La finalità della commissione è quella di proporre momenti conoscitivi delle tradizioni culturali relative alla realtà montana e non. Si toccano “terreni diversi”, quali visite a musei e relative mostre, serate a tema, proiezioni di filmati provenienti da festival di cultura montana e dalla cineteca CAI, presentazione di libri ed ogni altro argomento ritenuto di interesse culturale. Le visite saranno programmate tendenzialmente il terzo sabato di ogni mese. Tutte le iniziative verranno pubblicizzate durante l’anno tramite i tradizionali canali informativi del CAI Uget.

Inoltre verranno organizzate, in Sede, serate culturali a tema.

**Per informazioni consultare il sito Cai Uget alla pagina:**

<https://www.caiuget.it/ccc/>

**E-mail:** [cultura@caiuget.it](mailto:cultura@caiuget.it)

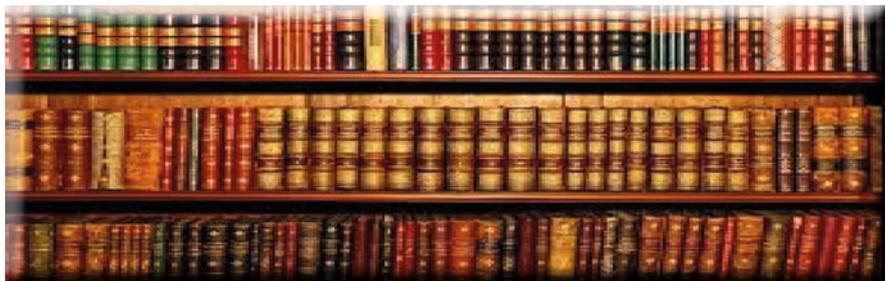
### **BIBLIOTECA CAI UGET**

Sin dalla fondazione l’UGET si è dotato di una Biblioteca. Da allora la Biblioteca ha avuto una costante crescita con l’acquisizione di libri, riviste, cartine topografiche, bollettini sezionali e nazionali - coprendo gli argomenti concernenti la Montagna nel suo intero contesto: Fauna, Flora, Geologia, Meteorologia, Speleologia, Letteratura, Sport, etc.

Presso la sede Cai Uget la Biblioteca è stata intitolata nel 2020 alla figura dello scrittore e alpinista **Emanuele Cassarà**; essa ha oggi un suo spazio autonomo, recentemente del tutto riallestito, in cui sono presenti oltre 3800 tra volumi e bollettini.

E’ in corso avanzato il processo di allineamento del catalogo della Biblioteca UGET con quello di Biblioteca Nazionale CAI.

La Biblioteca UGET è operativa dal maggio 2021, essendo già attivo il prestito dei libri mediante prenotazione. Nel corso del 2022, se gli eventi pandemici lo permetteranno, sarà possibile finalmente attivare anche la consultazione dei volumi in Sede nelle giornate stabilite.





Sottosezione di Trofarello  
"Guido Ottone"

# SOTTOSEZIONE DI TROFARELLO "GUIDO OTTONE"

1913 UGET 2022

Sede c/o (Centro Culturale Marzanati) Via Cesare Battisti, n. 25  
10028 Trofarello (TO)

(Aperta tutti i giovedì sera dalle ore 21 alle 22,30)

## PROGRAMMA ATTIVITÀ SOCIALI (2022)

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 i comuni ideali di amicizia, fraternità e di difesa e rispetto dell'ambiente.

Come consuetudine, 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 ed i prodotti tipici.

Per l'attività invernale, le località in elenco, sono puramente indicative e potranno essere itineranti di volta in volta, in funzione delle condizioni nivologiche in atto.

## INFORMAZIONI GENERALI SULLA PARTECIPAZIONE ALLE ATTIVITÀ

La partecipazione alle attività del CAI sottosezione di Trofarello è riservata ai soci regolarmente iscritti per l'anno in corso e/o non soci con assicurazione giornaliera.

I soci, prima dell'adesione, devono prendere visione con attenzione dell'itinerario, valutare i tempi di percorrenza, i dislivelli, le difficoltà, la propria preparazione ed il proprio allenamento e l'adeguatezza dell'attrezzatura personale.

Gli accompagnatori sono presenti in sede, **ogni giovedì sera antecedente l'uscita**, per fornire informazioni sul percorso e sull'attrezzatura occorrente.

Durante le escursioni, non sono ammesse iniziative personali.

Per cause di forza maggiore, indisponibilità dei Capigita, condizioni ambientali, ecc.. le attività possono essere modificate o soppresse ad insindacabile giudizio dei responsabili.

## LEGENDA ATTIVITÀ

**S (sci/snow board)**

**ESC (escursionismo)**

**MTB (cicloescursionismo)**

**CIA (racchette da neve/sci scursionismo)**

## SCALA DIFFICOLTÀ DELLE GITE PROPOSTE

**T = Percorso turistico, escursionistico facile**

**E = Percorso escursionistico**

**EE = Percorso per escursionisti esperti**

**EEA = Percorso per escursionisti esperti con attrezzatura specifica**

**EI(\*) = Percorso escursionistico in ambiente innevato con "racchette/sci scursionismo"**

(\*) La partecipazione a queste escursioni prevede l'utilizzo dell'ARTVA e della SONDA.

ARTVA e SONDA, se non di proprietà dell'escursionista sono noleggiabili in sede, fino ad esaurimento della disponibilità

# SOTTOSEZIONE DI TROFARELLO "GUIDO OTTONE"



Sottosezione di Trofarello  
"Guido Ottone"

1913 UGET 2022

## **9 Gennaio - SCI/SNOW BOARD CIASPOLE** (Monginevro e/o località equivalente)

**Itinerario CIA: DEFINIZIONE IN LOCO**

Dislivello: 500 - 600 m; Tempo di salita: 2,30 h c.a

**Difficoltà: (EI\*)**

**Capigita: Cucco-Manassero**

## **23 Gennaio - SCI/SNOW BOARD/CIASPOLE** (Monginevro e/o località equivalente)

**Itinerario CIA: DEFINIZIONE IN LOCO**

Dislivello 500 - 600 m; Tempo di salita: 2,30 h c.a

**Difficoltà: (EI\*)**

**Capigita: Cappa - Elmi**

## **6 Febbraio - SCI/SNOW BOARD/CIASPOLE** (Monginevro e/o località equivalente)

**Itinerario CIA: (DEFINIZIONE IN LOCO)**

Dislivello: 500 - 600 m; Tempo di salita: 2,30 h c.a

**Difficoltà. (EI\*)**

**Capigita: Frau - Minelli**

## **20 Febbraio - SCI/SNOW BOARD/CIASPOLE** (Monginevro e/o località equivalente)

**Itinerario CIA: (DEFINIZIONE IN LOCO)**

Dislivello: 500 - 600 m; Tempo di salita: 2,30 h c.a

**Difficoltà: (EI\*)**

**Capigita: Cucco - Giraudo**

## **6 Marzo - SCI/SNOW BOARD/CIASPOLE** (Monginevro e/o località equivalente)

**Itinerario CIA: (DEFINIZIONE IN LOCO)**

Dislivello: 500 - 600 m; Tempo di salita: 2,30 h c.a

**Difficoltà: EI**

**Capigita: Lupano - Olivetti**

## **20 Marzo - SCI/SNOW BOARD/CIASPOLE** (Monginevro e/o località equivalente)

**Itinerario CIA: (DEFINIZIONE IN LOCO)**

Dislivello: 500 - 600 m; Tempo di salita: 2,30 h c.a

**Difficoltà: (EI\*)**

**Capigita: Giraudo - Manassero**

**\*( ore 16: FESTA DELLA NEVE CON MERENDA SINOIRA)**



Sottosezione di Trofarello  
"Guido Ottone"

# SOTTOSEZIONE DI TROFARELLO "GUIDO OTTONE"

1913 UGET 2022

## ITINERARI ESCURSIONISTICI

### **3 Aprile - GITA AL MARE** - Varigotti Noli

Località di partenza: Varigotti

Dislivello: mt. 270 m c.a. Tempo tot. di percorrenza: 5 h. - **Difficoltà: E**

**Capigita: Grazian - Olivetti**

### **17 Aprile - DAL PO ALLA BASILICA DI SUPERGA**

Località di partenza: S. Mauro Torinese

Dislivello: mt 500 m; Tempo di salita: 2,30 h - **Difficoltà: E**

**Capigita: Giraudo - Lupano**

### **Maggio/Giugno/Luglio** (Accompagnamento c/o SCUOLE/ORATORI)

### **ITINERARI DA DEFINIRE CON LA DIREZIONE DIDATTICA/ORATORI**

**Capigita: Cappa/Elmi/Giraudo**

### **8 Maggio - PUNTA GIAS VEI 2179 m** (Valle di Lanzo)

Località di partenza: Colle della forchetta

Dislivello: mt 953 m; Tempo di salita: 3,30 h - **Difficoltà: E**

**Capigita: Cappa - Viero**

### **15 Maggio - MARCE' E PEDALE'** (Pedestre - Bici - Mtb nella Pianura Trofarellese)

Località di partenza: Scuole medie Trofarello

Tempo di percorso tot: 3. h - **Difficoltà: Tutte**

**Capigita: Consiglio Direttivo**

### **29 Maggio - MONTE ANTOROTO 2798 m** (Valle Tanaro)

Località di partenza: Colla di Casotto

Dislivello: 1000 m; Tempo di salita: 3,30 h - **Difficoltà: E**

**Capigita: Frau - Minelli**

### **5 Giugno - COLLE DONDEUIL 2342 m** (Valle di Gressoney)

Località di partenza: S. Grato

Dislivello: 922 m; Tempo di salita: 3,15 h - **Difficoltà: E**

**Capigita: Cucco - Zanin**

### **19 Giugno - RIFUGIO ALPETTO 2268 m** (Valle Po)

Località di partenza: Meire Dacant

Dislivello: 661 m; Tempo di salita: 3 h - **Difficoltà: E**

**Capigita: Bruni - Elmi**

### **3 Luglio - LAGO DEL RU 2570 m** (Valle di Lanzo)

Località di partenza: Pian della Mussa

Dislivello: 820 m; Tempo di salita: 3 h - **Difficoltà: E**

**Capigita: Cappa - Giraudo**

# SOTTOSEZIONE DI TROFARELLO "GUIDO OTTONE"



Sottosezione di Trofarello  
"Guido Ottone"

1913 UGET 2022

## **17 Luglio - M. GROS PEYRON 3047 m** (Valle Susa)

Località di partenza: Rif Scarfiotti

Dislivello: 900 m; Tempo di salita: 3 h - **Difficoltà: E**

**Capigita: Frau - Zanin**

## **4 Settembre - PASSO DI LAUSET 2889 m Giro ad anello** (Valle Maira)

Località di partenza: Madonna delle grazie

Dislivello: 900 m; Tempo di salita: 3,30 h - **Difficoltà: E**

**Capigita: Giraudo - Lupano**

## **18 Settembre - SANTUARIO DI CUNEY 2656 m** (Valle di Saint Barthelemy)

Località di partenza: Porliod

Dislivello: 800 m; Tempo di salita: 3 h - **Difficoltà: E**

**Capigita: Bruni - Cappa**

## **9 Ottobre - FESTA DEI SENTIERI DELLA COLLINA TORINESE** Giro ad anello

Località di partenza: Trofarello

Dislivello: 400 m; Tempo di percorrenza: 4 h - **Difficoltà: T**

**Capigita: Consiglio Direttivo**

## **16 Ottobre - TRA LE VIGNE NEL CUORE DELLE LANGHE** Giro ad anello

Località di partenza: La Morra

Dislivello: 350 m; Tempo tot: 3,30 h - **Difficoltà: E**

**Capigita: Manassero - Olivetti**

## **30 Ottobre - MONTE AUTES E VARIROSA 2286 m**

Località di partenza: Neirassa

Dislivello: 780 m; Tempo di salita: 2,45 h - **Difficoltà: E**

**Capigita: Bruni - Viero**

## **13 Novembre - LAGHI MORENICI DI IVREA 305 m** Giro ad anello

Località di partenza: Montalto Dora

Dislivello 150 m; Tempo totale: 5 h - **Difficoltà: E**

**Capigita: Elmi - Manassero**

## **20 Novembre - PRANZO DI CHIUSURA ANNO SOCIALE**

Informazioni in sede CAI

### **RIFERIMENTI TEL. Capigita**

Vittoria Cappa cell. (3283196259 ASAG)

Ferruccio Elmi cell. (3355915337 ASAG)

Francesco Frau cell. (3402201230 ISA)

Carlo Giraudo cell. (3283196259 ASE - ASAG)

**N.B. tutte le attività sono elencate sul sito: [www.caiuget.it](http://www.caiuget.it)**



# I RIFUGI E BIVACCHI DEL CAI UGET TORINO

1913 *UGET* 2022



## 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:

**giugno - settembre e dicembre - aprile**

*Salvo diversi accordi con il gestore.*

**Certificazione di qualità ambientale ISO 14001**

Per informazioni Contattare il gestore:

guida alpina **Alex Campedelli**

Cell. 379 102 8724 - Tel. 0165 869 097

[info@rifugiomontebianco.eu](mailto:info@rifugiomontebianco.eu)

## Rifugio FRANCESCO GONELLA 3071 m

In comproprietà con la sez. CAI TORINO. Il Rifugio Gonella si trova su uno sperone roccioso posto sopra il ghiacciaio del Dôme ai piedi dell'Aiguilles Grises, sul luogo un primo rifugio è stato costruito nel 1891 per facilitare l'ascesa al Monte Bianco dal versante italiano. Dal 2007 sono iniziati grandi lavori di consolidamento della zona in cui è costruito il rifugio durante i quali il fabbricato del 1962 è stato demolito e ricostruito ex novo. L'apertura del nuovo rifugio è avvenuta a giugno del 2011.



## 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 Château (ore 0,40) .

Per informazioni apertura rifugio:

Tel. 011.537983

(Sede Cai Uget Torino)

# I RIFUGI E BIVACCHI DEL CAI UGET TORINO



1913 UGET 2022



## 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 disponibili 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 Falchi - Villata 2650 m

Località canalone Coolidge del Monviso nel comune di Crissolo (Cuneo) - Posti letto 6, sempre aperto - Accesso dal Pian del Re con percorso in parte su sentiero fino al lago Chiaretto ed in parte su ripido pendio ex glaciale - ore 3 - Difficoltà: PD, qualche rischio di caduta pietre.

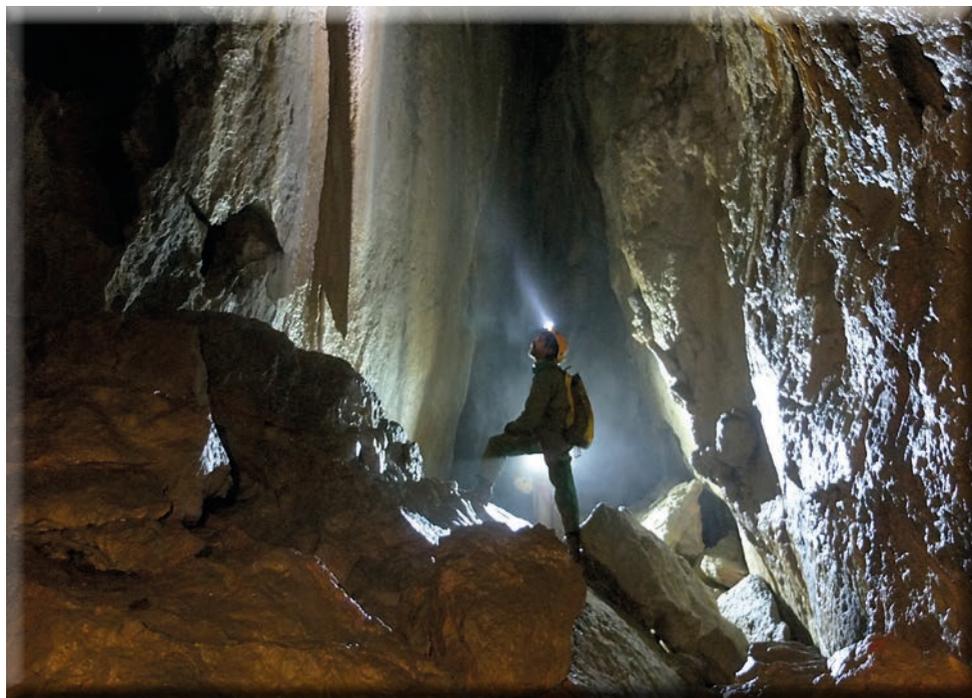
## Bivacco SOARDI - FASSERO 2287 m

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.





*Scuola di Alpinismo "Alberto Grosso"*



*Gruppo Speleologico Piemontese*

## **CAI UGET – TORINO**

PER ULTERIORI INFORMAZIONI RIVOLGETEVI ALLA  
SEGRETERIA IN SEDE UGET  
CORSO FRANCIA 192 – 10145 TORINO

**Tel. 011 53 79 83**

*Siamo al **PARCO DELLA TESORIERA***

*Fermata Metro: **MONTE GRAPPA***

E-mail: [caiuget@caiuget.it](mailto:caiuget@caiuget.it)

Sito internet: [www.caiuget.it](http://www.caiuget.it)

Seguici anche su facebook



***DISTRIBUITE QUESTO OPUSCOLO  
AI VOSTRI AMICI  
APPASSIONATI DI MONTAGNA***

***"ATTIVITÀ SOCIALI 2022"  
MONTAGNA PER TUTTI***

*Programma del CLUB ALPINO ITALIANO Sez. UGET di Torino  
"Allegato al "CAI UGET NOTIZIE n.1 - 2022"*

*A cura dei gruppi e le scuole del CAI UGET di Torino*

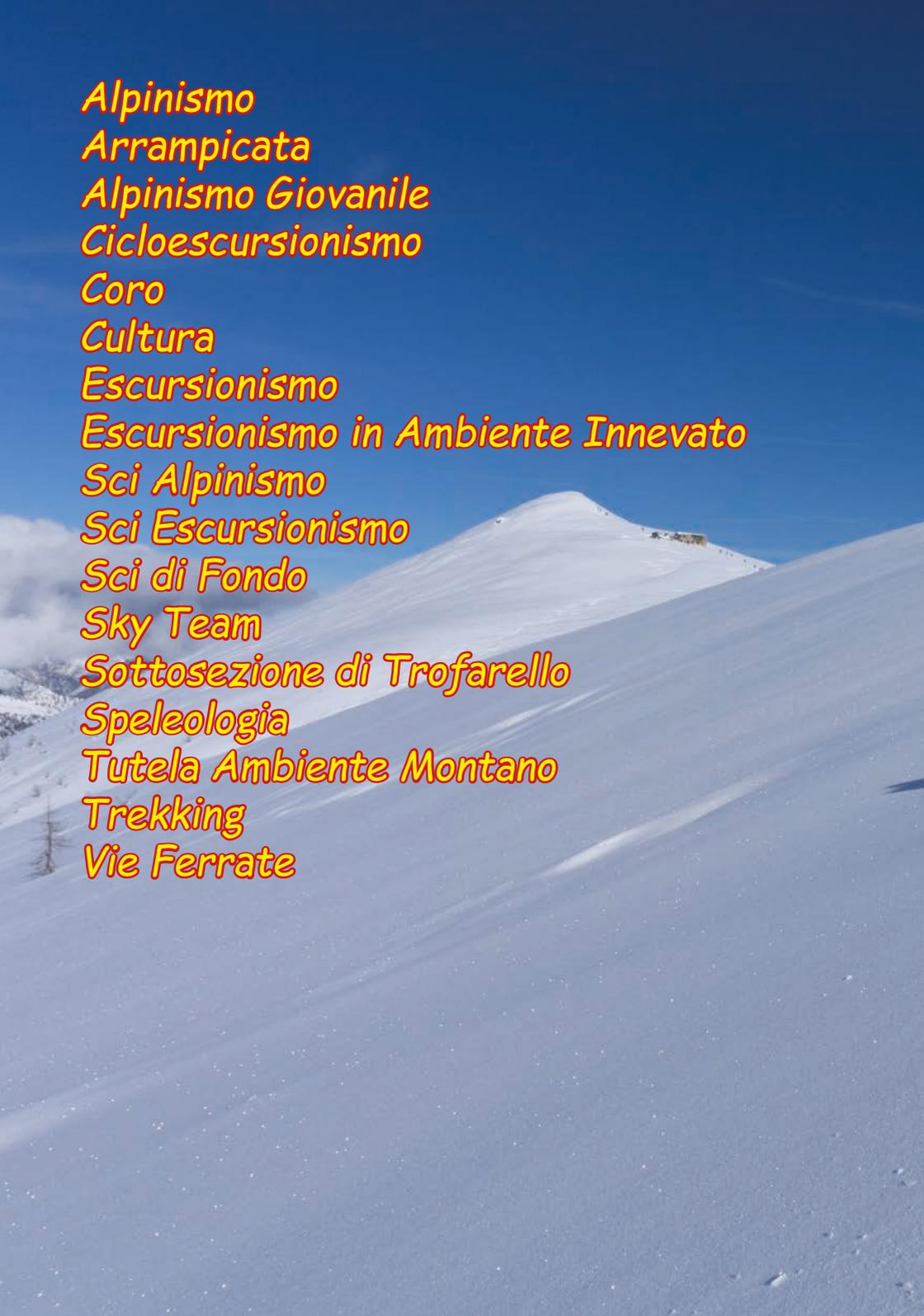
*Qui hanno collaborato:*

*Elena Facchinato e Arianna Lodato (Revisione testo);*

*Luciano Zanon (Impaginazione).*

*Fotografia in copertina di Enrico Muraro:*

*"Rocca Bianca - Val Germanasca"*

A photograph of a snowy mountain landscape. The foreground is a vast, smooth expanse of white snow. In the middle ground, a snow-covered ridge leads up to a rounded mountain peak. The sky is a clear, vibrant blue. The text is overlaid on the left side of the image.

*Alpinismo*  
*Arrampicata*  
*Alpinismo Giovanile*  
*Cicloescursionismo*  
*Coro*  
*Cultura*  
*Escursionismo*  
*Escursionismo in Ambiente Innevato*  
*Sci Alpinismo*  
*Sci Escursionismo*  
*Sci di Fondo*  
*Sky Team*  
*Sottosezione di Trofarello*  
*Speleologia*  
*Tutela Ambiente Montano*  
*Trekking*  
*Vie Ferrate*