

Club Alpino Italiano  
Sez. Uget Torino



*Montagna per tutti*

ATTIVITÀ SOCIALI  
2014



*Carissimi Ugetini,*

*l'anno della ricorrenza del Centenario **UGET** è ormai trascorso e ci proiettiamo verso il nostro nuovo secolo.*

*I Direttivi dei vari Gruppi e Scuole Uget, finito il periodo delle vacanze, hanno iniziato a pensare all'attività da svolgere nella stagione 2014. Dalle varie riunioni è scaturito il programma che presentiamo in questo volumetto.*

*Come di consueto ce n'è per tutti i gusti e tendenze, coprendo tutte le stagioni dell'anno. Dalla scoperta del sottosuolo alle alte vette; dalle semplici passeggiate per famiglie alle impegnative ascensioni dei 4000; non solo sforzo fisico ma anche e soprattutto: natura, contemplazione, amicizia e solidarietà.*

*L'attività fisico-sportiva è importante, ma anche quella intellettuale e formativa lo è. Ecco quindi una serie di serate formative, propedeutiche per le varie discipline di montagna e culturali, il cui calendario sarà pubblicizzato nel nostro sito [www.caiuget.it](http://www.caiuget.it), che vi invitiamo a visitare con assiduità. E perché no, magari una simpatica cena presso il ristorante del nostro partner "**Le Scuderie della Tesoriera**", usufruendo dello sconto riservato ai Soci.*

*In cambio di tutto quanto vi offre il **CAI UGET**, vi chiediamo solo di fare da cassa di risonanza e divulgare presso i vostri amici, parenti e conoscenti, queste possibilità pensate per tutti. Contiamo sul vostro proselitismo per allargare la "**famiglia del CAI UGET Torino**".*

*Vi aspetto in Sede, nella bellissima cornice della Tesoriera. A presto.*

*Il Presidente  
**Aldo Munegato***



Corso Francia 192 - Parco della Tesoriera - 10145 TORINO - tel. 011 53 79 83 - fax 011 41 21 786  
Sito Internet: [www.caiuget.it](http://www.caiuget.it) E-mail: [caiuget@caiuget.it](mailto:caiuget@caiuget.it)

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

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



Corso Francia 192 - Parco della Tesoriera - 10145 TORINO - tel. 011 53 79 83 - fax 011 41 21 786  
Sito Internet: [www.caiuget.it](http://www.caiuget.it) E-mail: [caiuget@caiuget.it](mailto:caiuget@caiuget.it)

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

Grazie all'intraprendenza dei dirigenti ed al dinamismo dei soci divenne rapidamente una delle sezioni più importanti di tutto il C.A.I. Attualmente la sezione U.G.E.T. conta circa 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:**  
**lunedì chiuso**  
**martedì, mercoledì e venerdì: 16,00 - 19,00**  
**giovedì: 10-13 e 20,00 - 23,00**  
**sabato: 10,00 - 13,00**

Il periodico bimestrale **Cai Uget Notizie** è disponibile nel nostro sito, in formato PDF scaricabile e stampabile; inoltre può essere inviato tramite posta a tutti i soci che ne fanno richiesta all'atto dell'iscrizione ed esce sei volte l'anno. Il suo scopo è quello di riportare le notizie della sezione, raccogliere le opinioni dei soci, informare sui corsi, le gite sociali, ed, in genere, far conoscere tutte le iniziative che animano la vita sezionale. I soci ricevono inoltre la pubblicazione mensile a diffusione nazionale: "Montagne 360", ed inoltre la rivista mensile "**Lo Scarpone**", scaricabile in formato PDF dal sito nazionale del CAI.



Corso Francia 192 - Parco della Tesoriera - 10145 TORINO - tel. 011 53 79 83 - fax 011 41 21 786  
Sito Internet: [www.caiuget.it](http://www.caiuget.it) E-mail: [caiuget@caiuget.it](mailto: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](http://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

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

Le sigle di difficoltà del ciclo - escursionismo sono riportate a pagina 33

### Sigle e qualifiche di accompagnatori e istruttori

<b>AAG</b>	=	Accompagnatore di alpinismo giovanile
<b>AE</b>	=	Accompagnatore di escursionismo
<b>ASE</b>	=	Accompagnatore sezionale di escursionismo
<b>IA</b>	=	Istruttore di alpinismo
<b>INA</b>	=	Istruttore nazionale di alpinismo
<b>ISA</b>	=	Istruttore di sci-alpinismo
<b>INSA</b>	=	Istruttore nazionale di sci-alpinismo
<b>ISFE</b>	=	Istruttore di sci fondo escursionismo
<b>INSFE</b>	=	Istruttore nazionale di sci fondo escursionismo



## 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"	17
Alpinismo e vie ferrate	18
Scuola di Alpinismo "Alberto Grosso"	20
Gruppo Sci Alpinismo	22
Scuola di Sci Alpinismo	24
Gruppo Sci Alpino	27
Scuola Sci Fondo e Fondo Escursionismo	28
Trekking e Viaggi	31
Gruppo Speleologico Piemontese	32
Gruppo Ciclo - Escursionismo "Mountain Bike"	33
Sottosezione di Trofarello	35
Coro CAI - UGET	38
Rifugio Guido Rey	39
Rifugi e bivacchi del CAI - UGET	40



La Commissione Alpinismo Giovanile, dal 1991 propone attività in montagna rivolte a bambini e ragazzi di età compresa tra 8 e 17 anni, prevalentemente di carattere escursionistico e 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.

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

Il gruppo si avvale di accompagnatori qualificati con esperienza escursionistica e alpinistica che nell'organizzazione e conduzione delle escursioni pone la sicurezza come fattore prioritario.

## 24° CICLO DI ESCURSIONI

**Sabato 28 dicembre 2013**      **Ciaspolata serale al Rif. Rey 1760 m** - Alta Val Susa  
Salita in giornata al rifugio e discesa serale con fiaccolata; per concludere in compagnia di famiglie e ragazzi il 2013 - Dislivello 587 m

**9 marzo**      **Ciaspolata in famiglia** - Pian della Mussa, 1850 m  
Da Balme (Val di Lanzo-TO): facile escursione con racchette da neve, aperta a ragazzi e genitori, alla testata della Val d'Ala - Dislivello 400 m.  
**Capogita: Mauro Matta**

**30 marzo**      **Gita in collina** - Collina torinese  
Escursione a bassa quota sulla collina torinese - Dislivello 300 metri  
**Capogita: Carlo Balbiano**



# Commissione Alpinismo Giovanile

1913  UGET 2014

---

**13 aprile**

**5 Laghi di Ivrea, 237-305 m** - Montalto Dora (TO)

Facile escursione nell'anfiteatro morenico di Ivrea, con visita alle "terre ballerine"- Gita intersezionale con Alpinismo giovanile CAI Vercelli - Dislivello 150 m

**Capogita: Paolo Griffa**

**11 maggio**

**Truc di San Martino, 873 m** - Foresto - Val di Susa

Modesta sommità della media Val di Susa, ottimo punto panoramico sulla vallata - Disl. 400 m

**Capogita: Enzo Gilli**

**25 maggio**

**Pian dell'Orso, 1860 m** - Coazze - Val Sangone

Borgata Tonda. Un pianoro-balcone su cui sorge la chiesetta della Madonna della Neve  
Dislivello 700 m

**Capogita: Fabrizio Burzio**

**8 giugno**

**Laghi Sagnasse, 2083 m** - Pialpetta - Val di Lanzo

Facile escursione con splendida visuale su tutta la Val Grande di Lanzo - Dislivello 633 m

**Capogita: Emanuele Sardo**

**21-22 giugno**

**Solstizio d'estate al Rif. Rey, 1760 m** - Val Susa

Suggestiva escursione notturna per ammirare l'alba di inizio estate - Dislivello 380 m  
1° giorno, 600 m 2° giorno.

**Capogita: Claudio Scrizzi, Enzo Gilli**

**5-6 luglio**

**Dimensione ghiacciaio: Punta Maria, 3302 m**

Dal Rifugio Gastaldi, 2659 m (Val di Lanzo). Salita su ghiacciaio. Gita riservata ai ragazzi più grandi e con idonee capacità fisiche - Dislivello 800 m 1° giorno, 650 m 2° giorno.

**Capogita: Paolo Griffa**

**14 settembre**

**Rifugio della Balma, 1986 m** - Val Sangone

Da Ferria di Coazze lunga salita nel Vallone della Balma - Dislivello 886 m.

**Capogita: Antonella Mana**

**28 settembre**

**Pian Gioè, 1955 m** - Balme - Val d'Ala

Salita a un alpeggio poco conosciuto e prosecuzione, per i più grandi, fino a P.ta Serene, 2643 m - Disl. 500 m.

**Capogita: Mauro Matta**

# Commissione Alpinismo Giovanile



1913  UGET 2014

**5 ottobre**

**Punta Arbella, 1879 m** - Campidaglio - Valle Orco

Escursione con ampio panorama sulla Val Soana e Valle Orco - Dislivello 770 m.

**Capogita: Mauro Matta**

**19 ottobre**

**Festa finale dell' alpinismo giovanile in famiglia**

Rifugio Pastore, 1575 m, Val Sesia. Gita di chiusura del ciclo escursionistico, aperta a ragazzi, genitori, amici, con facile salita nel Parco Naturale Alta Val Sesia, al cospetto della parete Sud-Est del Monte Rosa - Dislivello 325 m.

**Capogita: Paolo Griffa**

**Le iscrizioni al ciclo devono essere fatte dai genitori su apposito modulo in distribuzione in segreteria UGET**, da riconsegnare alla segreteria stessa insieme al certificato di buona salute, entro febbraio 2014. I partecipanti saranno tesserati CAI beneficiando così delle assicurazioni infortuni (in attività sociali) e soccorso alpino (attività sociali e personali) e degli sconti nei rifugi. Le iscrizioni alle singole gite devono essere fatte dai genitori, il giovedì precedente, presso la sede UGET dalle 21,00 alle 22,00.

**Sabato 1° marzo 2014** alle ore 15 presso la sede del CAI UGET alla Tesoriera, presentazione del programma attività con ragguagli su abbigliamento, alimentazione, organizzazione delle gite ecc.

Nei mesi di **aprile e maggio 2014** è previsto il **3° Corso di arrampicata per ragazzi**, in collaborazione con la **Scuola di Alpinismo "A. Grosso" del CAI UGET**. Maggiori informazioni nella sezione dedicata alla scuola di alpinismo.

Per qualsiasi informazione rivolgersi a:

Paolo: Tel. 0161/210623 - 347-2940932

Luca, Luly: Tel. 011/4345409 - 340-6225631

Giacomo: Tel. 349-2441016

Mauro: Tel. 011/8997520



# Escursionismo

## Commissione Gite

### Gruppo Escursionismo TAM



1913  UGET 2014

## 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 metà gennaio fino a fine ottobre, con uscite diverse a seconda dei periodi di effettuazione. Anche quest'anno sono presenti le gite sociali con le racchette da neve: quattro uscite, all'inizio dell'anno, di cui una che prevede anche l'esercitazione con 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, il mezzo di trasporto (auto propria o pullman). Per informazioni scrivere a: [commgite@caiuget.it](mailto:commgite@caiuget.it) o iscriversi alla maillist dal sito Cai Uget sezione “Escursionismo - Commissione Gite” [www.caiuget.it/cge/](http://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 i 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 2014

La Commissione Gite del C.A.I. UGET, in collaborazione con il Gruppo Escursionistico TAM e sotto l'egida della **Commissione Centrale per l'Escursionismo del CAI**, organizza il **III 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.

Sono previste 5 lezioni teoriche riguardanti: abbigliamento ed equipaggiamento, orientamento, meteorologia, preparazione di un'escursione, sicurezza, primo soccorso e cultura alpina e 5 lezioni pratiche in ambiente montano.

Agli allievi è richiesta l'iscrizione al CAI. Numero massimo di iscritti: 25. Iscrizioni: dal 13 marzo 2014 fino ad esaurimento posti disponibili.

Il Corso base si avvale di accompagnatori titolati del CAI (AE, ASE, ORTAM, AAG, INA)

Le lezioni si svolgeranno da aprile a giugno con il conclusivo test di valutazione (uscite pratiche da domenica 13 aprile a domenica 8 giugno con cadenza quindicinale)

**Presentazione:**  
**giovedì 13 marzo ore 21,00**  
**Salone del CAI Uget alle ex scuderie della villa Tesoriera**  
**corso Francia, 192**

Informazioni:  
In sede il giovedì sera dalle 21 alle 23.  
Sito internet:  
<http://www.caiuget.it/cge/attivita/corsi/>  
E-mail Commissione Gite:  
[commgite@caiuget.it](mailto:commgite@caiuget.it)



# Escursionismo



1913 UGET 2014

**16 febbraio**

**La Langa di Beppe Fenoglio** - Alta Langa

Partenza ed arrivo a San Benedetto Belbo, 576 m, Mombarcaro 896 m - Dislivello 350 m  
Tempo complessivo ore 4,00 - **Difficoltà: T-E**

*Capigita: Beppe Gavazza (ASE), Claudio Maseri - Organizzazione: TAM*

**23 febbraio**

**Il sentiero Natura di Borgio Verezzi e le grotte di Valdemino**

Liguria - Partenza ed arrivo da Borgio Verezzi (SV), quota massima 260 m - Dislivello 300 m  
Tempo complessivo ore 4,30 - **Difficoltà: E**

*Capigita: Beppe Gavazza (ASE), Mario Placenza (ASE) - Organizzazione: TAM*

**2 marzo**

**Musinè, un anno dopo** - Bassa Val di Susa

Escursione con 4 località di partenza: Caselette, Morsino, Val della Torre, Brione; ritrovo di tutti gli escursionisti sul monte Musinè, 1148 m - Dislivelli: 550 / 771 m - Tempo complessivo ore 4,00 / 5,00 - **Difficoltà: E - In collaborazione con il CAI di Alpignano**

*Capigita: Giacomo Ughetto, Mario Motrassino - Organizzazione: TAM*

**9 marzo**

**Dai Balzi Rossi ai Giardini Hanbury** - Liguria

Partenza da Balzi Rossi, 55 m ( Confine di stato Italia-Francia ), arrivo ai Giardini **Hanbury La Mortola ( Ventimiglia ) a livello del mare** - Dislivello 250 m - Tempo complessivo ore 5,00  
**Difficoltà: E - In collaborazione con la sottosezione GEB del CAI Torino**

*Capigita: Sandro Bernini, Lodovico Marchisio (AE) - Organizzazione: TAM*

**16 marzo**

**Traversata Moneglia - Setri Levante** - Liguria

Gita in treno o pullman - dislivello: 650 m - tempo: 5÷6 ore - **Difficoltà: E - Iscrizioni: 2 giovedì precedenti - partecipanti: min. 35 max. 50 - Con la partecipazione della sottosezione Guido Ottone di Trofarello**

*Capigita: Luciano Zanon (AE), Gianni Lucarelli - Organizzazione: Commissione Gite*

**23 marzo**

**Bossolasco** - Alta Langa

Paese delle rose. Escursione nei boschi intorno al paese su sentieri, ognuno dedicato ad un fiore  
Dislivello 250 m - Tempo complessivo ore 5,00 - **Difficoltà: E**

*Capigita: Roberta Cucchiario (ASE) - Organizzazione: TAM*

**30 marzo**

**Parco Naturale del Monte San Giorgio** - Val Sangone

Partenza da Piossasco, 304 m, M. San Giorgio, 837 m., M. Pietraborga, 926 m., Trana, 372 m. Dislivello 650 m - Tempo complessivo ore 5,00 - **Difficoltà: E**

*Capigita : Claudio Maseri (ASE) , Ercole Perucca - Organizzazione: TAM*

**6 aprile**

**Monte Bignone** - Giro ad anello - Liguria

Da Albenga, salita tra sterrate e sentieri panoramici, per Solva e Alassio. Al ritorno si sale al santuario di S.Croce e si percorre la Via Augusta - Gita in treno o pullman - Dislivello: 700 m  
tempo: 6 ore - **Difficoltà: E - Iscrizioni: 2 giovedì precedenti - partecipanti: min. 35 max. 50**

*Capigita: Sebastiano Bianco, Roberta Cucchiario (ASE) - Organizzazione: TAM e Com. Gite*



# Escursionismo



1913  UGET  2014

**13 aprile**

**Sui sentieri del Parco della Dora** - Val di Susa

Partenza dalla stazione di Sant'Ambrogio 353 m, Monte Capretto 474 m, arrivo ad Avigliana 365 m - Dislivello 300 m - Tempo complessivo ore 5,00 - **Difficoltà: E**

**Capigita: Maria Tamietti ( ASE ), Lodovico Marchisio ( AE ) - Organizzazione: TAM in collaborazione con la sottosezione GEB del CAI Torino**

**25 aprile**

**Colle Prà Lorenzo, 1462 m - Valle Stura di Lanzo**

Percorso della memoria in luoghi partigiani nella bassa Valle di Lanzo, seguendo sentieri recuperati e segnalati all'ombra dell'Uja di Calcante. Gita in auto - Dislivello: 750 m - Tempo: 2 ore 30' - Partenza da Traves Villa - **Difficoltà: E - Iscrizioni: il giovedì precedente-partecipanti: min. 15 max. 30**

**Capigita: Guido Scarnera (ASE), Stefano Regis - Organizzazione: Commissione Gite**

**27 aprile**

**La cascata del Rio di Rocca Crivella** - Collina torinese

Partenza ed arrivo da Castiglione Torinese, strada della Rezza - Dislivello 300 m - Tempo complessivo ore 4,00 - **Difficoltà: E**

**Capigita : Carlo Balbiano, Claudio Maseri - Organizzazione: TAM**

**4 maggio**

**Anello storico di Lemie** - Valle di Viù

Partenza ed arrivo da Forno di Lemie 834 m, quota massima 1200 m - Dislivello 500 m - Tempo complessivo ore 5,00 - **Difficoltà: E**

**Capigita: Roberta Cucchiaro ( ASE ), Ezio Sesia - Organizzazione: TAM**

**11 maggio**

**Le cascate dell'Arroscia e Poilarocca** - Valle Arroscia

Partenza ed arrivo da Mendatica 800 m, quota massima 1427 m - Dislivello 600 m - Tempo complessivo ore 5,00 - **Difficoltà: E**

**Capigita: Beppe Gavazza ( ASE ), Mario Placenza ( ASE ) - Organizzazione: TAM**

**18 maggio**

**I percorsi della Resistenza** - Val Sangone

Partenza ed arrivo da Forno di Coazze 1050 m, palazzina Sertorio 1454 m, Sellery super. 1726 m. Dislivello 750 m. Tempo complessivo ore 6,00. **Difficoltà: E**

**Capigita: Roberta Cucchiaro (ASE), Beppe Gavazza (ASE) - Organizzazione: TAM**

**25 maggio**

**Monte Carmo, 1389 m - Liguria**

Partenza ed arrivo da Giogo di Toirano 807 m, Monte Carmo 1389 m - Dislivello 582 m - Tempo complessivo ore 5,00 - **Difficoltà: E**

**Capigita: Giampiero Salomone ( AE ), Maria Tamietti ( ASE ) - Organizzazione: TAM**

**1 giugno**

**Sui sentieri del Glorioso Rimpatrio dei Valdesei**

Val Germanasca - Partenza da Massello 1187 m , Colle di Servecchio 1708 m, arrivo a Ghigo di Prali 1470 m - Dislivello 700 m - Tempo complessivo ore 6,30 - **Difficoltà: E**

**Capigita: Roberta Cucchiaro ( ASE ), Beppe Gavazza ( ASE ) - Organizzazione: TAM**



# Escursionismo



1913 UGET 2014

**8 giugno** **Balconata Walser in Val d'Ayas** - Valle d'Aosta  
Partenza da Champoluc 1586 m , Mascognaz 1810 m, Crest 1952 m, arrivo a Saint Jacques 1697 m - Dislivello in salita 550 m, in discesa 350 m - Tempo compless. ore 5,00 - **Difficoltà: E**  
**Capigita: Andrea Mottura, Ercole Perucca - Organizzazione: TAM**

**15 giugno** **Rifugio Questa 2388 m e la Valle di Valasco** - Valle Stura  
Partenza da Terme di Valdieri 1368, rifugio Questa 2388 m, lago delle Portette 2351 m, lago del Claus 2345 m - Dislivello 1020 m - Tempo complessivo ore 7,00 - **Difficoltà: E**  
**Capigita : Daria Fava, Maria Tamietti ( ASE ) - Organizzazione: TAM**

**15 giugno** **Colma di Mombarone, 2371 m** - Val d'Aosta  
Per prati e conche fiorite alla bocchetta del Mombarone, laghetto e ripido pendio sul versante fino al rifugio (m 2312). Dalla vetta panorama sui 4000 valdostani e pianura. Partenza da Trovinasse - Gita in auto - Dislivello: 970 m - Tempo: 3-4 ore - **Difficoltà: E - Iscrizioni: il giovedì precedente; partecipanti: min. 15 max. 40**  
**Capigita: Sebastiano Bianco, Aldo Succi - Organizzazione: Commissione Gite**

**22 giugno** **Zeda - Marona - Todano, 2156 m** - Val Grande  
Giro in cresta con salita a 3 cime, riservato a buoni camminatori - Parco Nazionale Val Grande  
Partenza da Intragna - Gita in auto - Dislivello: 1300 - Tempo: 6 ore - **Difficoltà: EE**  
**Iscrizioni: il giovedì precedente; partecipanti: min. 15 max. 30**  
**Capigita: Guido Scarnera (ASE), Mario Placenza (ASE) - Organizzazione: Commissione Gite**

**22 giugno** **Anello della Testa del Peitagù** - Valle Stura  
Partenza ed arrivo da Aisone 835 m, Testa del Peitagù 1815 m - Dislivello 920 m - Tempo complessivo ore 6,00 - **Difficoltà: E**  
**Capigita: Rita Ponsetto, Maria Grazia Vaudagna - Organizzazione: TAM**

**29 giugno** **Colle d'Egua 2239 m** - Val Sermenza - Valsesia  
Partenza e arrivo da Carcoforo 1304 m, Colle d'Egua 2239 m - Dislivello 935 m - Tempo complessivo ore 5,30 - **Difficoltà: E**  
**Capigita: Beppe Borione, Daria Fava - Organizzazione: TAM**

**6 luglio** **Laghi di Valfredda 2574 m** - Val d'Ayas - Valle d'Aosta  
Partenza ed arrivo da Estoul ( Brusson ) 1818 m , Lacs di Freide 2574 m - Dislivello 800 m  
Tempo complessivo ore 5,00 - **Difficoltà: E**  
**Capigita: Beppe Gavazza ( ASE ), Mario Placenza ( ASE ) - Organizzazione: TAM**

**13 luglio** **Col d'Arsine** - Val de la Guisane - Francia  
Partenza e arrivo da Le Casset 1519 m, Col d'Arsine 2348 m - Dislivello 830 m - Tempo complessivo ore 5,30 - **Difficoltà: E**  
**Capigita: Beppe Borione, Daria Fava - Organizzazione: TAM**



# Escursionismo



1913 UGET 2014

**20 luglio**

**Lac Derrière la Croix** - Parco dell'Ubaye - Valle Stura

Partenza ed arrivo dal Colle della Maddalena 1996 m, Lac Derrière la Croix 2600 m  
Dislivello 600 m - Tempo complessivo ore 5,00 - **Difficoltà: E**

*Capigita: Maria Grazia Vaudagna, Vittorio Zeppa - Organizzazione: TAM*

**26, 27 luglio**

**Traversata della Chalanche Ronde, 3047 m** - Alta Val di Susa

Inospettabile percorso in ambiente carsico. Partenza da Pra Claud (Fenils) - Pernottamento:  
Rifugio Guido Rey - Gita in auto - Dislivello: 1816 + 1316 m - Tempo: 1° g. 5 ore 30', 2° g. 4  
ore 30' - **Difficoltà: EE - Iscrizioni: 2 giovedì precedenti; partecipanti: min. 15 max. 25**

*Capigita: Francesco Fiore, Stefano Bonino - Organizzazione: Commissione Gite*

**27 luglio**

**Pain de Sucre** - Valle del Gran San Bernardo - Valle d'Aosta

Partenza ed arrivo da località Baus 2373 m, Pain de Sucre 2970 m - Dislivello 600 m - Tempo  
totale ore 5,30 - **Difficoltà: E - In collaborazione con la sottosezione GEB del CAI Torino**

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

**3 agosto**

**Il rifugio Arbolle ed il vallone di Comboè** - Valle d'Aosta

Partenza ed arrivo da Pila 1814 m, rifugio Arbolle 2500 m - Dislivello 980 m - Tempo  
complessivo ore 6,30 - **Difficoltà: E**

*Capigita: Rita Ponsetto, Maria Grazia Vaudagna - Organizzazione: TAM*

**7 settembre**

**Point des Fours** - Vanoise - Francia

Partenza ed arrivo in strada del Col de l'Iseran, Pont de la Neige 2528 m, Point des Fours  
3072 m - Dislivello 550 m - Tempo complessivo ore 5,00 - **Difficoltà: E**

*Capigita: Roberta Cucchiaro (ASE), Vittorio Zeppa - Organizzazione: TAM*

**14 settembre**

**Rif. Giovanni Bobba** - Valtournanche - Valle d'Aosta

Partenza da Breuil, Cervinia 2006 m, rifugio Giovanni Bobba 2780 m - Dislivello 800 m  
Tempo complessivo ore 5,00 - **Difficoltà: E**

*Capigita: Walter Moia (ASE), Mario Placenza (ASE) - Organizzazione: TAM*

**21 settembre**

**Col di Nel, e Cima delle Fasce** - Val di Ceresole

La Cima delle Fasce è un caratteristico balcone sull'alta Valle Orco con partenza da Chiapili di  
Sotto 1660 m, Col di Nel 2551 m (diff.: E) e/o Cima delle Fasce 2854 m, (diff.: EE) arrivo a  
Ceresole 1500 m - Gita in pullman - Dislivello in salita 891 o 1194 m, dislivello in discesa  
1160 o 1354 m - Tempo complessivo ore 5,30 / 7,00 - **Difficoltà: E o EE**

*Capigita: Walter Moia (ASE), Mario Placenza (ASE) - Organ.: Commis. Gite e TAM*

**28 settembre**

**Forte du'Olive e/o Fort Lenlon** - Francia

Partenza ed arrivo da Plampinet 1480 m, Forte du'Olive 2239 m, Fort Lenlon 2.508 m  
Dislivello 759 m / 1028 m - Tempo ore 4,30' / 6,00 - **Difficoltà: E**

*Capigita: Guido Blotto, Claudio Maseri - Organizzazione: TAM*



# Escursionismo Invernale

## “Racchette da neve”



1913 UGET 2014

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. Ottime per avvicinamenti a pareti, perché più leggere degli sci, e per raggiungere i luoghi ove discendere con lo snowboard.

Attenzione però; anche l'escursionista con le racchette da neve è soggetto al rischio valanghe! Non è certo sufficiente conoscere il sentiero in veste estiva e non bisogna lasciarsi ingannare dall'itinerario semplice: "facile" non è sinonimo di "sicuro" o comunque non lo è di certo in montagna d'inverno! L'escursionista invernale deve essere attrezzato con 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 la data della gita stessa.

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

**19 gennaio**

**Gita con racchette** - Adatta anche a principianti

Prima facile gita al rifugio con illustrazione attrezzatura ARVA - Meta da definire - Gita in auto; dislivello: 400-500 m - Tempo: 2 ore - **Difficoltà: EI - Iscrizioni: il giovedì precedente; partecipanti: min. 15 max. 30**

**Capigita: Stefano Regis, Anna Ughetto (AAG)**

**2 febbraio**

**Gita con racchette** - Basso impegno

Meta da definire - Gita in auto; dislivello: 700 m - Tempo: 2 ore 30' - **Difficoltà: EI - Iscrizioni: il giovedì precedente; partecipanti: min. 15 max. 30**

**Capigita: Luciano Origlia (ASE), Guido Scarnera (ASE)**

**16 febbraio**

**Gita con racchette** - Medio impegno

Val di Thurax, Monte Giassez. Possibilità di pernottamento in posto tappa a Thures con adesione e caparra entro dicembre 2013 - Gita in auto - Dislivello: 900-1000 m - Tempo: 3 ore 30' - **Difficoltà: EI - Iscrizioni: il giovedì precedente; partecipanti: min. 15 max. 30**

**Capigita: Stefano Regis, Francesco Fiore**

**2 marzo**

**Gita con racchette** - Più impegnativa

Testa di Garitta nuova (meta indicativa) - Gita in auto - Dislivello: 1200 m - Tempo: 4 ore **Difficoltà: EI - Iscrizioni: il giovedì precedente; partecipanti: min. 15 max. 30**

**Capigita: Mauro Marino, Antonio Parisi**



# Alpinismo e vie ferrate



1913  UGET 2014

**5, 6 luglio** **Dome d' Arpont, 3601 m** - Parco della Vanoise - F  
Partenza da Termignon, pernottamento al refuge de l'Arpont - Gita in auto - Dislivello 1000 + 1300 m - Tempo: 1° g. 3 ore; 2° g. 4-5 ore - Attrezzatura da ghiacciaio - **Difficoltà: A**  
**Iscrizioni: 2 giovedì precedenti; partecipanti: min. 15 max. 25**  
*Capigita: Stefano Regis, Francesco Fiore*

**12, 13 luglio** **Gran Paradiso 4061 m** - Valsavaranche (AO)  
Dal ghiacciaio di Laveciau. Partenza da Pravieux, pernottamento al Rifugio Chabod - Gita in auto - Dislivello: 879 + 1311 m - Tempo: 5 ore 30' - Attrezzatura da ghiacciaio - **Difficoltà: A** (PD-) - **Iscrizioni: 2 giovedì precedenti; partecipanti: min. 15 max. 25**  
*Capigita: Valeria Aglirà (ASE), Gerry Rossi*

**19, 20 luglio** **Punta Zumstein - Punta Gnifetti, 4563 m** - Valle del Lys - AO  
Partenza da Gressoney la Trinité, pernottamento al Rifugio Gnifetti - Gita in auto - Dislivello: 372 + 916 m - Tempo: 1° g.: 1 ora 30', 2° g. 4 ore 30' - Attrezzatura da ghiacciaio - **Difficoltà: A**  
**Iscrizioni: 2 giovedì precedenti; partecipanti: min. 15 max. 25**  
*Capigita: Luciano Origlia (ASE), Mauro Marino*

**31 agosto** **Grand Pic de Rochebrune, 3320 m** - Val Cerveyrette - Francia  
Partenza da Col d'Izoard - Gita in auto - Dislivello: 1200 m - Tempo: 4 ore - Attrezzatura da alpinismo - **Difficoltà: A** - **Iscrizioni: ultimo giovedì di luglio; partecipanti: min. 15 max. 20**  
*Capigita: Mauro Marino, Luciano Origlia (ASE)*

**6, 7 settembre** **Argentera sud, 3297 m** - Valle Gesso (CN)  
Partenza da Terme di Valdieri, pernottamento al rifugio Morelli Buzzi - Gita - Dislivello: 1000 + 650 m - Tempo: 3 ore 30', + 8 ore - Attrezzatura escursionistica + imbrago, moschettoni e casco - **Difficoltà: A** - **Iscrizioni: 2 giovedì precedenti; partecipanti: min. 15 max. 20**  
*Capigita: Guido Scarnera (ASE), Stefano Bonino*

**14 settembre** **Ferrata del Limbo al Monte Mucrone, 2335 m** - Valle Cervo - BI  
Partenza da Oropa - Gita in auto - Dislivello: 1150 m (ferrata 300 m) - Tempo: 4 ore  
Attrezzatura da ferrata - **Difficoltà: EA** (ferr. AD) - **Iscrizioni: il giovedì precedente**  
**partecipanti: min. 15 max. 20**  
*Capigita: Anna Ughetto (AAG), Ivano Gauna*



# Scuola di Alpinismo "Alberto Grosso"

1913  2014

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

La visione dell'alpinismo è globale e l'evoluzione costante.

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

Nel 2000 viene inaugurato il corso di arrampicata libera.

Nel 2001 nasce un corso di Alpinismo a livello introduttivo chiamato "classico".

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

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

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

## **26° CORSO DI CASCATE DI GHIACCIO** **(gennaio - febbraio 2014)**

Presentazione del corso ed iscrizioni giovedì 9 gennaio 2014 in sede alle ore 21.

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

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

## **15° CORSO DI ARRAMPICATA LIBERA** **(marzo - aprile 2014)**

Presentazione del corso ed iscrizioni **giovedì 20 febbraio 2014** in sede alle ore 21

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

Il corso si terrà in palestre di roccia italiane e francesi per la durata di 6 uscite. L'allenamento fisico e lo studio del gesto dell'arrampicata su strutture artificiali (lezioni in palestra di arrampicata) ne costituiscono gli elementi fondamentali. Lezioni teoriche verteranno su nodi e manovre, alimentazione, traumatologia, impatto ambientale dell'arrampicata, geologia, roccia e storia dell'arrampicata libera.

# Scuola di Alpinismo “Alberto Grosso”



1913 *UGET* 2014

## **3° CORSO DI ARRAMPICATA RAGAZZI (aprile - maggio 2014)**

Presentazione del corso ed iscrizioni giovedì 3 aprile 2014 in sede alle ore 18. Il corso, rivolto a ragazzi e ragazze dagli 8 ai 14 anni, ha lo scopo di stimolare e migliorare, attraverso attività ludiche, le abilità motorie e propriocettive propedeutiche all'arrampicata. Saranno proposte attività all'aperto con l'ausilio di alberi e attrezzature presenti in parchi cittadini, attività in palestra artificiale di arrampicata e uscite pratiche in ambiente naturale (falesia), dove i ragazzi potranno applicare, arrampicando su roccia, le nozioni apprese.

## **28° CORSO DI ALPINISMO (maggio-luglio 2014)**

Presentazione del corso ed iscrizioni giovedì 8 maggio 2014 in sede alle ore 21. Gli allievi possono mettere in pratica sul terreno della media e dell'alta montagna le conoscenze e le tecniche acquisite durante i corsi precedenti: arrampicate su roccia in quota, esercitazioni su ghiacciaio, salita di scivoli ghiacciati delle pareti nord e altre salite in ambiente glaciale.

## **30° CORSO DI TECNICA DI ROCCIA (settembre-dicembre 2014)**

Corso propedeutico a tutte le attività che si svolgono in montagna. Iscrizione nel settembre 2014 (data da definire, pubblicata con volantino Scuola in giugno 2014)

È diviso in due parti:

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

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

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

## **CORSO DI GINNASTICA PRESCHIISTICA E PREALPINISTICA (ottobre 2014 - aprile 2015)**

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

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

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 GITE

**12 gennaio 2014**                      **Col de la Grande Manche, 2823 m - Valle della Clarée**

Partenza da Névache, 1620 m - Dislivello 1203 m - **Difficoltà: BS**

*Capigita: Walter Actis, Tea Geraci, Stefano Oldino*

**26 gennaio 2014**                      **Punta Gardiol, 2340 m - Valle di Susa**

Traversata da Fenils, 1288 m a Desertes, 1263 m - Dislivello 1052 + 100 m - **Difficoltà: MS**

*Capigita: Orfeo Corradin, Guido Petrino, Carlo Rizzi*

**9 febbraio 2014**                      **Costa di Serena, 2744 m - Valdigne**

Traversata da Morge, 1694 m a Mottes, 1660 m - Dislivello 1050 m - **Difficoltà: BS**

*Capigita: Flavio Actis, Roberto Fullone, Livio Topini*

**23 febbraio 2014**                      **Pic Ouest de Côte Belle, 2854 m - Arpelin, 2604 m**

Partenza da Laus, 1745 m, Valle della Cerveyrette - Dislivello 1109 + 300 m - **Difficoltà: BSA**

*Capigita: Marco Centin, Lorenzo Cerutti, Roberto Fullone*

**15-16 marzo 2014**                      **Week end in Valle Maira**

*Capigita: Walter Actis, Enrico Leinardi, Stefano Oldino*

**30 marzo 2014**                      **Tête Noire de Monetier, 2922 m - Valle della Guisane**

Partenza da Le Monetier les Bains, 1500 m - Dislivello 1422 m - **Difficoltà: BSA**

*Capigita: Guido Bolla, Guido Mamini, Guido Petrino*

**13 aprile 2014**                      **Le Grand Galibier, 3228 m - Valle della Guisane**

Traversata da Tunnel du Rif Blanc a Pont des Alpes - Partenza dalla route du Lautaret, 1935 m  
Dislivello 1293 m - **Difficoltà: BSA**

*Capigita: Orfeo Corradin, Renato Poro Marchetti, Silvia Previale*

**25-26-27 aprile 2014**                      **Allalinhorn, 4027 m, Stralhorn, 4190 m, Rimpfischorn, 4199 m**

Valle di Saas Fee - Pernottamento alla Britannia Hutte, 3030 m - **Difficoltà: BSA**

*Capigita: Marco Centin, Tommaso Gaglia, Sergio Marchioni, Stefano Oldino*

**10-11 maggio 2014** Punta d'Ondezana, 3492 m - Valle dell'Orco  
Pernottamento al Rif. Pontese, 2217 m - Partenza dalla Diga di Teleccio, 1917 m - Dislivello  
300 + 1275 m - **Difficoltà: BSA**  
*Capigita: Spartaco Bertoglio, Renato Poro Marchetti, Silvia Previale*

## APPUNTAMENTI DEL MERCOLEDI

**5 febbraio 2014** - ore 21,15 presso la sede  
**Sci Alpinismo: i consigli del dottore**  
A cura di **Massimo Massarini**, medico specialista in medicina dello sport

**19 febbraio 2014** - ore 21, 15 presso la sede  
**Neve e Valanghe, a cura di Renato Cresta**  
Serata in collaborazione con il Gruppo Fondo Escursionismo

**5 marzo 2014** - ore 21, 15 presso la sede  
**Topografia ed Orientamento**  
Serata in collaborazione con il Gruppo Fondo Escursionismo

## IL RADUNO

**7-10 marzo 2014.** Austrian Versammlung - Quattro giorni nella Valle dell'Inn  
Organizzazione: **Marco Centin, Bianca Oberheinricher, Livio Topini, Daniel Zwangleitner**

## IL RAID

**4-8 aprile 2014** Ortles – Cevedale - Sui grandi ghiacciai fra Lombardia e Trentino  
*Capigita: Marco Centin, Lorenzo Cerutti, Roberto Fullone, Enrico Leinardi*

## APPUNTAMENTI VARI

**19 marzo 2014** - ore 21,15 presso la sede  
**Amarcord: rivediamoli insieme** - Foto di film di gite di ieri e dell'altro ieri

**14 maggio 2014** - ore 21,15 presso la sede  
**TranSardinia**  
Quando i nostri amici lasciano gli sci - Foto e racconto di F. e W. Actis e M. Centin

**21 maggio 2014** - Cena sociale di chiusura stagione



# Scuola di Sci Alpinismo CAI UGET-Torino

1913 UGET 2014

---

## 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.

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.

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

**Posti disponibili: 30**

### 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**

### PRESENTAZIONE DEI CORSI

**8 gennaio 2014 – ore 21 - in sede**  
serata con proiezione



## INCONTRI DIDATTICI DEL MERCOLEDÌ

### Parte prima

- 22 gennaio 2014 - L'attrezzatura invernale e manutenzione attrezzi
- 29 gennaio 2014 - Ricerca con ARTVA e recupero del travolto
- 12 febbraio 2014 - Neve e valanghe
- 26 febbraio 2014 - Cartografia e GPS
- 12 marzo 2014 - La parola al medico e all'allenatore
- 26 marzo 2014 - Responsabilità e assicurazione

### Parte seconda

- 9 aprile 2014 - Elementi di meteorologia
- 23 aprile 2014 - Nodi e manovre di corda, nel Parco della Tesoriera
- 07 maggio 2014 - Scelta e condotta della gita

Gli incontri si terranno in sede, nelle date indicate, con inizio alle ore 21.

## ESERCITAZIONI PRATICHE

**26 gennaio 2014** - Verifica su pista delle capacità sciistiche dei nuovi iscritti

### Parte prima

- 2 febbraio 2014** - 1<sup>a</sup> uscita
- 16 febbraio 2014** - 2<sup>a</sup> uscita
- 2 marzo 2014** - 3<sup>a</sup> uscita
- 16 marzo 2014** - 4<sup>a</sup> uscita
- 30 marzo 2014** - 5<sup>a</sup> uscita

### Parte seconda

- 13 aprile 2014** - 6<sup>a</sup> uscita
- 25 - 27 aprile 2014** - 7<sup>a</sup> uscita
- 10 - 11 maggio 2014** - 8<sup>a</sup> uscita

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* 2014

---

## ISCRIZIONI

E' suggerita la pre-iscrizione sul sito [www.ssacaiuget.it](http://www.ssacaiuget.it) 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 presso la sede del CAI UGET TORINO in corso Francia n. 192 nei giorni mercoledì 8 gennaio e mercoledì 15 gennaio. All'atto dell'iscrizione sono richiesti:

- 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 2014.

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 15 gennaio 2014

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.

## EQUIPAGGIAMENTO

Sono necessari: sci con attacchi specifici per lo sci-alpinismo, pelli di foca auto adesive, scarponi da sci-alpinismo, ARTVA (noleggiabile anche tramite la Scuola), pala e sonda. Per le gite primaverili piccozza, ramponi e imbragatura.

Approfondimenti e consigli per l'acquisto di materiale e attrezzatura verranno forniti in occasione della lezione teorica del 22 gennaio.

**Direttore della Scuola :** Dario Dugono    **INSA**  
**Vice direttore :** Vittorio Barella    **ISA**

Per maggiori informazioni:

sito Internet [www.ssacaiuget.it](http://www.ssacaiuget.it) - e-mail: [info@ssacaiuget.it](mailto:info@ssacaiuget.it)



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

## CORSO DI SCI ALPINO E SNOW BOARD

Principianti, perfezionamento e per il 2014, dopo il grande successo ottenuto nelle edizioni passate dal corso di **FREE-RIDE** affianchiamo un nuovo corso di **INTRODUZIONE AL FREE-RIDE** per tutti coloro che vogliono avvicinarsi a questo nuovo modo di sciare e di vivere lo sci fuori pista dove il divertimento è la componente principale.

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

12 gennaio	19 gennaio	2 febbraio
9 febbraio	23 febbraio	2 marzo

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

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

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

Per informazioni seguici sul nostro sito

<http://www.caiuget.it/sci/>

oppure iscriviti al nostro gruppo su Facebook

**CAI UGET Torino Ski Team**

Responsabili:

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

Per maggiori informazioni:

**CAI UGET,**

**Corso Francia 192, all'interno del Parco della Tesoriera.**



# Scuola Sci Fondo Fondo Escursionismo

1913  2014

La Scuola Sci Fondo e Sci Escursionismo propone corsi di sci di fondo e sci escursionismo e telemark. Organizza inoltre escursioni, gite sociali, week-end e settimane bianche.

## CORSI DI SCI DI FONDO (39° 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.

Il corso per i più esperti include lezioni di introduzione all'escursionismo con gli sci di fondo. Quest'anno sarà attivato anche un corso per bambini dai 6 ai 12 anni.

Per chi vuole provare, il **15 dicembre 2013** sarà organizzata una giornata promozionale di invito allo sci di fondo.

### CORSO PER 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 (richiesto l'accompagnamento di un adulto esercente la patria potestà)

### PRESENTAZIONE DEI CORSI

**GIOVEDÌ 21 NOVEMBRE 2013**  
ore 21 - in sede

**GIORNATA PROVA "INVITO AL FONDO"**  
15 dicembre 2013

**LEZIONI CORSO PRINCIPIANTI E AVANZATI**  
gennaio – marzo 2014  
2 ore a lezione con maestri

Domenica	5	gennaio	2014
Domenica	12	gennaio	2014
Domenica	26	gennaio	2014
Domenica	2	febbraio	2014
Domenica	9	febbraio	2014
Domenica	2	marzo	2014: lezione/escursione con gli istruttori CAI

# Scuola Sci Fondo Fondo Escursionismo



1913  UGET 2014

Nel corso "**Avanzati**" le lezioni comprendono 2 ore con maestri + 2 ore di introduzione allo sci escursionismo con istruttori CAI (nelle ultime tre lezioni del corso).

## LEZIONI TEORICHE CORSO AVANZATI

Venerdì	31	gennaio	- Ambiente montano
Giovedì	6	febbraio	- Uso ARTVA (Apparecchio di Ricerca dei Travolti in Valanga)
Venerdì	14	febbraio	- Meteorologia
Mercoledì	19	febbraio	- Neve e valanghe (In collaborazione con il GSA)
Mercoledì	5	marzo	- Topografia e orientamento (In collaborazione con il GSA)
Venerdì	14	marzo	- Pronto soccorso

## CENA DI FINE CORSO

venerdì 11 aprile 2014

## WEEK LUNGO DI SCI DI FONDO VAL PUSTERIA

19 - 23 febbraio 2014

A chi vuole fare un'immersione totale nello sci di fondo, la Scuola propone un week end lungo in Val Pusteria: 5 giorni in uno dei più bei posti nelle Alpi per sciare e rilassarsi.

## CORSO DI SCI ESCURSIONISMO - TELEMARCK

gennaio – aprile 2014 - (SE2)

(29° anno)

Il corso di sci escursionismo e telemark (SE2) è rivolto a sciatori in possesso di un'adeguata tecnica sciistica in particolare di discesa e la partecipazione allo stesso è subordinata al superamento di una prova di idoneità. Parallelamente alle uscite su neve, vengono svolte in sede delle lezioni teoriche, al fine di unire alle nozioni tecniche sul campo una migliore conoscenza dell'ambiente alpino invernale.

## PRESENTAZIONE DEI CORSI:

GIOVEDÌ 16 GENNAIO 2014 ore 21

## PRESELEZIONE ASPIRANTI ALLIEVI:

DOMENICA 19 GENNAIO 2014



# Scuola Sci Fondo Fondo Escursionismo

1913  2014

---

## LEZIONI TECNICHE

Sabato 1 febbraio:	Lezione su pista
Domenica 9 febbraio:	Lezione su pista - esercitazione ARTVA
Domenica 23 febbraio:	Lezione su pista - esercitazione ARTVA
Sabato 8 marzo e domenica 9 marzo:	Lezione fuoripista - traversata
Sabato 22 marzo:	Lezione fuoripista
Sabato 5 aprile e domenica 6 aprile:	Lezione fuoripista

## LEZIONI TEORICHE

Venerdì 31 gennaio	- Ambiente montano
Giovedì 6 febbraio	- Uso ARTVA (Apparecchio di Ricerca dei Travolti in Valanga)
Venerdì 14 febbraio	- Meteorologia
Mercoledì 19 febbraio	- Neve e valanghe (In collaborazione con il GSA)
Mercoledì 5 marzo	- Topografia e orientamento (In collaborazione con il GSA)
Venerdì 14 marzo	- Pronto soccorso

## GITE DIDATTICO ESCURSIONISTICHE

Sabato 8 marzo e Domenica 9 marzo	- Traversata in località da definire
Sabato 22 marzo	- Escursione in località da definire
Sabato 5 aprile e domenica 6 aprile	- Raduno L.P.V. Sciescursionismo

## GITE EXTRA CORSO

Saranno organizzate gite extra corso che saranno comunicate di volta in volta sul sito [www.caiuget.it/sfe](http://www.caiuget.it/sfe)

## CENA DI FINE CORSO

Venerdì 11 aprile

## SCI FONDO RACES

All'interno del gruppo alcuni appassionati Atleti partecipano a competizioni di sci nordico sia in Italia che all'estero. Per chi fosse interessato a cimentarsi con queste competizioni è sufficiente contattare il responsabile della sezione agonistica: AMERIO Andrea (Cell. 377-1568953 E-mail: [andr.am60@gmail.com](mailto:andr.am60@gmail.com)). La partecipazione è comunque aperta a tutti, previa visita medica agonistica!.

**Per informazioni, rivolgersi ai responsabili del gruppo il giovedì sera in sede**  
**e-mail: [skifondo@caiuget.it](mailto:skifondo@caiuget.it) - Sito Internet: [www.caiuget.it/sfe](http://www.caiuget.it/sfe)**



# Trekking e Raid Viaggi



1913 *UGET* 2014

## **1 ... 4 maggio**

### **Sentieri del Verdon, 700 m - Provence - Francia**

Mini-trek a stella di 4 giorni da La Palud sur Verdon. Sentieri di lunghezza, dislivello e difficoltà varie nelle Gorges du Verdon - Pernottamento: rifugio o ostello - Gita in auto Attrezzatura da escursionismo - **Difficoltà: EE - Iscrizioni: da giov. 6/02 al 27/02/2014 e saldo entro giovedì 3/04/2014; partecipanti: min. 15 max. 30**

**Capigita: Anna Ughetto (AAG), Valeria Aglirà (ASE) - Organizzazione: Commissione Gite**

## **17 ... 25 maggio e 6 ... 13 settembre Trekking in Basilicata**

Traversata dal Tirreno (Maratea) allo Jonio (Matera), con la collaborazione della Coop Naturaliter

**Capogita: Anna Bordoni - Organizzazione: TAM**

## **24 ... 31 maggio**

### **Viaggio nella Creta occidentale**

Un'isola che ti incanta: Il mare, le gole, le piante curative, gli agrimi (capre selvatiche) e la storia di una civiltà antichissima dalla forte simbologia - Pernottamento: hotel. Gita in pullman, aereo, auto a noleggio - Attrezzatura da escursionismo - **Difficoltà: E - Iscrizioni: Caparra entro il 26 febbraio, saldo entro il 30 aprile. partecipanti: min. 25 max. 45**

**Capigita: Gianni Lucarelli, Luciano Zanon (AE) - Organizzazione: Commissione Gite**

## **13 ... 22 giugno**

### **Selvaggio blu "Integrale"**

Itinerario di 6 giorni definito da alcuni come "il trekking più difficile d'Italia". Il selvaggio blu è un itinerario di trekking-alpinismo che si snoda lungo le magnifiche falesie e mulattiere del golfo di Orosei - Partenza da Genova porto - Pernottamento: tenda + bungalow. Gita in treno + nave - Attrezzatura da arrampicata - **Difficoltà: A - Iscrizioni: entro giovedì. 03/04/2014 e saldo entro giov. 22/5/2014; partecipanti: min. 8 max. 16**

**Capigita: Valeria Aglirà (ASE) - Organizzazione: Commissione Gite**

## **3 ... 9 agosto**

### **Dolomiti di Cortina e M. Cristallo**

Trekking itinerante nelle Dolomiti ampezzane: Monte Cristallo, Pomagagnon, Fiames. Per escursionisti allenati, con varianti su ferrate per gli alpinisti - Pernottamento: rifugi in quota - Gita in pullman - Attrezzatura da escursionismo - e/o da ferrata - **Difficoltà: EE - A - Iscrizioni: dal 15 marzo con caparra, fino ad esaurimento posti; partecipanti: min. 30 max. 40**

**Capigita: Mauro Marino, Luciano Origlia (ASE), Gianni Lucarelli - Organ. Comm. Gite**

## **21 ... 24 agosto**

### **Tour des Glaciers de la Vanoise, 2900 m - Vanoise**

Trekking nel più antico e prestigioso parco francese. Partenza da Termignon - Pernottamento rifugi in quota - Gita in auto - Attrezzatura da escursionismo - **Difficoltà: EE - Iscrizioni: entro 26 giugno con caparra. Saldo entro 24 luglio; partecipanti: min. 10 max. 20**

**Capigita: Stefano Regis - Organizzazione: Commissione Gite**

## **10 ... 15 e 17 ... 22 agosto**

### **Trekking in Engadina - Svizzera**

**Capigita: Beppe Gavazza (ASE), Michela Giannetta (ASE), Giorgio Gnocchi (ASE), Walter Moia (ASE) - Organizzazione: TAM**



# Gruppo Speleologico Piemontese

## CAI-UGET

1913 UGET 2014

Anche quest'anno il Gruppo Speleologico Piemontese CAI UGET fornisce un ricco calendario di avvenimenti per avvicinare e appassionare al mondo della speleologia quanta più gente possibile. Le iniziative sono aperte a tutti

### GITE SOCIALI:

Gite svolte in grotte orizzontali di semplice percorrenza

**2 marzo 2014** Grotta del Caudano, Frabosa Sottana, Cuneo

**19 ottobre 2014** Grotta delle Vene, Viozene, Cuneo

### 23° CORSO DI SPELEOLOGIA:

Dal 28 febbraio al 26 aprile 2014. Il GSP organizza un Corso di avvicinamento alla speleologia, articolato in 6 lezioni teoriche, 5 escursioni in grotta e 2 esercitazioni in palestra di roccia. L'obiettivo del corso è fornire approfondimenti sugli argomenti legati al mondo ipogeo e sulle tecniche di progressione in grotta. Il Corso viene svolto in collaborazione con il Gruppo Speleologico Giavenese "Eraldo Saracco" e con la Scuola di Speleologia SSI di Giaveno.

### Programma

Venerdì	28	febbraio	Presentazione del corso presso la sede CAI UGET, ore 21,00
Domenica	2	marzo	Uscita in grotta di facile percorrenza, aperta a tutti
Giovedì	6	marzo	Lezione su materiali, vestiario e progressione in grotta
Venerdì	14	marzo	Palestra interna
Domenica	16	marzo	Palestra esterna
Giovedì	20	marzo	Lezione su carsismo e speleogenesi
Domenica	23	marzo	Escursione in grotta
Giovedì	27	marzo	Lezione su primo soccorso
Giovedì	3	aprile	Lezione su storia della speleologia e attività speleologica
Domenica	6	aprile	Escursione in grotta
Giovedì	10	aprile	Lezione su topografia e rilievo
Domenica	13	aprile	Escursione in grotta
25 ... 27		aprile	Stage di fine corso

Per informazioni contattare, Fabry 347 97 05 658 [eco04@tiscali.it](mailto:eco04@tiscali.it) - Igor 333 67 85 306 [cicco.igor@tiscali.it](mailto:cicco.igor@tiscali.it) e consultare il sito: [www.gsptorino.it](http://www.gsptorino.it) e scrivere a: [info@gsptorino.it](mailto:info@gsptorino.it)

**Per iscrizioni e ulteriori informazioni ogni giovedì dalle 21,30 presso la Sede UGET di Corso Francia 192.**



**Sabato 26 luglio** Neraisse - Vinadio - Valle Stura  
Km 30 dislivello 317 m - **Difficoltà MC/BC**  
**Capogita: Massimo Grandi (AE - C), Actis Walter, Actis Flavio**

**Sabato 6 e Domenica 7 settembre** Tour del Mont Fallere  
Km 70 dislivello 2700 m - **Difficoltà BC/OC**  
**Capogita: Marco Centin (AE - C)**

## CORSO MONOTEMATICO MTB/AG:

Il corso è indirizzato a tutti i ragazzi dell'alpinismo giovanile dai 7 ai 15 anni ed è aperto anche ad esterni, previa l'iscrizione al CAI. L'inizio del corso è fissato per il mese di **Marzo 2014**

### Note tecniche

Si richiedono bici tipo mtb in ordine e di taglia adeguata, casco obbligatorio, zainetto. Consigliati guanti e occhiali. Per i più piccoli (7-10 anni) sono ammesse anche bici più semplici, purché sufficientemente robuste da sopportare percorsi sterrati.

### Abbreviazioni:

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

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

### Informazione:

Sul sito

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

nella sezione ciclo escursionismo troverete tutte le informazioni per le iscrizioni.

**Per iscriversi contattare il capogita:**

Massimo 347-9822703 - Flavio 349-8394759;

Walter 347-0331434 - Marco 339-5829332

# Sottosezione di Trofarello

## “Guido Ottone”



Sottosezione di Trofarello  
"Guido Ottone"

1913  UGET 2014

**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 di Trofarello unisce al programma escursionistico invernale ed estivo di quest'anno, alcune mete con realtà associative limitrofe al nostro territorio.

**12 gennaio** **Sci / Snow Board / Fondo** - Monginevro:  
Gita intersezionale in collaborazione col CAI di Moncalieri  
*Capigita: C. Giraud, P. Mogno*

**12 gennaio** **Ref. du Chardonnet, m. 2223** - Valle della Clarée  
Partenza da Névache - Dislivello: m. 603 - Tempo di salita: 2 ore 30' - **Difficoltà: EI**  
*Capogita: F. Elmi*

**26 gennaio** **Sci / Snow Board / Ciaspole**  
Località di partenza: Monginevro - **Difficoltà: EI**  
*Capigita: F. Elmi, C. Giraud, P. Mogno*

**9 febbraio** **Sci / Snow Board / Ciaspole**  
Località di partenza: Monginevro - **Difficoltà: EI**  
*Capigita: F. Elmi, C. Giraud, P. Mogno*

**23 febbraio** **Sci / Snow Board / Fondo**  
Gita intersezionale in collaborazione col CAI di Moncalieri  
*Capigita: C. Giraud, P. Mogno*

**Itinerario CIA:** **Col des Trois frères mineurs, 2586 m** - Vallon des Baisses  
Località di partenza: Monginevro - Dislivello: 800 m - Tempo di salita: 3 ore **Difficoltà: EI**  
*Capigita: F. Elmi*

**9 marzo** **Sci / Snow Board / Ciaspole**  
Itinerario CIA. Località di partenza: Monginevro - **Difficoltà: EI**  
*Capigita: F. Elmi, C. Giraud, P. Mogno*

**23 marzo** **Sci / Snow Board**  
*Capigita: C. Giraud, P. Mogno*

**Itinerario CIA:** **Sommet des anges, 2391 m** - Vallon du Gondran  
Località di partenza: Monginevro - Dislivello: 560 m - Tempo di salita: 2 ore - **Difficoltà: EI**  
*Capogita: F. Elmi*



Sottosezione di Trofarello  
"Guido Ottone"

# Sottosezione di Trofarello

## "Guido Ottone"

1913  2014

---

### ITINERARI ESCURSIONISTICI

**6 aprile** **Punta di Costa fiorita, 1769 m** - Valle di Susa  
Località di partenza: Alpeggio Soffietti - Dislivello: 569 m - Tempo di salita: 2 ore - **Difficoltà: E**  
**Capogita: Paolo Mogno**

**21 aprile** **M. Colombano, 1658 m** - Valle di Susa  
Località di partenza: Sacrario Colle del Lys - Dislivello: 350 m - Tempo di salita: 1 ora e 30'  
**Difficoltà: E - Intersezionale in collaborazione con l' ANPI di Trofarello**  
**Capogita: Carlo Giraudo**

**maggio o giugno** **Escursione con le scuole**  
Itinerari da definire con la direzione didattica  
**Capogita: F. Elmi, C. Giraudo, P. Mogno**

**4 maggio** **Itinerario in bici sulle sponde del Po** - Parco del Meisino  
Località di partenza: Trofarello - Tempo: 5 ore, 40 km - Gita non competitiva - **Difficoltà: T.**  
**Capogita: F. Elmi, C. Giraudo, P. Mogno**

**18 maggio** **M. Pramand, 2163 m** - Val di Susa  
Partenza da: Beaume di Oulx - Dislivello: 1100 m - Tempo di salita: 3 ore e 30' **Difficoltà: E**  
**Capogita: P. Mogno**

**15 giugno** **Punta Mulatera, 2622 m** - Val di Susa  
Località di partenza: Sopra Giaglione - Dislivello: 772 m - Tempo di salita: 2 ore. **Difficoltà: E**  
**Capogita: C. Giraudo**

**29 giugno** **Rocca d'Orel, M. Bussaia, 2451 m** - Val di Vernante  
Località di partenza: Palanfrè - Dislivello: 1072 m - Tempo di salita: 3,30 ore - **Difficoltà: E**  
**Capogita: F. Frau**

**13 luglio** **Lago Corona, 2702 m** - Valle di Cogne  
Località di partenza: Gimillan - Dislivello: 915 m - Tempo di salita: 3 ore - **Difficoltà: E**  
**Capogita: P. Mogno**

**27 luglio** **Monte Glacier, 3185 m** - Valle di Champorcher  
Località di partenza: Dondenaz - Dislivello: 1056 m - Tempo di salita: 3 ore e 30' - **Difficoltà: E**  
**Capogita: P. Mogno**

**7 settembre** **M. Malamot, 2917 m** - Val Cenischia  
Partenza: Lago del Moncenisio - Dislivello: 950 m - Tempo di salita: 3 ore - **Difficoltà: E**  
**Capogita: F. Frau**

# Sottosezione di Trofarello "Guido Ottone"



Sottosezione di Trofarello  
"Guido Ottone"

1913  UGET 2014

**21 settembre**

**M. Marzo, 2756 m**

Località di partenza: Piamprato - Dislivello: 1205 m - Tempo di salita: 4 ore - **Difficoltà: EE**  
**Capogita: C. Giraud - Gita Intersezionale col CAI di Moncalieri**

**12 ottobre**

**Festa dei sentieri della collina torinese**

Località di partenza: Trofarello - Dislivello: 400 m - Tempo di percorrenza: 4 ore - **Difficoltà: T**  
**Capogita: C. Elmi, C. Giraud, P. Mogno - Gita Intersezionale col CAI di Moncalieri**

**26 ottobre**

**M. Omo, 2615 m - Valle Stura di Demonte**

Partenza da: Gias Cavera - Dislivello: 765 m - Tempo di salita: 2 ore 30' - **Difficoltà: E**  
**Capogita: F. Frau**

**9 novembre**

**Rocca dei Corvi, Savona**

Località di partenza: da Montagna da Casa Lina e Pietre Gianche - Dislivello: 500 m - Tempo complessivo: 4 ore - **Difficoltà: E - Capogita: C. Giraud**

**15 novembre**

**Cena di chiusura anno sociale**

## LEGENDA ATTIVITA'

S: Sci/snow board

ESC: Escursionismo

MTB: Cicloescursionismo

CIA: Racchette da neve/sci escursionismo

## INFORMAZIONI GENERALI SULLA PARTECIPAZIONE ALLE ATTIVITA'

- La partecipazione alle attività del CAI sottosezione di Trofarello è riservata ai soci regolarmente iscritti per l'anno in corso.
- 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 capi gita, condizioni ambientali, ecc.. le attività possono essere modificate o soppresse ad insindacabile giudizio dei responsabili.

## RIFERIMENTI TEL. CAPI GITA

Carlo Giraud cell. 3283196259

Ferruccio Elmi cell. 3355915337

Francesco Frau cell. 3402201230

Paolo Mogno cell. 3356861229

Ulteriori Informazioni in sede CAI e sul sito:

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



# Coro CAI - UGET

1913  UGET 2014

---

*Direttore Giuseppe Varetto*

***“Un Coro di montagna può dirsi tale se chi lo ascolta si sente trasportato in montagna”:***  
con queste parole Gilberto Zamara, fondatore e primo direttore del Coro CAI UGET di Torino, rispondeva ad un'intervistatrice sull'essenza e lo spirito animatore del Coro.

Nell'autunno del 1947 un gruppetto di amici, animati da questa passione e dal carisma di Gilberto, dava inizio a questa compagine vocale di 35 voci maschili. Il tempo passa veloce e nel 2012 il Coro celebrando i sessantacinque anni di attività si colloca fra i veterani del settore specie in Piemonte, ove conta un pubblico numeroso e appassionato.

Il repertorio comprende oltre 400 titoli che si incrementano senza sosta in una continua opera di aggiornamento, attingendo dal repertorio popolare ma anche da fonti musicali di carattere classico, religioso, negro's spiritual, bandistico, ecc.: fra le varie pubblicazioni, due raccolte di canti, oltre a testi e spartiti singoli; numerose anche le incisioni su vinile, cassette e CD, fino ai recenti “... L'era quel” edito nel 2007, dedicato al geniale amico e armonizzatore Gino Mazzari e all'ultimo live “In concerto” edito nel 2009 registrato al Conservatorio G. Verdi di Torino.

Il Coro CAI UGET da alcuni anni ha ottenuto l'iscrizione al Registro Regionale delle Organizzazioni di Volontariato nella Sezione "Promozione della cultura, istruzione e educazione permanente", riconducendo così l'attività di valorizzazione del canto popolare/montano a servizio sociale, privilegiando l'aiuto a situazioni di disagio e organizzando numerosi progetti con questa specifica finalità.

Nell'intento di perfezionare il livello qualitativo vocale del gruppo e di coltivare la professionalità di nuovi “soci”, il Coro istituisce lezioni di tecnica vocale per i coristi, che avvengono periodicamente. Il coro partecipa anche attivamente alla qualificazione dell'attività corale con rassegne in varie città italiane e all'estero in accordo con selezionati gruppi corali.

I coristi si ritrovano tutti i martedì sera in sede per le prove e ricevono con grande interesse e piacere tutti coloro che desiderano ascoltare o contribuire alla loro comune passione per il canto.

Per info:  
[www.corocaiuget.it](http://www.corocaiuget.it)



# Rifugio Guido Rey



1913  UGET 2014

Al rifugio si promuovono attività ed eventi particolarmente indicate per le famiglie e gli sportivi ed è raggiungibile da Beaulard, dove si arriva con la statale per Bardonecchia, l'autostrada del Frejus e in treno. Nella stagione invernale è possibile raggiungere il rifugio tramite la pista battuta sulla quale è consentito il passaggio a piedi o con sci o con ciaspole. Uno spazio unico in Italia dove passeggiare o allenarsi su un tracciato sicuro. Nella stagione estiva si organizzano **Campi estivi per Ragazzi** in inglese, **con il metodo e programma del progetto formativo CAI**. Claudio e Mauro sono accompagnatori sezionali del gruppo Alpinismo Giovanile della sezione CAI UGET. **Apertura invernale da Natale a fine marzo -Apertura estiva da metà giugno a metà settembre**

## Gite eventi e attività

**28 dicembre**

**Ciaspolata e fiaccolata serale**

Partenza dal rifugio Guido Rey, 1761 m, nel tardo pomeriggio e arrivo a Beaulard, 1200 m. Dislivello di 600 m - tempo ore 1,30 - Attrezzatura necessaria: pila frontale, ciaspole, abbigliamento invernale - **Difficoltà EI**

**Capigita: Claudio Scrizzi, Mauro Godone**

**1 - 2 febbraio**

**Dal rif. Rey al Vazon**

Da rifugio a rifugio, notte di mezza pensione al rifugio Rey e al risveglio passeggiata con ciaspole o sci d'alpinismo per raggiungere il rifugio La Charduse - Tempo ore 3,30 - **Difficoltà EI**

**Capigita: Claudio Scrizzi, Mauro Godone**

**1 - 2 marzo**

**Da Bardonecchia al Vazon**

Partenza da Bardonecchia con ciaspole o sci d'alpinismo, seggiovia e salita al Colomion, pernottamento al rifugio Guido Rey. Tempo previsto ore 5. Il giorno 2 partenza dal Rey e passeggiata per raggiungere il rifugio La Charduse - Tempo ore 3,30. La domenica pomeriggio, discesa dal Vazon a Oulx - Tempo ore 3,30 - Si consiglia l'uso del treno - **Difficoltà EE/EI**

**Capigita: Claudio Scrizzi, Mauro Godone**

**21 giugno**

**Gita del solstizio**

Partenza alle 3 dal rifugio Rey, 1761 m, per raggiungere il passo dell'Orso, 2400 metri, e vedere il sorgere del sole - Dislivello di 600 metri - Tempo ore 4 - **Difficoltà EE/EI**

**Capigita: Claudio Scrizzi, Mauro Godone**

**3 agosto**

**Gita all'arca del Rey**

Salita da Beaulard, 1200 m, al Rey, 1761 m, pranzo al sacco presso il laghetto e rientro a Beaulard con tracciato ad anello - Dislivello di 600 m - Tempo ore 4 - **Difficoltà E**

**Capigita: Claudio Scrizzi, Mauro Godone**

Da metà giugno a fine luglio, tutti i giovedì pomeriggio accompagnamento dei ragazzi di 7 - 13 anni alla rocca AG, sul sentiero del Rey verso la palestra di roccia per ragazzi.

**Capigita: Claudio Scrizzi, Mauro Godone**

Per ulteriori informazioni consultare il sito:

[www.rifugioguidorey.it](http://www.rifugioguidorey.it)



# I rifugi e bivacchi del CAI UGET-Torino

1913 UGET 2014

## 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.

Ha ottenuto la certificazione di qualità ambientale ISO 14001 ed assicura una confortevole ricettività in un sito d'altissimo valore ambientale e paesaggistico.

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

Tel. rifugio: 0165 869 097

Tel. ab. 0165 778 602

**E-mail: [info@rifugiomontebianco.com](mailto:info@rifugiomontebianco.com)**

Sito Internet:

**[www.rifugiomontebianco.com](http://www.rifugiomontebianco.com)**



## Rifugio GUIDO REY 1761 m

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

Accesso da Beaulard (ore 1,30) o da Chateau (ore 0,40). Il rifugio è aperto sia nel periodo estivo ed quello invernale (vedere programma a pag. 39).

### **Per informazioni:**

Tel. rifugio 0122.83.13.90 fax:011.1970.6503.

Sito Internet:

[www.rifugioguidorey.it](http://www.rifugioguidorey.it)

### **Gestori:**

Mauro; 349.30.78.110-[mauro@rifugioguidorey.it](mailto:mauro@rifugioguidorey.it)  
Claudio; 011.02.02.256-[claudio@rifugioguidorey.it](mailto:claudio@rifugioguidorey.it)

# I rifugi e bivacchi del CAI UGET-Torino



1913 *UGET* 2014

## FRANCESCO GONELLA

3071 m

In comprietà con la sez. CAI TORINO

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

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



## Capanna SARACCO - VOLANTE 2220 m

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

Chiavi presso:  
**Il gruppo speleologico del CAI UGET**

Responsabile:  
**Marco Scofet**  
Telef. : 347 84.87.170  
marcoscofet@googlemail.com





# I rifugi e bivacchi del CAI UGET-Torino

1913 *UGET* 2014

## **Bivacco VAL SEA SOARDI - FASSERO 2287 m**

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



## **Bivacco ROSSI - VOLANTE 3850 m**

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



## **Bivacco FALCHI - VILLATA 2650 m**

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

Accesso da Pian del Re con percorso in parte su sentiero, sino al Lago Chiarretto ed in parte su ripido pendio ex - glaciale - ore 3

Difficoltà PD, qualche rischio di caduta di pietre.



## CAI UGET - TORINO

**PER OGNI ULTERIORE INFORMAZIONE OD ISCRIZIONE ALLE  
GITE SOCIALI O AI CORSI, RIVOLGERSI ALLA SEGRETERIA DEL  
C.A.I. Sez. UGET - Torino - Corso Francia 192 - Parco della Tesoriera  
CAP 10145 TORINO,**

**Tel. 011 53 79 83 - fax 011 41 21 786**

**Sito Internet: [www.caiuget.it](http://www.caiuget.it) - E-mail: [caiuget@caiuget.it](mailto:caiuget@caiuget.it)**



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

**MONTAGNA PER TUTTI**

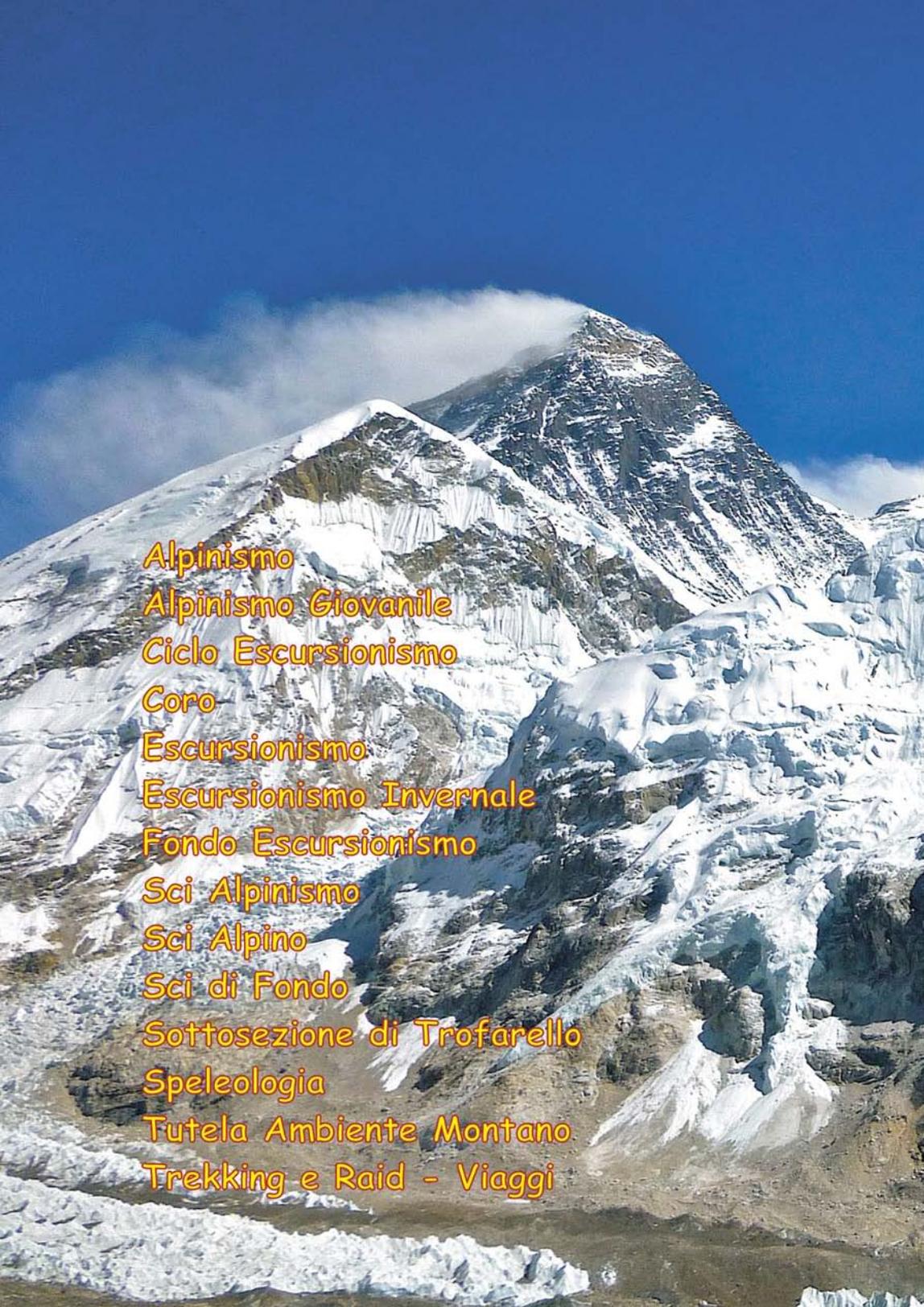
**Programma attività 2014**

**a cura dei gruppi del**

**CLUB ALPINO ITALIANO Sez. UGET - TORINO**

**“Supplemento a CAI UGET NOTIZIE N.1 gennaio - febbraio 2014”**

**Hanno collaborato: Carlo Balbiano (Revisore testi), Emilio Garbellini (Impaginazione)  
Fotografia in prima pagina di: Bianca Compagnoni - Lhotse m.8501, sul retro il Nuptse m. 7861  
che parzialmente copre il Monte Everest m. 8848, visti dalla cima del Chukhung Ri m.5550**



Alpinismo  
Alpinismo Giovanile  
Ciclo Escursionismo  
Coro  
Escursionismo  
Escursionismo Invernale  
Fondo Escursionismo  
Sci Alpinismo  
Sci Alpino  
Sci di Fondo  
Sottosezione di Trofarello  
Speleologia  
Tutela Ambiente Montano  
Trekking e Raid - Viaggi