

PROGRAMMA

MARZO 2015

15 ☺ **L'ALTRA CIVATE** Gita escursionistica-culturale intersezionale con mezzi pubblici: mattino escursione nella natura, pomeriggio percorso artistico, accessibile anche a persone con disabilità: il complesso romanico di S.Calocero e la quattrocentesca Casa del Pellegrino.

Dom **I MEANDRI DEL TREBBIA** da Bobbio a Marsaglia. Tradizionale uscita intersezionale accompagnati dagli ONC/CAI di Lombardia. Disl.: 550 m – Totale Km 12,5 – Diff.: E - Durata 6 ore

APRILE 2015

Dom **CERES - SANTA CRISTINA - CANTOIRA (TO)** Itinerario facile molto panoramico nonostante la quota in quanto posto alla testata della Val Grande. In vetta si trova l'omonimo santuario Disl.: 650 m – Diff.: E - Durata 5 ore

Sab **GIRO DEL LAGO DI ALSERIO.** Passeggiata di grande interesse naturalistico e paesaggistico di circa 21 km nel paesaggio della Brianza ricca di verde e incorniciata dalla Grigna e dal Resegone. In treno.

Da **TREK NELLE VALLI DI BORDIGHERA E SANREMO** Gita con mezzi propri

gio a **Escursioni a stella con base nel comune di Seborga (IM),** insignito dal 2009 della Bandiera Arancione dal Touring Club Italiano in ottima posizione soleggiata con ampie montagne alle spalle che la proteggono dai venti freddi del Nord.

MAGGIO 2015

10 ☺ **SENTIERONE DELLA VAL VERZASCA da Sonogno a Lavertezzo (SvizzeraCanton Ticino, Locarno)** Percorso facile, quasi pianeggiante per scoprire non solo il fascino del sobrio e vario paesaggio naturale della "verde acqua" (da ciò appunto deriva il nome Verzasca), ma anche le numerose testimonianze di un passato artigianale e artistico Disl.: 400 m – Diff.: E - Durata 4 ore

MAGGIO 2015

21-25 **ROMANTICA AUSTRIA** Giro turistico/culturale in pullman nella regione della Carinzia: il ghiacciaio del Grossglockner; Salisburgo e il Castello di Hellbrunn. La regione della Stiria: il Castello di Herberstein e Graz

GIUGNO 2015

30/5 **W-E LUNGO NELL'APPENNINO BOLOGNESE:** Rio Mescola, la vena del gesso, il Santerno, con B&B in quel di Imola & dintorni.

6-7 **FERRATA DEL CENTENARIO C.A.O. AL MONTE GRONA.** Divertente salita attrezzata, ottimo allenamento per le prossime ferrate alle Pale di San Martino e al Sorapiss.

Dom **GIORNATA DEL SOLSTIZIO** sentiero nella riserva naturale dei **Boschi di Giovetto di Palline** (Comune di Borno - Croce Salven), accompagnati dagli Operatori Naturalistici Culturali del CAI di Lombardia tra boschi e pascoli con vasti panorami sulla Valle Camonica (BS) e sulla Val di Scalve (BG).

27-28/6 **PIZZO CASSANDRA (3.226 m) PER LA PARETE NORD-OVEST.** Bella cima dell'alta Valmalenco, poco distante dall'imponente parete EST del Monte Disgrazia. La saliremo per una via appena più difficile della classica via normale.

Dal **SETTIMANA NONNI E NIPOTI - A PICCOLI PASSI** **27/6** **Vacanza verde a SIUSI ALLO SCILIAR** dedicata a piccoli trekker da 2 a 12 anni accompagnati. Attività e dislivelli calibrati per il gruppo dei cerbiatti (fino a 5 anni) e dei caprioli più grandi. In Trentino zona molto verde e ben organizzata per passeggiate a piedi, in bici, in treno e relax in piscina.

LUGLIO 2015

3-6/7 **FERRATA BOLVER-LUGLI ALLE PALE DI SAN MARTINO E TRAVERSATA** Ferrata verticale nell'ambiente spettacolare delle Pale. A S. Martino già in serata di venerdì (pernottamento in loco) per prendere la prima corsa della funivia Col Verde sabato mattina.

LUGLIO 2015

5-20/7 **VAL DI FASSA - CANAZEI,** una o due settimane di vacanze in hotel dotato di tutti i confort, all'inizio di molte passeggiate. Ottima cucina ladina e trentina

18-19/7 **VIA NORMALE DEL LYSKAMM OCCIDENTALE (m 4481).** Dal rifugio Quintino Sella, grandiosa salita ad uno dei più rappresentativi 4000 del gruppo del Rosa!

SETTEMBRE 2015

4-6/9 **ANELLO DEL SORAPISS – FERRATE VANDELLI E BERTI** Nel cuore delle Dolomiti Cortinesi, lunga e spettacolare traversata ai piedi del Sorapiss.

12-13/9 **ROCCIAMELONE (3538 m) DAL RIFUGIO LA RIPOSA (2185 m)** A grande richiesta, riproponiamo questo itinerario, saltato due anni fa perché proposto a stagione troppo avanzata. Salita ad una cima molto panoramica, frequentatissima, anche meta di pellegrinaggi religiosi. Nonostante la quota elevata della cima, la normale è un itinerario escursionistico.

12/9 **SVIZZERA Da SILS al Lej de la Tscheppa** Escursione interessante, relativamente corta con qualche passaggio roccioso. La vista è magnifica. Rientro da Bunarivo Disl.: 840 m - Diff.: E - Durata 5 ore

19/9 **PIZZO QUADRO (mt. 3.013) DA STARLEGGIA** Bella gita su una delle cime più panoramiche della Valle Spluga, non difficile ma con notevole dislivello.

20-21 **SVIZZERA Dal Simplon pass alla Cabane monte Leone** Ultimo giorno estate Disl.: 850 m - Diff.: E - Durata 6 ore

Questa potrebbe essere organizzata insieme con ARCI, ma con in più la salita alla vetta = ALPINISTICA

26/9 **CRESTA SEGANTINI** in Grigna, trattandosi di arrampicata in ambiente sarà necessario pre-definire anticipatamente le cordate.

SETTEMBRE 2015

- 27** **CROCE DAL BOSCO E PIZ CADREIGH**
E Dal P.so del Lucomagno 1915 a Piz Cadreigh
☺ 2516 a Croce Portera e Acquacalda 1700.
Possibili due gruppi con giri differenti.
Disl.: 950 m - Diff.: E - Durata 6 ore

OTTOBRE 2015

- 4** **CASALE DI ALBINO (BG) - VALLE DEL LUJO**
E **"SAGRA DELLE BORÖLE"** o Festa delle
☺ castagne nella prima domenica di ottobre
- 10-17** **TREKKING NEL PARCO NAZIONALE DELLA SILA**
E E' una delle zone più suggestive e selvagge
della Calabria con vaste e splendide foreste,
distese su dolci altopiani, con emozionanti
paesaggi protesi anche sul Pollino,
sull'Aspromonte, sull'Etna, sulle assolate
marine dello Jonio e sul mare Tirreno, nel
quale, con le atmosfere terse, si rimane
incantati nell'osservare l'imponente ergersi
delle Eolie.
- LIGURIA DI PONENTE FINALE LIGURE** con
percorso ancora da definire (giro Rocca di
Perti + Pianmarino; traversata Noli-Manie-
Varigotti; entroterra da Vezzi-Portio alla Rocca
dei Corv; da Tosse/s.Libera discesa su Bric dei
Monti e su Varigotti)

GENNAIO 2016

- 15-** Settimana calda: in località da definirsi
22 (Giordania o Marocco o Egitto)
gen

ARRAMPICATE IN FALESIA TRA MARZO E OTTOBRE

Sono previste uscite distribuite lungo tutto l'arco della "bella stagione" fino a giugno, con il coordinamento del nostro esperto arrampicatore Angelo Carraro. Verranno comunicate via mail a che ne fa richiesta

Legenda:

A = Alpinistica;, **E = Escursionismo;** **SeV = Settimane Verdi e Trek**

Le gite contrassegnate con ☺ sono effettuate in collaborazione con altre associazioni di montagna

Il programma dettagliato di ogni iniziativa comprendente orari, quote e nominativi dei capogita,

è disponibile in sede con grande anticipo ed è visibile al sito del GAM alla sezione Notiziari: www.gam.milano.it/ Per le iscrizioni e la partecipazione prendere sempre contatti con i capigita.

NORME PER LA PARTECIPAZIONE A GITE GAM

Art. 1 Le gite sociali sono aperte a tutti; i soci GAM godono di tariffe privilegiate; i minori di anni 18 possono partecipare se accompagnati o autorizzati da un genitore.

Art. 2 Le iscrizioni alle gite si ricevono in sede negli orari di apertura, sono valide con il versamento della quota di partecipazione o della caparra. Le iscrizioni vengono chiuse entro le ore 22,30 del giovedì che precede la gita, o nella data indicata nel singolo programma.

Art. 3 In caso di rinuncia:

a) Per le gite giornaliere: la quota di partecipazione è interamente dovuta se la rinuncia viene fatta dopo il giovedì precedente la gita senza sostituzione di persona.

b) Per le gite di più giorni: se la rinuncia è fatta dopo la chiusura dell'iscrizione, sono dovute la somma della caparra concordata e la quota del soggiorno nella misura richiesta dall'albergo. Le quote sono rimborsate solo in caso di annullamento della gita da parte dell'organizzazione.

Art. 4 Nel caso di gite sci-alpinistiche è obbligatoria una attrezzatura personale composta da ARVA 457 kHz (digitale o analogico), pala e sonda; il funzionamento dell'ARVA sarà controllato all'inizio della gita; le attrezzature possono essere noleggiate, in numero limitato, presso il GAM. In occasione delle gite il Direttore della gita organizzerà prove pratiche di ricerca con ARVA cui è obbligatorio partecipare per spirito di solidarietà e per impratichirsi su come portare soccorso ai compagni in tempo utile.

Art. 5 Il "Direttore di gita" è un socio del GAM designato dalla commissione competente; opera a titolo gratuito per il raggiungimento della meta da parte di tutti i partecipanti nelle migliori condizioni di sicurezza. Redige il programma della gita, lo pubblica e lo consegna ai partecipanti, consulta le previsioni nivologiche e meteorologiche. Sceglie il percorso e guida la comitiva nell'escursione, cura il rispetto degli orari, la sistemazione sui mezzi di trasporto e nei rifugi. A suo insindacabile giudizio può: - avvalersi di collaboratori, anche accompagnatori e istruttori qualificati CAI o professionisti; - non ammettere alla gita chi non ha adeguata preparazione o equipaggiamento; - variare il percorso e la meta anche durante la gita nonché annullarla per motivi tecnici e di sicurezza in casi di maltempo, difficoltà impreviste, condizioni divenute non idonee dei partecipanti, od altro.

Può inoltre prendere provvedimenti ritenuti opportuni per il miglior esito della gita.

Art. 6 Durante l'escursione il partecipante deve rispettare le disposizioni del Direttore di gita e dei suoi collaboratori; non può allontanarsi dalla comitiva senza autorizzazione, né svolgere attività alpinistica individuale o agire con potenziale pericolosità. Deve rispettare tutte le disposizioni che regolano il vivere civile ed in particolare i regolamenti dei rifugi. Deve mantenere un comportamento educato e responsabile nei riguardi di tutti. Il Direttore e il GAM declinano ogni responsabilità diretta ed oggettiva per infortuni o danni che dovessero occorrere ai partecipanti particolarmente nei casi di inosservanza di specifiche e puntuali disposizioni.

Art. 7 Con l'iscrizione alla gita i partecipanti accettano le norme del presente Regolamento esonerando il Gruppo, la Sottosezione, i Direttori di gita e i loro collaboratori da qualunque responsabilità per ogni genere di incidenti che dovessero verificarsi nel corso dell'escursione.

Gruppo Amici della Montagna Sottosezione CAI Milano



ESCURSIONI - TREK - PASSEGGIATE e ALPINISTICHE

PROGRAMMA 2015 PRIMAVERA - ESTATE

GAM - Via C.G. Merlo, 3 (largo Augusto)
20122 Milano - tel. 02 799178
e-mail: gam@gam.milano.it
www.gam.milano.it

Orari di apertura
martedì e giovedì: 21.00 - 23.00