



ECHI DAL CONSIGLIO

Carissimi Soci, questa estate 2016 ci ha regalato tante belle giornate per realizzare le numerose iniziative presenti nei nostri programmi di Escursionismo e Alpinismo. Dopo 30 anni il GAM quest' anno è tornato in Islanda, stupendo paese di vulcani, cascate, ghiacciai, mari di lava e lagune. Tanto bello che vorremmo ritornarci. Un'idea ve la potete fare venendo alla serata di foto e racconti organizzata per il 18 ottobre. Un'estate ricca di emozioni che non si conclude ma continua con l'arrivo dell'autunno. In questo Notiziario trovate le proposte per riprendere l'allenamento e farci trovare in forma per quando arriverà la neve. Tante proposte da non perdere e tanti buoni motivi per fare la tessera GAM....associarsi conviene!!!! oltre ad essere un buon modo per aiutarci ad andare avanti. Guardate con attenzione il programma di Escursionismo che presenta delle interessanti modifiche rispetto a quello presentato precedentemente. Anche il programma di Alpinismo oltre a presentare tante gite di diverso impegno e difficoltà in modo da poter consentire a tutti di avvicinarsi alla montagna e conoscendola imparare ad amarla, vi propone una novità assoluta per il prossimo autunno: il 1° corso di Arrampicata. Questo nuovo Corso che siamo riusciti a organizzare su stimolo di alcuni soci che ne hanno tastato l'esigenza tra le file dei nostri giovani si andrà a unire ai Corsi che già da anni il GAM propone con grande successo. E per iniziare alla grande questo 1° corso vedrà la presenza di Paolo Caruso ideatore dell'omonimo metodo di arrampicata.

Sempre su sollecitazione di un nostro socio, la scorsa primavera ci siamo fatti promotori di un importante Progetto: "Adotta una Falesia". Il progetto che si articola con una parte di discussione nell'ambito delle Serate in Sede e una parte attiva di "cura" della falesia adottata ha l'ambizione di voler educare i frequentatori di falesie e accrescerne la consapevolezza che le falesie sono un bene prezioso che va preservato dal deterioramento e dall' incuria.

E dulcis in fundo....siamo finalmente riusciti dopo tanti incontri e le solite accese discussioni che caratterizzano lo spirito partecipativo del GAM a realizzare la sistemazione dei nostri locali che con la fine di settembre avranno una nuova e bellissima veste. Vi aspettiamo numerosi all'inaugurazione di ottobre ma.....come sempre le cose belle hanno un prezzo e questo è sicuramente uno sforzo economico non da poco per le nostre casse. Siamo certi che la generosità dei nostri soci che non è mai venuta meno anche in questa occasione non mancherà e noi non mancheremo di metterla in evidenza.

Di seguito, come sempre, potete trovare una sommaria descrizione delle nostre proposte autunnali. Per maggiori informazioni consultate il sito: <http://www.gam.milano.it>

ASSEMBLEA PER IL BILANCIO PREVENTIVO E FESTA DI INAGURAZIONE della SEDE RISTRUTTURATA

E' convocata l'Assemblea dei Soci **per giovedì 20 ottobre 2016 alle ore 8:00 in prima convocazione, e ALLE ORE 21 in seconda convocazione** presso la sede sociale, per deliberare sul seguente ordine del giorno:

1. Relazione del Presidente
2. Bilancio preventivo 2017
3. Varie ed Eventuali

e a seguire"Che la festa cominci" con torte dolci e salate proposte dalla fantasia dei partecipanti.

DELEGA I soci impossibilitati a partecipare sono pregati di delegare (ogni socio può portare fino a 2 deleghe) un altro socio con la seguente scritta:

Il sottoscritto socio del Gam.....

delega il socio.....

a rappresentarlo all'Assemblea Ordinaria dei Soci indetta per il 20 ottobre 2016

Il delegato

Il delegante

ALPINISMO

Dopo gli ozi dell'estate.....si riparte alla grande!

ATTIVITA'

3-4 settembre: Spigolo del Velo. Week-end di arrampicata in una delle più belle vie delle Dolomiti accompagnati dalle guide Luca e Valentina. Esposizione continua, qualità della roccia e omogeneità delle difficoltà rendono la sua ascensione un vero godimento. 3 settembre: trasferimento alle Pale di San Martino e salita al Rifugio del Velo (dsl.800 h.2-3). Domenica 4 settembre: salita dello Spigolo del Velo alla Cima della Madonna (350m, V+) Referente ed iscrizioni: Michele Cardillo (mail: michele_cardillo@hotmail.it cell. 3392069657)

4 settembre: Pizzo Quadro 3015m da Starleggia. Riproponiamo anche quest'anno questa bella gita in Valle Spluga saltata lo scorso anno per chiusura della via d'accesso. Difficoltà: EE/F+, percorso impegnativo per il dislivello (1450m ca). Per tracce fino al Bivacco del Servizio e da qui per ripidi pendii fino alla sella tra Motto Alto e la cresta ENE. Poi per roccette in arrampicata facile fino alla cima. Referenti e iscrizioni: Valentino Pistone (mail: valentinopistone57@gmail.com cell. 3482481016 – Gabriella Russo (mail: gabriru4000@gmail.com cell. 3398052658)

17-18 settembre: Gran Pilastro 3510m. Massima cima della Valle Aurina dal profilo imponente ed estremamente panoramica. Difficoltà: EE/F+ che può aumentare in presenza di neve o ghiaccio. Sabato 3 settembre: salita al Rifugio Gran Pilastro. Domenica 4 settembre: dal rifugio per roccette attrezzate quindi per ampia spalla con percorso sempre più ripido si arriva ad una forcella oltre la quale per cresta esile e molto aerea su instabili lastroni si arriva alla vetta. Dislivello: 800m ca h. 3 Referenti e iscrizioni: Valentino Pistone (mail: valentinopistone57@gmail.com cell. 3482481016 – Gabriella Russo (mail: gabriru4000@gmail.com cell. 3398052658)

24-25 settembre: Pizzo del Diavolo di Tenda 2915m. Cresta SSO, via Baroni. Bella ascensione su roccia nel cuore delle Alpi orobiche con difficoltà II grado e alcuni tratti III Sabato 24 settembre: da Carona salita al Rifugio Calvi Domenica 25 settembre: dal rifugio al Lago Rotondo quindi per un lungo tratto sulla via normale. Per un dosso di detriti si arriva alla cresta SSO. La via Baroni sale per un canale che corre fino alla cima con passaggi di II e III grado. Dislivello: 900m h.4:30 ca Discesa per la via normale. Referenti e iscrizioni: Claudio Crespi (mail: claudio.crespi1@live.it cell. 3335307491)

1-2 ottobre: Punta Marguareis 2650m per il Sentiero Sordella. Salita alla montagna più alta delle Alpi Liguri. Un enorme massiccio che offre una gita non difficile ma in ambiente spettacolare. Sabato 1 ottobre: salita al Rifugio Garelli dal Pian delle Gorre Domenica 2 ottobre: seguiremo il canale dei Torinesi che solca il Marguareis da nord spostandoci poi sul nuovo sentiero attrezzato Sordella(EEA) su roccia solida e da qui fino in vetta. Dislivello: 700m Difficoltà: EE/ F h. 3 dal rifugio alla vetta. Referente e iscrizioni: Valentino Pistone (mail: valentinopistone57@gmail.com cell. 3482481016 – Giovanni Gaiani (mail: giovanni.gaiani@tin.it).

7-8 ottobre: Pietra di Bismantova. Due giorni di arrampicate con le guide Luca e Valentina. La Pietra è una singolare formazione rocciosa di arenaria su cui potremo effettuare monotiri di varie difficoltà e vie lunghe. Referente GAM per informazioni e iscrizioni: Michele Cardillo (mail: michele_cardillo@hotmail.it cell. 3392069657)

16 ottobre: Monte Legnone 2609m da Nord (Direttissima). Dal Rifugio Roccoli Lorna al Rifugio Scoggione e da questo alla vetta. Dislivello: 1485m Tempi: h 3 Difficoltà: EE/F Referenti e iscrizioni: Valentino Pistone (mail: valentinopistone57@gmail.com cell. 3482481016 – Gabriella Russo mail: gabriru4000@gmail.com cell. 3398052658)

CORSI: Ecco una nuovissima proposta GAM assolutamente da non perdere l° **Corso di Arrampicata.** Corso di arrampicata su roccia con le guide Luca Biagini e Valentina Casellato con la ricercata presenza di Paolo Caruso. Corso per tutti principianti ed esperti in 2 weekend (22-23 ottobre/ 19-20 novembre) di approfondimento dei movimenti del corpo in arrampicata. Iscrizioni entro il 15 settembre e serata di presentazione 29 settembre. Referente e iscrizioni: Michele Cardillo (mail: michele_cardillo@hotmail.it cell. 3392069657)

ESCURSIONISMO e TURISMO

Il programma autunnale ha subito alcune modifiche di data e meta. Vi segnaliamo le proposte in corso, descrizione e dettagli al sito <http://www.gam.milano.it> o per richiesta ai referenti

17-18 settembre: WE in val d'Ayas con pernottamento al rifugio ARP (Ayas Estoul 1800). In collaborazione con ARCI Cime tempestose

Programma: partenza da Milano Piazzale Lotto ore 7.

Sabato: salita al rifugio 2440 ed ai laghetti di Valfredda 2600, poi breve ridiscesa al rifugio, cena e pernottato. Tempo 4 ore; Dislivello: + 600 m al rifugio, ed altri 150 m ai laghetti.

Domenica: traversata dai laghi Palasina, salita al colle (2668 m), e discesa nel vallone fino a Mascognaz* (1820 m), quindi deviazione a Cuneaz* (2030 m) e discesa a Crest* (1935 m) e Champoluc* (1560 m). Tempo: circa 6 ore tot. Dislivello + 300; - 1100 metri. * villaggi walser.

Quota: Soci GAM 120 € in camerone (8 letti) ed in camere 4-5 letti; 130 € in camera 2 letti, **SE DISPONIBILE** .

Iscrizioni presso la coordinatrice GAM: gemma.assante1@fastwebnet.it (3479508354) **entro il 05/9**.

24 /9- 1/10/2016: TREK nel PARCO del CILENTO, patrimonio dell'UNESCO con Diego Festa passeggiate tra i promontori di roccia della costa, varie soste per il bagno e le splendide archeologie della zona. Iscrizioni chiuse a meno di qc rinuncia. Coordinatrice GAM: gemma.assante1@fastwebnet.it

8 Ottobre: circuito dei laghi in VAL GEROLA. In collaborazione con ARCI. Escursione molto bella che permette di vedere due dei quattro laghi dell'alta Val Gerola occidentale: Trona, Inferno. SALITA DA PESCEGALLO AL RIFUGIO + DISCESA A GEROLA ALTA - Dislivello circa 650 metri a saliscendi in salita; 850 m in discesa . Difficoltà E . PULLMAN 28 POSTI , ORARIO DI PARTENZA: ore 7,15 p.le Lotto-Lido, **Quota:** Soci GAM 20 €. **Iscrizioni** c/o la Coordinatrice GAM: gemma.assante1@fastwebnet.it 347 9508354

16 Ottobre: Rogolone e le querce secolari. Organizzata dagli ONC di Lombardia. Passeggiata in Val MENAGGIO raggiungibile con mezzi pubblici + traghetto da Menaggio. Ci muoviamo in direzione Lovenò, proseguendo per Piamuro, Mulino della Valle, , sino a raggiungere Rogolone. Proseguiremo poi per Velzo, Codogna, Mulino Vecchia, Chioderia, Piamuro e torneremo a Menaggio. Lungo il percorso visita a Villa bagatti valsecchi e al Museo etnografico della val Senagra. Tempo globale della passeggiata: ore 4.30. Dislivello fino al Rogolone: 279m. **Quota:** Soci GAM 7 € senza biglietto treno+traghetto. Maggiori dettagli disponibili più avanti. Coordinatrice GAM: gemma.assante1@fastwebnet.it 347 9508354

22 Ottobre: Traversata da Asso-Canzo a Valmadrera e visita a Villa Gavazzi, dimora storica ed ex filanda: annullata a giugno per cattivo tempo, riproponiamo questo **PERCORSO DI ARCHEOLOGIA INDUSTRIALE** con la visita al complesso monumentale e se il tempo è sufficiente all'orto botanico di Valmadrera. COORDINATRICE GAM: Tina Paleari tina.paleari@iol.it cell. 34830000630; gemma.assante1@fastwebnet.it (3479508354)

29/10-2/11: W-E lungo in Liguria con base a Diano Marina in collaborazione con ARCI. Escursioni **nell'entroterra del Ponente ligure**. PULLMAN PRIVATO ORARIO DI PARTENZA: sabato 29/10 ore 7.15 p.le Loreto. QUOTA DI PARTECIPAZIONE: 250 € con caparra 100 € entro 30/9 – saldo entro 14/10. Iscrizioni successive quota 285 € con posto disponibile . Coordinatrice GAM: gemma.assante1@fastwebnet.it (3479508354);

PROGRAMMA di massima: Sab 29 ottobre – ultimo giorno ora legale: Itinerario breve nell'entroterra di DIANO;

Dom 30 ottobre – Dolceacqua, Perinaldo, Apricale e Isolabona in val Nervia;

Lun 31 ottobre – Escursione tra Val Prino e Valle Impero

Mar 1 Novembre : itinerario breve da Villa Faraldi in valle Cervo

SERATE IN SEDE h.21, EVENTI e SEGNALAZIONI

20 settembre: Incontro dei partecipanti che si recheranno in Cilento

29 settembre: Serata di chiusura del corso di Alpinismo e di presentazione del 1° corso di Arrampicata. In conclusione della 10° edizione del corso, grande serata di festa e per rispondere al grande interrogativo del ... "come continuare?" ecco la proposta del 1° corso di Arrampicata. Con noi Luca e Valentina

6 ottobre: Serata al cinema ARCA. Serata di apertura al cinema ARCA in promozione del MiMoFF 2016 (vedi dopo)

6 ottobre: Riunione della Commissione di Scialpinismo. Per preparare il calendario delle gite invernali tutti i soci che hanno proposte da fare sono invitati a farle pervenire a Franco Perin (mail: franco.perin@fastwebnet.it) o a Paolo Cesa Bianchi (mail: p.cesabianchi@sacebi.com)

11 ottobre: Incontro in sede della Commissione Escursionismo per impostare il programma 2017: tutti i soci che vogliono collaborare, che hanno idee da proporre o semplicemente interessati sono caldamente invitati a partecipare. Si parlerà anche del programma CIASPOLE

18 ottobre: Serata Islanda. Serata dedicata al viaggio organizzato ad agosto 2016: proiezione di foto ed happy hour auto organizzato a partire dalle ore 19.30. Vi aspettiamo numerosi per farvi vedere paesaggi straordinari e per verificare se si riesce ad organizzare un nuovo gruppo per il prossimo anno 2017. Portate buone cose da mangiare e condividere

20 ottobre: Assemblea ordinaria per l'approvazione del bilancio preventivo.

25-29 ottobre: MiMoFF 2016 Milano Mountain Film Festival - Edizione 2016 - **FILM DI MONTAGNA** c/o il Cine Teatro Arca, Corso XXII Marzo, 23/15 Milano. L'ingresso è a pagamento: biglietto per serata a 6,00 €. Abbonamento alle 5 serate: € 25,00. I soci CAI, i soci GAM e i soci Edelweiss e delle altre Organizzazioni Partners possono richiedere in sede i biglietti al prezzo scontato di 5 € per il biglietto singolo e di 20 € per l'abbonamento alle 5 serate. Per info e prenotazioni mandare sms o mail a gemma.assante1@fastwebnet.it cell. 3479508354

3 novembre: Presentazione calendario invernale

.....con data da definire. Progetto "Adotta una falesia" seconda serata di incontro con gli alpinisti chiodatori. Dopo il brillante inizio del Progetto con l'adozione da parte del GAM della falesia di Lecco " Discoteca", continuiamo la nostra serie di incontri al fine di sensibilizzare la comunità degli scalatori ai problemi legati all'uso "sconsiderato" delle falesie.

E per chi ama navigare.....Si segnala il **sito di montagna:** <http://www.altemontagne.it>

Sentieri, rifugi, itinerari escursionistici, panoramiche nel Trentino Alto Adige e Dolomiti + archeologia, castelli, percorsi per bambini, disegni e racconti di montagna.

Ricevete questa newsletter perché il vostro indirizzo si trova nella mailing list del GAM. Assicuriamo che i vostri dati sono trattati con estrema riservatezza e non vengono divulgati. Le nostre informative sono comunicate individualmente anche se trattate con l'ausilio di spedizioni collettive. In ogni momento ci si può cancellare dalla lista: rispondendo a questa mail con "CANCELLAMI" in oggetto, sarete espunti immediatamente con tante scuse. Parimenti per iscriversi alla nostra newsletter, mandate una mail a gam@gam.milano.it

Notiziario G.A.M. – N. 4 – SETTEMBRE-OTTOBRE 2016 - Spedito il giorno 28.8.2016
Pubblicato dal GRUPPO AMICI della MONTAGNA Sottosezione del C.A.I. Milano
Via G.B.Merlo, 3 – 20122 MILANO – Telefono: 02.799.178 - e-mail: gam@gam.milano.it
<http://www.gam.milano.it>

P Do you really need to print this message? Please consider the environment before you do!