

PROGRAMMA 2018

MARZO

24
T/E
♠

DA DEIVA A LEVANTO* sentiero Verde-Azzurro, classico percorso nel Levante Ligure, molto panoramico, sempre affacciato sul mare, senza notevoli dislivelli, ma impegnativo per estensione (circa 16 km), con possibilità di abbreviare il percorso, utilizzando il treno per alcuni tratti (Es. Bonassola-Levanto o Framura-Bonassola). Disl. 600m; Durata: 5 h

APRILE

7-14
E
♠

TREK ALLE EOLIE parte emersa di un vasto complesso vulcanico, prevalentemente sottomarino, che si estende per circa 200 chilometri

21
E
♠

VERRES – PONT ST. MARTIN
ai piedi di pareti di roccia terrazzate e coltivate a vigneti, attraversando Arnad (Iardo DOP e splendida chiesa medievale), la Dora sull'antico ponte di Echallod ed il borgo di Hône, sino a Bard. Poco dislivello. 15 Km

MAGGIO

5
E ♠

MARGNO PIAN DELLE BETULLE - RIFUGIO OMBREGA*
Bella passeggiata in Valsassina dall'Alpe Paglio. Disl.:+360/ -150 m

12
E
♠

RACCONIGI, VILLE REALI, OASI E CICOGNE accompagnati dagli amici della LIPU con una visita didattica molto interessante impareremo ad osservare, riconoscere e fotografare gli uccelli dell'oasi, che in ogni periodo dell'anno regalano particolari emozioni. Visita poi al Parco, al paese e al castello.

20
E
♠

LA VIA DEL MERCATO IN CENTOVALLI* Passeggiata di circa 5 ore impegnativa, ma ben segnalata nella natura selvaggia e romantica delle Centovalli, nel cuore del Progetto Parco Nazionale del Locarnese.

31/5 -
3/6 ♠

VELA E TREK ALLE 5 TERRE W-E nel mare di La Spezia e sui sentieri del Parco nazionale delle 5 Terre.

3

E
♠

7-11

E
♠

24

E
♠

1-15

E
♠

15-22

E
♠

GIUGNO

CERVATTO – PIZZO TRACCIORA* in Valsesia, sulla cima più conosciuta e frequentata per le sue forme dolci e arrotondate, la facile accessibilità e la posizione che offre belle visioni panoramiche a 360° sulla valle

APUANE 5 giorni tra vette maestose da cui si gode una splendida vista sul mare. Da qui osservati, i profili delle Apuane appaiono come misteriosi scogli che si innalzano dalla costa versiliese: nel loro cuore grotte, laghi verdissimi e una varietà di fiori piante grazie alla posizione geografica.

VAL VIGEZZO - ALPE SCAREDI* Ambiente ospitale e ottimo per pic-nic. In vetta il panorama è notevole: ad est la Valle Cannobina e il Monte Gridone, verso nord la Valle Loana le sue montagne della Val Vigezzo

LUGLIO

1 o 2 SETTIMANE NONNI E NIPOTI in FRIULI VENEZIA GIULIA ad ARTA TERME (UD) a pochi chilometri da Tolmezzo, nel cuore della Carnia, in una conca ricca di pinete. Vacanza adatta ai bambini dai 5 sino ai 12 anni, organizzata con naturalisti/educatori, con diverse attività didattiche e formative nella natura. Passeggiate, visite, fattorie didattiche e sport all'aperto. Casa per ferie con giardino recintato, calcio balilla e ping pong. Previo accordo abbiamo sconti per bici a noleggio. A 5 km palestra di arrampicata indoor. In paese, le terme con piscine e centro benessere, siamo centrali per passeggiate di fondovalle ed escursioni in montagna
Siamo ad un passo dallo Zoncolan, famoso per le salite del giro d'Italia. Siamo ad un km da Iulium Carnicum con il foro romano e l'interessante museo.

SETTIMANA VERDE IN VAL BADIA a LA VILLA e dunque nel cuore delle DOLOMITI, una parola, una garanzia. Valle molto soleggiata, natura incontaminata, moderne infrastrutture turistiche ci aspettano per una vacanza di escursioni e relax.

AGOSTO - SETTEMBRE

29/8 -
9/9
T/E/EE
♠

CRETA di sole e CRETA di luna: TREK nella culla della nostra civiltà. Cammineremo per lo più nella parte SO dell'isola, , lungo la costa, sulle montagne, nelle gole, lungo un itinerario che dalla folla di Chania ci porterà all'isolamento di Lykos. E termineremo con la visita al superbo Museo Archeologico di Heraklion

SETTEMBRE

30
E
♠

VAL DIVEDRO - TRAVERSATA ISELLE-S.DOMENICO* percorso escursionistico ad anello in prossimità del Sempione che raggiunge la splendida conca dell'Alpe Veglia

OTTOBRE

14
E
♠

VALSASSINA PAGONA - RIF. GRIERA* sulle montagne del lago di Como camminata sotto il Monte Legnone salendo per verdi boschi si esce in uno splendido panorama dove mucche e capre al pascolo ci accolgono

NOVEMBRE

3/10 -
3/11
E ♠

LA COSTA DEGLI ETRUSCHI ampio tratto della costa toscana che si estende da Livorno a Piombino, con molte testimonianze di questo popolo che qui abitò dal IX sec. A.C.

Viaggio di inverno GENNAIO

VIETNAM E' in preparazione questo viaggio esotico e affascinante, in un paese che ha straordinarie bellezze naturali e un patrimonio storico e culturale unico. Cercheremo di capirlo con lezioni di storia in sede, prima di partire.

Date da definirsi
♠

LEGENDA

T = Percorso facile di tipo turistico

E = Percorso normale di tipo escursionistico

EE = Percorso impegnativo per escursionista allenato

Il viaggio si effettua in treno, in pullman, con auto private o in aereo: consultate i programmi sul sito

* Gita organizzata in collaborazione con il gruppo escursionistico Cime Tempestose di ARCI- Il quartiere.

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 e Attività www.gam.milano.it/

Per le iscrizioni e la partecipazione prendere sempre contatti con i capigita.

Per ulteriori informazioni su gite ♣: Gemma Assante gemma.assante2017@gmail.com tel. 347 9508354

Su gite ♣ Cristina Mazzetti cristina.mazzetti@alice.it Tel. 3398320257

Quote di partecipazione

Gite giornaliere con mezzi propri: spese viaggio condivise, guidatore escluso + quota GAM.

Gite giornaliere con mezzi pubblici: ciascun partecipante deve farsi autonomamente il biglietto del treno/bus + quota GAM.

Gite giornaliere con pullman: 25 €, quota ridotta a 20 € con almeno 28 adesioni. Con meno di 20 iscrizioni si deciderà caso per caso: se effettuare la gita con auto e spese condivise o con pulmino e quota rivista per recupero costi fissi. Prenotazione con pagamento anticipato 20 €. Eventuale saldo in loco.

Per le gite di più giorni consultare il programma **ISCRIZIONI** in sede GAM negli orari di apertura oppure con il versamento di 20 € sul conto GAM IBAN IT62D0103001654000061104572

NORME PER LA PARTECIPAZIONE A GITE GAM

1 Le iscrizioni alle gite si ricevono in sede negli orari di apertura. Per le gite giornaliere o di fine settimana, salvo che sia diversamente indicato sul Notiziario, nelle due settimane che precedono la gita stessa. Per trekking e settimane secondo quanto indicato sul Notiziario. Le iscrizioni sono valide con il pagamento delle quote stabilite. Le iscrizioni eccedenti la disponibilità dei posti vengono messe in lista d'attesa per eventuali sostituzioni.

2 Lo scopo delle gite sociali è quello di condurre tutti i partecipanti alla meta. L'andatura sarà quindi adatta a mantenere il gruppo sufficientemente compatto pur tenendo conto dei tempi tecnici necessari al normale svolgimento della gita. Ne consegue che i direttori di gita, a loro insindacabile giudizio, possono non accettare l'iscrizione di chi non è ritenuto idoneo.

3 Per quanto riguarda la rinuncia si precisa che, a meno che il rinunciataro proponga un sostituto:

- per le gite giornaliere la quota di partecipazione è interamente dovuta se la rinuncia viene fatta dopo il MARTEDÌ precedente la gita

- per le gite di più giorni se la rinuncia viene fatta negli 8 giorni precedenti la partenza è trattenuta la caparra e richiesta la quota di soggiorno nella misura eventualmente addebitata dall'albergatore.

4 I Direttori di gita sono volontari che agiscono come accompagnatori non professionali. Essi guidano la comitiva nell'esecuzione, curano il rispetto degli orari, la situazione dei posti, dei pernottamenti e tutto quanto sia utile al buon andamento della gita. I Direttori di gita hanno la facoltà di sospendere o modificare la gita nel caso in cui le condizioni atmosferiche, di innevamento o la situazione contingente siano tali da non garantire le normali norme di sicurezza. Durante il percorso essi stabiliscono le soste opportune e assumono le decisioni adeguate in ordine a coloro che fossero in difficoltà a proseguire.

5 I partecipanti, che devono essere a perfetta conoscenza delle caratteristiche della gita apparse sul Notiziario, hanno l'obbligo di attenersi alle disposizioni dei Direttori di gita e di portare l'attrezzatura richiesta dal programma. Il possesso dell'attrezzatura fa supporre che se ne conosca l'uso. I partecipanti devono essere disposti a collaborare per il trasporto di materiale comune (corde, barella, o altro). Nessuno dei partecipanti, se non espressamente autorizzato, dovrà sopravanzare i Direttori di gita o rimanere arretrato.

6 Nel caso di gite sci-alpinistiche è obbligatorio il possesso dell'ARVA con frequenza di 457 kHz, il cui funzionamento sarà controllato all'inizio della gita. E' inoltre richiesto che ciascun partecipante sia munito di una pala. Entrambi questi strumenti possono essere noleggiati, in numero limitato, presso il GAM. In occasione di gite i Direttori di gita organizzeranno prove pratiche di ricerca con ARVA cui tutti, con spirito di solidarietà, dovranno partecipare per impraticarsi su come portare soccorso in tempo utile.

7 Gli orari di partenza previsti sono tassativi. Nel caso in cui fosse necessario modificare l'orario di ritorno i Direttori di gita lo comunicheranno per tempo a tutti i partecipanti.

8 L'iscrizione alla gita comporta la totale accettazione delle presenti norme.

L'ATTENERSI ALLE REGOLE FACILITA LA GITA, LA RENDE PIÙ PIACEVOLE PER TUTTI E SOPRATTUTTO PIÙ SICURA.

Gruppo Amici della Montagna Sottosezione CAI Milano



PROGRAMMA ESCURSIONISMO PRIMAVERA - ESTATE 2018

GAM - Via C.G. Merlo, 3 (largo Augusto)
20122 Milano - tel. 02 799178

Orari di apertura
martedì 18:30-20:00 e giovedì: 21.00 - 23.00

e-mail: gam.milano0@gmail.com
sito web: www.gam.milano.it