



L'estate è alle porte e con lei programmi estivi del GAM diventano realtà..... ma occhio alle scadenze come sempre alberghi e rifugi ci chiedono le caparre e per garantirsi il posto bisogna essere tempestivi!!!!

Ma prima di buttarvi a esaminare le tante e belle proposte e precipitarvi a prenotare, date un occhio a quanto ci siamo detti nell'Assemblea Annuale dei Soci sullo stato di salute della nostra Associazione

## **ECHI DALL' ASSEMBLEA**

Il Bilancio del 2017 si chiude con un avanzo d'esercizio di € 8538. Possiamo già dire che l'Associazione gode di uno stato di buona salute.

Anche se siamo un' Associazione "no-profit" avere un avanzo di esercizio come dire un piccolo profitto ci consente di pensare a possibili investimenti per migliorare.

Il Consiglio è disponibile a esaminare progetti di attività o proposte di acquisto da parte dei soci finalizzate sia al miglioramento delle attività offerte che degli spazi sociali.

Diamo un rapido sguardo ai numeri del 2017:

### **- SITUAZIONE SOCI**

Il 2017 si chiude con 260 soci, il 2016 si era chiuso con 252 soci e il 2018 al momento registra 271 soci. Quindi un costante incremento.....

Occorre fare qualche riflessione: l'aumento degli iscritti può essere la conseguenza dell'obbligo all'iscrizione prevista dalla Riforma del Terzo Settore ma le nostre iniziative sono aperte anche a tutti i soci CAI quindi l'incremento è proprio dovuto al desiderio di far parte del GAM

L'età media dei soci è scesa..... nel 2017 è stata di circa 49 anni, l'Associazione sta creando le basi per il futuro!!

Inoltre abbiamo il 60-70% di soci "attivi" ovvero che partecipano alle iniziative il restante sono soci "affezionati" al GAM che rinnovano la tessera ma che non partecipano per vari motivi ( limiti di età, impegni di lavoro, trasferimento in altre città.....)

Non possiamo non ricordare che questa è la prima Assemblea dei Soci senza Franco Perin Tesoriere. Nel 2017 ci ha lasciato anche Silvana Caneve Sposito, due soci che hanno lasciato una traccia nel GAM che noi seguiremo.....

### **- SITUAZIONE QUOTE**

Nel 2017 si è "aggiustata" la situazione quote ovvero si è stabilito che la quota di € 23 è la quota di affiliazione al GAM. Questa quota può essere ridotta solo in casi particolari:

- familiari **conviventi** ovvero nuclei familiari (anche di fatto) e non generici parenti

- anzianità di **appartenenza** (10 anni consecutivi di iscrizione GAM) + anzianità d'età

Quindi l'incremento delle entrate da quote sociali è dovuto alla combinazione di queste due situazioni.

#### - SITUAZIONE ATTIVITA'

**SCI ALPINO** Purtroppo il 2017 segna la definitiva scomparsa dello sci alpino (sci discesa) dai programmi. Nonostante la collaborazione messa in atto con lo Sci Club Cormano, l'attività non è decollata per lo meno per quanto riguarda le uscite giornaliere e le scuole. Si possono fare tante considerazioni in proposito ma la motivazione più probabile è che lo sci discesa ha costi troppo elevati per delle iniziative di piccoli numeri come possono essere quelli di una Associazione.

**CIASPOLE** Questa attività viene svolta in collaborazione con il circolo ARCI. Nata nel 2016 si è consolidata nel 2017, sono state fatte: 8 gite che hanno coinvolto 30 soci con una media di 3,75 persone a gita

**SCI ALPINISMO** Continua la presenza di questa attività nel territorio milanese e non solo. La qualità delle gite proposte ci rende "unici". Abbiamo fatto: 15 gite che hanno coinvolto 381 soci con una media di 25,4 persone a gita

**ALPINISMO** Questa attività deve ancora svilupparsi a pieno e per farlo deve ancora trovare una sua caratterizzazione data la forte concorrenza dei vari CAI e sottosezioni. Nel 2017 abbiamo fatto: 8 gite che hanno coinvolto 103 soci con una media di 12,8 persone a gita

**ESCURSIONISMO & VIAGGI** Anche questa attività viene svolta in collaborazione con ARCI. Nel 2017 sono state fatte 11 gite (trekking o viaggi) che hanno coinvolto 126 soci con una media di 11,45 persone a gita

Nel 2017 abbiamo portato in montagna **640** persone. Dati che confermano il grande desiderio dei nostri soci di scoprire e esplorare territori.

**CORSI** Il 2017 ha visto un grande incremento nell'organizzazione di corsi, hanno preso il via corsi di arrampicata, alpinismo, scialpinismo e ghiaccio per un totale di 82 persone coinvolte.

Tutti i corsi organizzati con la collaborazione di guide alpine. I corsi non danno al GAM un profitto immediato ma sono lo strumento tramite il quale abbiamo incrementato maggiormente il numero di soci e ne abbiamo abbassato l'età media garantendoci così un futuro.....

#### - SITUAZIONE AFFITTO SEDE

Il 2017 ha visto aumentare anche il numero degli affittuari. Il nostro locale ammodernato è risultato di gradimento ad altre realtà oltre che ai nostri affittuari "storici". Abbiamo affittato il nostro salone a Soci e non-Soci per iniziative private.

In conclusione a queste voci sono da attribuire le entrate del GAM ovvero tutte quelle risorse che ne consentono la vita e la continuazione. Ma come già tante volte detto, il GAM vive grazie all'azione appassionata e volontaria dei suoi soci che con la loro disponibilità permettono che le varie iniziative abbiano successo.

Nonostante la collaborazione sia tanta, il Consiglio Direttivo lancia un appello a tutti i soci affinché mettano a disposizione del GAM le loro competenze o anche solo un po' del loro tempo libero. Abbiamo bisogno di:

- accompagnatori per le nostre iniziative
- tecnici per i nostri impianti audio/video
- volontari per la manutenzione della sede
- qualsiasi competenza può essere utile: segnalateci la vostra disponibilità

Come Presidente ringrazio tutto il Consiglio, gli Organi Direttivi e i soci che nel corso del 2017 si sono prodigati per crescita del GAM

## **PICCOLO CORSO di PRIMO SOCCORSO**

Siamo riusciti a rendere realtà questa importante iniziativa: 1° Piccolo Corso di Primo Soccorso Rivolto a tutti coloro che vogliono andare in montagna con la consapevolezza che un incidente può capitare ma che sappiamo come comportarci per prestare aiuto all' infortunato. Il Corso sarà articolato su 3 serate a scadenza settimanale, si svolgerà presso la struttura SOS di Lambrate – Via Amadeo 78/a ( di fianco alla Balera dell'Ortica) con il seguente orario: 21-22:30 Ecco date e programma:

**4 giugno**- 1° incontro: BLS (ovvero la rianimazione cardiopolmonare) e disostruzione delle vie aeree con la pratica sui manichini

**11 giugno**- 2° incontro: Eventi medici: ipotermie, congelamenti, edema polmonare, etc.

**18 giugno**- 3° incontro: Eventi traumatici: valutazione, basi sull'immobilizzazione e trasporto.

Il corso è aperto a tutti i soci e simpatizzanti. L'associazione SOS che opera in regime di volontariato verrà da noi finanziata con un contributo volontario di circa € 300 che verrà suddiviso tra i partecipanti al corso.

Iscrizioni aperte presso la Referente: Cristina Meotti mail: [meotticristina@gmail.com](mailto:meotticristina@gmail.com) cell. 348 4431336

## **SCIALPINISMO**

Referente GAM per questo programma: Paolo Cesa Bianchi cell. 335261795 mail: [p.cesabianchi@sacebi.com](mailto:p.cesabianchi@sacebi.com) Contattarlo per le iscrizioni

### **5-6- Maggio - Monte Cevedale (3769m) – Monte Pasquale (3553m) ISCRIZIONI APERTE**

1° giorno - Dai Forni (2140) si raggiunge il Rifugio Casati (3269m)

Dai Forni portarsi verso il Rifugio Pizzini in direzione della Vedretta di Cedéc e seguendo grosso modo il fondovalle su terreno aperto raggiungere il ramo più settentrionale del ghiacciaio in linea generale poco a monte della stazione inferiore della teleferica per il Rifugio Casati.

Dislivello: 1120m Tempo: h 3:30

2° giorno – dal Rifugio Casati si piega decisamente verso destra e con percorso facile si sale l'ampio dosso. Il tratto intermedio è poi più pianeggiante e porta gradualmente verso pendici finali. Si affrontano i ripidi pendii sommitali della montagna, si oltrepassa la crepaccia terminale (talora è necessario togliersi gli sci) e percorrendo un ultimo breve e panoramico tratto si raggiunge la sommità con gli sci ai piedi.

Discesa: scendere il ripido pendio che dalla vetta porta al pianoro sottostante. Da lì in direzione NW continuare a scendere sul pendio verso la Vedretta di Cedrec ( 2950m). Arrivati alla Vedretta si rimettono le pelli per salire al Colle del Pasquale e successivamente al Monte Pasquale ( 3553m). Da qui per i bei pendii della Val di Rosole si raggiunge il Rifugio Branca per poi tornare ai Forni Dislivello salita: 500+ 650m Discesa complessiva: 2200m

### **12–13 Maggio - Tete de Valpelline (3799m) ISCRIZIONI APERTE**

1° giorno: al rifugio Nacamuli dove si pernotta. Dislivello 850 mt (2818m) 2°giorno: salire al col Collon 3114m, scendere nella conca glaciale del Haut Glacier d'Arolla (q. 2980). Puntare al colle del Mont Brulé (q. 3230) tenendosi al centro del ghiacciaio distanti dalla parete delle punta Kurtz e del Mont Brulé. Risalirlo. Dal colle scendere sul pianoro del Glacier de Tsa de Tsan fino a q. 3120, ripellare e risalirlo fino al col di Valpelline e per il vasto pendio salire alla Tetè de Valpelline. Ridiscendere al colle e aggirando le seraccate portarsi a sx fino al Col de la Division. Calarsi o scendere sulle catene fino al canale, scenderlo e verso il fondo attraversare a sx e

raggiungere il rifugio Aosta. Seguendo l'itinerario del rifugio Aosta raggiungere Prarayer e la diga di Place Moulin. Dislivello 1250 mt. Difficoltà: OSA Dislivello totale: 2100

## **26-27 Maggio - Punta Penia – Marmolada (3343m) ISCRIZIONI APERTE**

Dal lago Fedaiia seguire il tracciato della pista (sconsigliabile utilizzare la seggiovia per l'orario troppo tardivo). A q. 2500 m circa iniziare il lungo traverso a dx (ovest) in leggera ascesa, per immettersi nel grande catino sotto la parete nord della Marmolada di Penia. Risalire il ripido pendio puntando ad un'evidente sella q. 3030 m sulla dx, che si raggiunge con numerosi zig-zag (pendio fino a 40°). Dalla sella risalire il ripido spallone nevoso, la cui pendenza diminuisce progressivamente, fino a portarsi con direzione sud-est ai pendii sommitali. Arrivare in vetta senza difficoltà, sci ai piedi. DISCESA: Per la via di salita. Prestare attenzione in caso di neve dura. In basso generalmente conviene scendere per la pista. Dislivello: 1270m Difficoltà: BSA/OSA

## **2-3 Giugno - Galenstock (3586m)**

Dall'albergo Belvedere portarsi sul ghiacciaio del Rodano che si percorre verso N, sul versante sinistro orografico, fino a circa quota 2600, in vista di una fascia di seracchi. Deviare ora a E verso il Galengletscher, puntando all'evidente sella del Galensattel (3113). Prima di raggiungere i ripidi pendii che adducono al colle, voltare a sinistra e affrontare un ripido traverso che porta ad un ampio dosso. Percorrerlo in direzione NE fino ad una fascia rocciosa percorsa da un ripido e stretto canalino. A seconda delle condizioni, risalirlo con gli sci, oppure superare la fascia rocciosa a piedi. Proseguire per pendii sostenuti, tenendosi in prossimità della cresta S, fino alla ripida calotta SW. Qui si possono lasciare gli sci e salire la paretina a piedi (ca. 50 m) oppure con giuste condizioni di neve raggiungere la vetta con gli sci continuando lungo la cresta S (traverso piuttosto esposto). Discesa per l'itinerario di salita. E' possibile la discesa diretta della calotta SW (45°).  
Dislivello 1400m Difficoltà: BSA

.....e vista l'abbondanza di neve potremmo continuare!!!!

## **ALPINISMO**

### **FALESIA**

Continuano i sabati GAM in Falesia del GAM!! Il socio Angelo Carraro detto "Brassi" ci propone le seguenti giornate tutte a carattere amatoriale ( non vengono impartite lezioni di arrampicata!!!)

Sotto il programma indicativo, i cambiamenti verranno pubblicati sul sito <http://gam.milano.it> e comunicati via mail:

**5 maggio** : Falesia di Predore

**12 -13 maggio**: Weekend di arrampicata a Lumignano (VI). Due giorni di arrampicate con pernottamento in albergo. I posti sono limitati, **affrettatevi a prenotare** presso il Referente Angelo

**19 maggio**: Falesia di Sangiano(VA)

**26 maggio**: Falesia di Pontey(AO)

**2 giugno**: Falesia Roby Piantoni Colere(BG)

Referente GAM per questo programma: Angelo Carraro mail: [angelo.brassi@libero.it](mailto:angelo.brassi@libero.it) cell. 3479550202

### **GITE**

**9 giugno- FERRATA MAURIZIO al Monte Croce (antecima del monte Alben).**

Salita: dal piazzale conca dell'Alben ( località Zambra Alta -BG) si raggiunge in breve l'attacco all'inizio di un canalone , quindi per lo spigolo EST si raggiunge l'anticima e quindi la cima n cima del M. Croce. Discesa : Dalla cima del M. Croce percorrendo la cresta NW quindi dall'intaglio passo Forca Larga si rientra al piazzale Conca Alben Difficoltà : MD Dislivello :650 m di cui 400 di sola ferrata

**23-24 giugno- PIZZO DISGRAZIA (mt. 3678) per la via normale Cresta Ovest-NordOvest. (Alternativa per il Canalone Schenatti)**

Grande montagna, regina delle Alpi Centrali, la saliremo per la classica via normale o, se ci sono le condizioni, per un itinerario un poco più difficile.

Sabato: dalla Piana di Preda Rossa al rifugio Ponti (mt. 2.559) in 2h. Dislivello mt. 700 .

Domenica: salita per morena e ghiacciaio sino alla Sella di Pioda (mt. 3.387). Di qui per cresta aerea mista di neve e roccia sino in vetta. Passaggi di II superiore, pendenza massima 45°, difficoltà PD+ Alternativa: Canalone Schenatti (pendenza 45-50°) con uscita a metà cresta, difficoltà AD).

**7- 8 luglio - MONTE PELMO (mt. 3.168)- via normale ISCRIZIONI APERTE**

Salita sulla più imponente montagna delle Dolomiti Bellunesi

Sabato : Da Zoppé di Cadore (mt. 1.461) si raggiunge in 1h ½ il rifugio Venezia (mt. 1.946), dove si pernotta. Dislivello ca. 500m. **Domenica** : dal rifugio in ca. 20 minuti si raggiunge l'attacco della cengia di Ball, con salita in continua esposizione e il superamento di un punto difficile (Passo del Gatto, II+), quindi si risale un vallone detritico e una fascia rocciosa sino ad un piccolo nevaio e di qui la cresta terminale sino in vetta. Difficoltà : F+, con un passo di II+ Dislivello: mt. 1.100 ca. Tempi : salita 5h., discesa 3h. Iscrizioni presso il capogita: Giovanni Gaiani mail: giovanni.gaiani@tin.it o Gabriella Russo mail: gabriru4000@gmail.com

**14-15 luglio- ROCCIA NERA e traversata al MONTE POLLUCE ISCRIZIONI APERTE**

Due 4000 in concatenazione nel massiccio del M. Rosa.

Sabato: da Saint Jacques si sale ai piani Verra infer. e Superiore, quindi si raggiunge prima il rif. Mezzalama e successivamente il Guide della val d'AYas . Dislivello : mt. 1750

Possibilità di usufruire di un servizio di fuori strada fino ai piani di Verra infer. ( 2300 m).

In tal caso il dislivello si riduce a 1100 m.

Domenica: Dal rifugio si sale lungo il ghiacciaio di Verra puntando al bivacco Rossi Volante ( m,3787) quindi salire il pendio S. ( 45°) fino in cima alla Roccia Nera.

Dalla Roccia Nera scendere alla porta Nera e da qui salire lo scivolo Ovest del Polluce.

Discesa riprendendo le piste del ghiacciaio di Verra.

Difficoltà : PD+/ AD- Dislivello : 1000 m. Iscrizioni presso il capogita: Claudio Crespi mail: claudio.crespi1@live.it

**21-22 luglio - CORNO BIANCO(mt. 3.320). Via normale. ISCRIZIONI APERTE**

Importante montagna che domina le alte valli Valsesia e Valle di Gressoney, a ridosso del gruppo del Rosa. Difficoltà : F+ Sabato : Da Sant'Antonio a Riva Valdobbia (mt. 1.381) si procede inizialmente in direzione Ospizio Sottile, dopo ¼ h. di devia in direzione Rifugio Carestia (mt. 2.201), che si raggiunge in ca.2h Domenica : Dal rifugio su buon sentiero segnalato si prosegue in traversata per l' Alpe Rissuolo (2264), Lago Bianco, (2332) e Lago Nero (2672). Attraversato l'emissario del lago, per tracce ci si porta al Passo d' Artemisia, attrezzato con catene su roccia ripida, solitamente bagnata, ritrovando più sopra il sentiero (bolli) che si inerpica fra le rocce gradinate fino ad un ripido canalino che porta alla cresta sud-est, seguendo la quale con facile e a volte aerea arrampicata (II) si raggiunge la vetta (3320). Discesa per l'itinerario di salita. Dislivello mt. 1.120 ca, Iscrizioni presso la capogita: Gabriella Russo mail: gabriru4000@gmail.com

**28-29 luglio- MONTE ADAMELLO dal rifugio Gnutti ISCRIZIONI APERTRE**

Sabato 28 - Salita al Rifugio Gnutti; Dal Ponte del Guat (m1528 ) in Val Malga si sale al Rifugio Gnutti (m.2166) con il segnavia n.23, superando le Scale Miller, gradini intagliati nella roccia. Tempi: 1,30

Domenica 29 Via attrezzata Terzulli; Dal rifugio si segue il sentiero 23 per il Passo dell'Adamello che poco dopo passa sulla cementificazione dell'ENEL, fino ad un ometto che fa salire a sinistra. Tralasciando le indicazioni per il Passo Cristallo e quelle a destra per il Rifugio Prudenzi si procede verso la morena dove si sale fino all'attacco della Via Terzulli a circa 3000 m. La via è su cenge e placche mai verticali ed i tratti più difficili sono attrezzati con fittoni di assicurazione e catene. Dal Passo dell'Adamello 3240 m verso sinistra sul Pian di Neve in direzione della cresta W che si segue fino alla vetta dell'Adamello. Tempi; 5 ore Difficoltà; EEA - AG - II – PD

Iscrizioni presso il capogita: Ferdinando Viganò mail: vferdinando@libero.it

## **ESCURSIONISMO, NATURA, CULTURA e TURISMO**

Potete trovare il programma completo dell'Escursionismo 2018 sul sito GAM <http://gam.milano.it>

Elenchiamo qui le iniziative **in ordine di calendario e data**, alcune giornaliere e altre di più giorni. Alcune uscite sono organizzate in collaborazione con il gruppo ARCI – Cime Tempestose e sono contrassegnate con \*

Le iscrizioni alle gite sono aperte ai soci in regola con l'iscrizione 2018. **Quote** indicate in dettaglio nei singoli programmi. **Iscrizioni: PER GITE IN GIORNATA** valide con versamento di 20 € salvo conguaglio; **PER GITE DI PIÙ GIORNI** si consiglia vivamente di prenotarsi presto prendendo contatti con il coordinatore. Iscrizioni e versamenti secondo scadenze indicate nei singoli programmi.

**Versamenti:** possono essere fatti mediante

- bonifico sul conto del GAM – Gruppo Amici della Montagna, Milano presso la Banca Montepaschi di Siena – **IBAN: IT62D0103001654000061104572** : la causale deve chiaramente indicare l'iniziativa e nome+cognome dell'iscritto.;
- versamento in contanti o c/assegno intestato a GAM Milano, in sede GAM (Via G.B. Merlo 3 – zona largo Augusto) negli orari di apertura (martedì 18:30-20:00 e giovedì 21:00-23:00). Avvisare coordinatore del versamento effettuato.

**5 maggio- MARGNO PIAN DELLE BETULLE - RIFUGIO OMBREGA\***. Percorrendo la Valsassina verso Premana e svoltando a DX da Casargo, si raggiunge l'Alpe Paglio. Il Rifugio Ombrega è situato presso l'omonimo alpeggio in alta Val Marcia con bella vista su Legnone, Legnoncino e Sasso Diritto. Difficoltà E ; Dislivello: + 360; - 150 metri; Durata: circa 2 ore di cammino. Viaggio in auto o in pullman privato al raggiungimento di un numero congruo di partecipanti. Partenza: ore 7,15 Lotto-Lido. **QUOTE:** 25-30 pax 25€; oltre 30 pax 20 €. Maggiorazione 5 € per pagamenti in pullman. **Coordina:** [cristina.mazzetti@alice.it](mailto:cristina.mazzetti@alice.it) 339 832 0257 Programma al sito: <http://www.gam.milano.it/attivita/alpe-paglio-rifugio-ombrega/>

**12 maggio - RACCONIGI, VILLE REALI, OASI E CICOGNE** accompagnati dagli amici della LIPU visiteremo il Centro cicogne e anatidi. Le varie specie di uccelli che si sono dedicati in marzo e aprile alla costruzione dei nidi e alla cova delle uova, stanno allevando i piccoli ed è possibile seguire le cure parentali che i genitori loro rivolgono. In palude è possibile osservare la crescita dei giovani trampolieri, come i Cavalieri d'Italia. Pranzo al sacco o presso il ristorante dell'Oasi (cucina piemontese). Visita poi al Parco, al paese e alla Reggia di Racconigi. Difficoltà: T; Dislivello no; Lunghezza circ 10 km. Viaggio in auto o in pullman privato al raggiungimento di un numero congruo di partecipanti. Partenza ore 7:15 Piazzale Lotto davanti al Lido. **QUOTE:** 25-30 pax 25€; oltre 30 pax 20 €. Maggiorazione 5 € per pagamenti in pullman. **Coordinatrice:** [gemma.assante2017@gmail.com](mailto:gemma.assante2017@gmail.com) cell:3479508354 Programma al sito:<http://www.gam.milano.it/attivita/racconigi/>

**20 maggio - LA VIA DEL MERCATO IN CENTOVALLI\*** Passeggiata impegnativa, ma ben segnalata nella natura selvaggia e romantica delle Centovalli, nel cuore del Progetto Parco Nazionale del Locarnese. Difficoltà E ; Dislivello: 850 m; Durata: circa 5 ore di cammino. Viaggio in auto o in pullman privato al raggiungimento di un numero congruo di partecipanti. Partenza ore 7:15 Piazzale Lotto davanti al Lido. **QUOTE:** 25-30 pax 25€; oltre 30 pax 20 €. Maggiorazione 5 € per pagamenti in pullman. **Coordina:** [gemma.assante2017@gmail.com](mailto:gemma.assante2017@gmail.com) 347 9508 354

**31 maggio – 3 giugno VELA E TREK ALLE 5 TERRE W-E lungo nel mare di La Spezia e sui sentieri del Parco nazionale delle 5 Terre. PRENOTAZIONI ED ISCRIZIONI:** L'iniziativa viene effettuata al raggiungimento di un numero congruo di partecipanti per uno o più equipaggi: il numero minimo è stabilito pari a 5-7 per ogni barca. Occorre dunque prenotarsi per tempo, versando una **caparra di 100 €**. **QUOTE:** 225 €. Obbligatoria iscrizione GAM. Nel caso gli iscritti siano 5 (o 11 su due barche) la quota è aumentata a 240 €. Per numeri inferiori la gita non viene effettuata. In caso di annullamento, la quota viene restituita. In caso di rinuncia la quota viene restituita solo in caso di una sostituzione. **Coordina:** [gemma.assante2017@gmail.com](mailto:gemma.assante2017@gmail.com) 347 9508 354 Programma al sito: <http://www.gam.milano.it/attivita/vela-e-trek/>

**3 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. Viaggio in auto o in pullman privato al raggiungimento di un numero congruo di partecipanti. Partenza ore 7:15 Piazzale Lotto davanti al Lido. **QUOTE:** 25-30 pax 25€; oltre 30 pax 20 €. Maggiorazione 5 € per pagamenti in pullman. **Coordina:** [cristina.mazzetti@alice.it](mailto:cristina.mazzetti@alice.it) 339 832 0257

**7 – 11 giugno 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. **Quota** di partecipazione: soci GAM € 300,00 soci CAI € 315,00 con acconto di 150 € entro il 9/4 e saldo entro il 20/5. **ISCRIZIONI** nelle serate di apertura GAM oppure c/o coordinatori o con bonifico bancario intestato al GAM Milano IBAN: IT62D103001654000061104572. **Coordinatore** [cristina.mazzetti@alice.it](mailto:cristina.mazzetti@alice.it) cell. 3398320257. Programma al sito: <http://www.gam.milano.it/attivita/in-giro-per-le-apuane/>

**30 giugno-8 luglio SETTIMANA 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. Possibilità di allungare la vacanza con una seconda settimana autogestita. Possibilità di condividere pullmino per il viaggio.

**QUOTE** Il costo varia in funzione del numero dei partecipanti: sino a 19 pax 430 €/adulto – 370€/bambino. Da 20 a 25 pax 425€ adulto e 310€ bambino; da 26 pax 380€ adulto e 300€ bambino. Quota per ogni giorno suppletivo 70€ adulti e 60 € bambini. Supplemento singola 70€/settimana. Programma al sito: <http://www.gam.milano.it/attivita/nonninipoti/>



**15-22 luglio 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. **Quote:** Soci GAM 583 € ; Soci C.A.I. 593 €. Supplemento camera singola 10,00 € al giorno. **Coordinatrice:** [cristina.mazzetti@alice.it](mailto:cristina.mazzetti@alice.it) cell. 3398320257 Programma al sito <http://www.gam.milano.it/attivita/settimana-verde-in-alta-badia/>

**29/9 – 8/10 TREK A CRETA** 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. Al momento i posti sono esauriti. Programma al sito: <http://www.gam.milano.it/attivita/trek-a-creta/>

## **ANTICIPAZIONI D'AUTUNNO**

**1-4 novembre COSTA degli ETRUSCHI** Percorso tra passato remoto e natura selvaggia  
Dettagli soggiorno: Sistemazione: **HOTEL DEL SOLE** . Via Della Pineta 28 S Vincenzo tel 0565 704123. Situato sulla costa DEGLI ETRUSCHI dalla cui terrazza si possono ammirare nelle giornate limpide le isole della Toscana e la Corsica, a 400 metri dal centro cittadino . La struttura offre Wi-Fi gratuito parcheggio. Le stanze sono dotate di cassaforte, phon, telefono, tv, e frigo.

Quote di partecipazione: **Soci GAM 190,00 €. 205,00 € soci CAI. Acconto 80,00€ entro 11 settembre 2018, saldo entro 09 ottobre.** La quota include la mezza pensione, colazione a buffet con torte dolci fatte in casa, bevande, frutta fresca e salumi, cena presso il ristorante "LUPOCANTERO" a 350 metri dall'albergo comprensiva di 1 primo ( a scelta fra 3 di terra e 3 di mare), 1 secondo ( a scelta fra 3 di terra e 3 di mare) contorno, coperto , acqua (bottiglia da 750 ml) ,caffè e un quarto di vino. Altre bevande escluse. IL viaggio verrà effettuato con mezzi propri, condividendo le spese ad esclusione del conducente. Sono esclusi l'entrata ai musei, tassa di soggiorno e quanto non espressamente specificato.

**ISCRIZIONI: in contanti** nelle serate di apertura GAM: martedì dalle 18.30 alle 20.30, giovedì dalle 21.00 alle 23.00 oppure con bonifico bancario intestato **GAM Milano IBAN IT62D103001654000061104572**, specificando nella casuale "Costa degli Etruschi" **1-4 Novembre**, nome e cognome del partecipante, inviando copia alla **coordinatrice. Cristina Mazzetti cell 339 8320257** fisso **02 5395282** email: [cristina.mazzetti@alice.it](mailto:cristina.mazzetti@alice.it)

**VIAGGIO IN VIETNAM** nella seconda metà del mese di marzo 2019, contattare per informazioni e programma [gemma.assante2017@gmail.com](mailto:gemma.assante2017@gmail.com)

## **SERATE IN SEDE**

- 8 maggio** h. 21: Consiglio Direttivo Tutti i soci sono invitati
- 10 maggio** h 21: Foto e racconti dal ghiacciaio del Baltoro a cura di Nicoletta Gibelli
- 24 maggio** h 21: Aggiornamento tecnico su recupero da ghiacciaio e manovre di sicurezza a cura di Claudio Crespi
- 5 giugno** h 21: Consiglio Direttivo Tutti i soci sono invitati



**12 giugno** h. 20: Le Eolie terre di vento terre di fuoco. Gran revival con cena autorganizzata a cura dei partecipanti al trek di quest'anno ad aprile. Tutti invitati: portate qualcosa da mangiare o da bere da condividere.

**14 giugno** h 21: Incontro pregita Nonni&Nipoti

**28 giugno** h 21: incontro pregita Creta

## **EVENTI**

**5 maggio- 3 giugno** Museo Salterio – Officina del gusto e del paesaggio  
Alzaia Naviglio Pavese 5 Zibido San Giacomo fraz. Moirago

### **TERRA e ACQUA- il paesaggio della campagna lombarda**

Mostra di acquarelli della socia SILVIA NAVA

Inaugurazione sabato 5 maggio h 17 Presentazione di Silvio Prota – Rinfresco

**10 maggio h 20:45**

Presso il Cineteatro ARCA c.so XXII Marzo 23/15 Milano

### **MiMoFF EVENTI**

#### **Il meglio di OROBIE FILM FESTIVAL 2018 (Circuito Spirit of the mountain)**

Tutte le informazioni nella Locandina al link: <https://edelweisscai.us3.list-manage.com/track/click?u=f063b544edfb009b0cccc5bf5&id=b715f7f48e&e=ec7980c4bbAi> Soci è applicata una riduzione sul biglietto di ingresso.

**Per la prossima stagione autunnale** la socia CRISTINA MAZZETTI in collaborazione con AGATA e LUISA pensano di proporre:

CORSI di MANUALITA' e PITTURA  
ad adulti e ragazzi

La socia **Cristina** è diplomata alla SCUOLA D'ARTE e CULTURA di San Giuliano Milanese e ha l' attestato di scuola d' ARTE DEL CASTELLO

I lavori si ispirano alla natura in tutte le sue manifestazioni dando i colori con libertà e luce, attualmente insegna ad creare con supporti e sabbia, foglie e altro materiale a disposizione.

## **LUTTO**

Ci associamo al dolore della socia Paola Santambrogio per la scomparsa del suo caro papà, a lei e a tutti i suoi familiari un caloroso abbraccio.

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.milano0@gmail.com](mailto:gam.milano0@gmail.com)

**Notiziario G.A.M. – N. 3 – MAGGIO-AGOSTO 2018 - Spedito il giorno 24.4.2018**

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.milano0@gmail.com](mailto:gam.milano0@gmail.com) sito web: <http://www.gam.milano.it>



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

