



TESSERAMENTO 2019!!!!!!

Il GAM augura un felice 2019 a tutti i Soci e ai Simpatizzanti!!!!

Come già detto tante volte la nostra Associazione vive di volontariato e il contributo di tutti è indispensabile. La speciale generosità di alcuni riesce a dare vita alle tante iniziative che abbiamo in programma, il Consiglio Direttivo ringrazia caldamente tutti coloro che hanno contribuito al pieno successo dell'anno appena concluso. Ma un nuovo anno si è aperto davanti a noi e quindiil Tesseramento 2019 prosegue!!!

Anche per quest'anno le quote e le modalità rimangono invariate e le riportiamo qui di seguito:

QUOTE ASSOCIATIVE GAM 2019

SOCIO	QUOTA €
ORDINARIO(dai 18anni)	23
VETERANI(dai 65anni con 10 anni di anzianità Gam)	15
FAMILIARI	8
JUNIORES	8
SOSTENITORE	40

Ci si può associare venendo in sede nei giorni di apertura o con bonifico bancario al GAM c/o Banca MPS IBAN: IT62D01030 01654000061104572) specificare nella causale tipo di versamento, nominativi per i quali viene fatto il versamento (l'indirizzo cui recapitare le ricevute: +1€ per ricevere il bollino per posta).

2019 al via!!

Il 2018 è stato un anno speciale per il GAM.....tantissime le attività proposte a cui i Soci hanno dato vita con grande entusiasmo, tantissimi i Corsi attivati in collaborazione alle guide alpine Luca & Valentina che ringraziamo caldamente, non dobbiamo dimenticare che i Corsi del GAM sono una modalità di avvicinamento al mondo dei giovani che sempre più numerosi si iscrivono al GAM!!!

Vogliamo ipotizzare un 2019 ancor più ricco di iniziative.....nelle pagine che seguono trovate tutte le iniziative previste per gennaio e febbraio ma anche le anticipazioni primaverili.....vi ricordiamo che alberghi e rifugi

vogliono le caparre e se non vengono rispettate le scadenze non possiamo proseguire nell'organizzazione delle attività per cui: OCCHIO alle date dei versamenti.

Il 2019 vede la nascita di una nuova attività: **ALPINISMO con le CIASPOLE!!** Alle ormai tradizionali passeggiate con le ciaspole organizzate dalla instancabile Gemma in collaborazione con ARCI affianchiamo anche delle Ciaspolate in quota ovvero percorsi in ambiente alpino che prevedono una cima da raggiungere, un maggiore dislivello da percorrere e un piccolo ma importante impegno fisico maggiore. L'iniziativa è rivolta ai tanti alpinisti del GAM che non sciano ma che desiderano frequentare la montagna in inverno. Seguirà questa nuova attività Valentino Pistone, il nostro segugio, con cui tanto camminiamo su e giù per le montagne d'estate e ora anche d'inverno.

Siamo sempre alla ricerca di Soci che abbiamo voglia di esplorare nuovi ambiti per ampliare la nostra conoscenza per la montagna e per una gestione del tempo libero attiva e consapevole. Chiunque abbia idee e proposte può contattare il Consiglio Direttivo venendo alla riunione mensile (primo martedì di ogni mese) o scrivendo una mail a gam.milano0@gmail.com

Potete trovare tutte le iniziative sotto riportate anche sul sito del GAM <http://gam.milano.it>

ESCURSIONISMO con le CIASPOLE

Coordinatore: gemma.assante2017@gmail.com tel. 347 9508 354

REGOLE GENERALI: le uscite sono organizzate insieme con il gruppo ARCI sci di fondo in quanto si effettuano con pullman condiviso. Per lo più vengono effettuate di sabato. La meta può essere modificata in base all'innevamento e alle condizioni meteo. Prendere sempre contatto con il coordinatore per comunicare la propria iscrizione e il cellulare. Inoltre

Quote per gite giornaliere in pullman: a seconda del numero dei partecipanti 20-30 €. Gli iscritti GAM/CAI godono di una riduzione di circa 5 €. La quota è dovuta anche per mancata partecipazione alla gita, se la disdetta non è comunicata entro il martedì antecedente la gita.

Iscrizioni e pagamenti: mediante bonifico di 20 € al GAM su IBAN: IT62D0103001654000061104572 con causale: **ciaspole gita XY + nome e cognome**; oppure il giorno della gita direttamente in pullman con quota maggiorata di 5 €. La quota include il viaggio A/R in pullman privato e verrà conguagliata in caso di un numero di partecipanti inferiore a coprire il costo.

Disdette e rimborso quota si accettano se comunicate entro il martedì precedente la gita

Ritrovo alla partenza: 6:40 Piazzale Loreto davanti Poltrone e sofà; ore 7:00 Via Renato Serra 65 opposto Media World

Attrezzatura: Arva, ciaspole e bastoncini; vestiti in modo adeguato alla stagione e alle temperature rigide. **Per la partecipazione alle gite è obbligatoria l'iscrizione al C.A.I. e l'uso dell'ARVA. Noleggio ARVA: 5 € /day**

Per gite **in auto:** condivisione delle spese escludendo il guidatore.

Quote ed iscrizioni per WE e gite di più giorni: vedere info sul programma di gita, sul sito o sul Notiziario o c/o Coordinatore

12 gennaio 2019 - FLASSIN (Valle d'Aosta)

Da Aosta sino a St.Oyen e poi nella valle di sinistra. Dal parcheggio del Foyer de Fond (aperto anche come bar e ristorante) si parte per raggiungere gli alpeggi Flassin de sot mt 1535 – Flassin di meiten mt 1640 – Flassin Damon mt 1696 fino ad arrivare a quota 1800 mt seguendo le tracce che portano al colle Flassin. Da qui la vista spazierà sul Mont Velan e sulle belle montagne che segnano il confine con la Svizzera. **Dislivello** 433 m;

Difficoltà: media; **Tempo totale:** 3h 30'.

19 gennaio 2019 – CERESOLE REALE – LAGO DI DRES.

Partenza dall'Hotel Ciarforon (1530 m) all'inizio del Lago di Ceresole. Attraverseremo la diga e costeggeremo il lago in parallelo alla pista di fondo sino alla Villa Poma. Qui troviamo le paline che ci indicano la direzione tra le quali il Lago di Dres (2087 m). Seguiremo il sentiero estivo indicato dai segni 521, facendo attenzione alla direzione in quanto sono spesso coperti dalla neve. Oltrepassiamo il Pian Regina e il rio Dres con un ponticello. Ci si trova su ampi spazi aperti, sugli alpeggi Loslà e Foppasi si costeggiano alcune baite e un grosso masso e si arriva finalmente in vista del lago. **Difficoltà:** MR medi racchettatori; **esposizione:** Nord; **dislivello totale (m):** 560; **cartografia:** Interreg 14 Vanoise Gran Paradiso 1:25000

26-27 gennaio 2019 - WE nel comprensorio sciistico di ASIAGO

(½ pens. Hotel Alpi di Foza, viaggio A/R con pullman privato) **Quota** 135 €. Se non ci fosse neve a fine gennaio, questo WE verrà riproposto più avanti

9 febbraio 2019 – Da COGNE (Valle d'Aosta) nel Parco Nazionale del Gran Paradiso al RIFUGIO Vittorio Sella (2579 m)

Classica escursione invernale al Rifugio Vittorio Sella (*tel. 0165/74310*), partendo da ValNontey immersi nel Parco Nazionale del Gran Paradiso. **Dislivello:** 913 metri; **Durata andata:** 3h45; **Durata ritorno:** 2h30

16 febbraio 2019 – Da S. GIUSEPPE 1468 m (Val Malenco) - CHIAREGGIO 1593 m - ALPE ORO 2010 m

Itinerario per ciaspole percorribile in 1.30 h, lungo una comoda mulattiera che conduce da Chiareggio (1.593 m) fino all'Alpe dell'Oro (2.010 m). E se la strada è chiusa partiremo da S. Giuseppe. **Tempo di percorrenza:** 1,30 ore - **Dislivello:** 417 m

23-24 febbraio 2019 - WE in Appennino a LAMA DI MOCOGNO (842 m)

Ampia vista sul Monte Cimone, in un'area ricca di vasti boschi di castagni, querce, faggi, abeti. Da non perdere nelle vicinanze uno dei fenomeni geologici più rilevanti dell'Appennino: il Ponte del Diavolo. Si tratta di un monolite naturale che unisce i fianchi di un avvallamento, lungo 33 m e largo 3. A Barigazzo (10 km), si trova "La Sorgente Fabbriche del Benessere", specializzata in terapie relax. Siamo inoltre nella zona di produzione del Parmigiano Reggiano che raccoglie attorno a sé buon cibo, usanze di un tempo. In località Piane Amorotti si sviluppa una pista di fondo di circa 40 km e si trovano sentieri sino a 25 km preparati per ciaspole.

2 marzo 2019 - Ancora ENGADINA dal Maloja a Zernez (CH).

7-10 marzo 2019 - WE lungo in Val Pusteria a DOBBIACO

Alloggeremo presso l'Ostello della Gioventù nel rinnovato preesistente Grandhotel Dobbiaco, bella casa novecentesca che si trova a 200 m dalla stazione ferroviaria. Avremo modo di ciaspolare in Alta Val Pusteria per ben 4 giorni: non solo l'albergo è facilmente raggiungibile da Milano in treno, ma tutta la valle è percorribile con mezzi pubblici.

7 marzo Ciaspolata breve al Lago di Dobbiaco (lunghezza 4 km; disl 60 m; durata 1 h) o eventualmente a seconda dell'ora di arrivo, giro culturale per tutte le famose chiese e cappelle di Dobbiaco: la chiesa parrocchiale di Dobbiaco, la chiesa di Santa Maria, le cappelle di Melate, Monte Rota e Fienili, la chiesa di San Silvestro e il "Leitnstöckl" (percorso di 12 km. con dislivello di 500 m, percorribile in 4,30 ore).

8/3 Venerdì. Verso PUNTA QUAIRA sino a (Kaserhutte 2000m). Dalla frazione di Scaleres, sopra a Varna, una tortuosa stradina conduce al Wieserhof dove si parcheggia. Si percorre la lunga forestale battuta per un bel tratto fino a raggiungere una baita. Si prende quota lungo una valletta boscosa seguendo le zeta degli sci alpinisti che vanno verso Punta Quaira, sino alla Kaserhutt a quota 2000 circa. E poi si ritorna perchè la croce di vetta è lontana e non facciamo a tempo a raggiungerla. Sarebbe bello perché da lassù la visuale rimane stupenda e si focalizza su Odle, Sassolungo, Gran Pilastro e Stubai.

9 marzo sabato. Circuito invernale del Monte Rota con vista meravigliosa sopra Dobbiaco e la Valle di Landro. Lunghezza 9,7 km; Durata 4 h; Salita 477 m; Discesa 477 m

10 marzo Domenica. Sentiero invernale Franadega, da Dobbiaco a Gandelle con vista meravigliosa sulle Dolomiti. Lunghezza 4,7 km; Durata 2:30 h; Salita 347 m; Discesa 4 m. Altre possibili a seconda dell'innevamento e della preparazione dei sentieri lungo tutta la Val Pusteria sino a San Candido.

16 marzo 2019 ST. BARTHELEMY

Dal centro di Sci nordico (1960 m) che si trova in Località Praz de l'Arp ci dirigiamo verso Porliod (1880) e su percorso dedicato proseguiamo sino al Rifugio Magià (2005m) in Loc. La Servaz. **Dislivello:** 160m; **Durata:** 2h30'; **Lunghezza:** 7km. Il rifugio è aperto.

Il ritorno può essere effettuato per la stessa via di andata oppure lungo la via del silenzio sino a Les Fontanes (1635 m): **Dislivello:** 380m in discesa, risalita sino a Praz (1750 m) e poi rientro al centro di sci nordico (1960 m). **Durata:** 3h **Lunghezza:** 7,2km. **Dislivello** totale 500 m.

ALPINISMO con le CIASPOLE

20 gennaio 2019 RESEGONE 1875m

Dal parcheggio di Morterone (1070m) si segue il sentiero estivo fino a giungere alla sorgente Forbesette. Si effettua un lungo traverso nel bosco via via sempre più rado. Risalendo senza grossi strappi si esce dal bosco e ci si porta sotto la cima del Resegone: la Punta Cermenati. Si risale il ripido pendio e si giunge al Rifugio Azzoni e alla cima. Per la discesa si può effettuare un giro ad anello passando per la Costa del Palio.

Dislivello 805m.

Referente per iscrizioni e informazioni: Valentino Pistone mail: valentinopistone57@gmail.com

cell: 3482481016

10 febbraio 2019 MONTE BREGAGNO 2107m

Lasciata l'auto ai monti di Breglia o al parcheggio in fondo alla strada, se raggiungibile, si prosegue seguendo le indicazioni per il Rifugio Menaggio. Dopo circa 45' si imbocca la deviazione a destra, proseguendo lungo la direzione per Sant'Amate ed il Monte Bregagno, transitando nei pressi di un ripetitore. Qui il sentiero estivo prosegue attraversando a mezza costa il vallone, mentre in presenza di neve è opportuno salire direttamente fino a raggiungere la cresta e di qui scendere brevemente sulla sella dove è situata la cappella di Sant'Amate (1621 m.). Dalla cappella si prosegue verso nord risalendo il pendio sino a raggiungere il Monte Bregagnino (1950 m.). Si scende leggermente e si prosegue lungo l'ampio spallone sino alla vetta del Bregagno. Discesa per lo stesso itinerario con bella veduta sul lago di Como e le vette circostanti.

Dislivello 1100 m. circa.

Referente per iscrizioni e informazioni: Valentino Pistone mail: valentinopistone57@gmail.com

cell: 3482481016

SCIALPINISMO

ATTENZIONE!!

Purtroppo la particolare situazione della neve di questo inizio 2019 ci costringe a rivedere e cambiare il programma previsto e pubblicato. Il cambiamento interessa le mete e le date per le gite proposte. Al momento riportiamo il programma ufficiale che molto probabilmente non verrà rispettato ma non si possono indicare le nuove destinazioni che verranno comunicate via mail il giovedì precedente la data della gita e pubblicate sul sito

Referente GAM per questo programma: Paolo Cesa Bianchi mail: p.cesabianchi@sacebi.com cell.335261795

13 gennaio CIMA CORNA PIANA 2302m

Dall'ampio parcheggio in fondo al paese di Valcanale seguire la strada sul fondovalle per circa 800m e proseguire a sinistra sempre su strada fino all'inizio delle vecchie piste da sci (1204m). Risalirle sulla sinistra, portandosi alla base del lungo vallone del Passo di Corna Piana. Risalire tutto il vallone prima a destra poi nel centro quindi ancora a destra per superare l'ultimo pendio molto ripido che porta al passo (2130m). Piegare a destra, superare una rampa e su terreno più dolce pervenire alla spalla quotata 2226m. La gita sciistica normalmente termina qui. Per raggiungere la vetta percorrere l'affilata ed esposta **cresta** Est con percorso breve, ma alpinistico.

Dislivello 1150m. Difficoltà BS. La gita è effettuata anche in traversata, salendo per l'Alpe Corte, il passo di Branchino e la bocchetta di Corna Piana 2078 da cui con breve discesa di 40m e poi risalendo al passo di Corna Piana si raggiunge l'itinerario precedente. La discesa si effettua per il primo itinerario. Questo percorso ad anello è molto panoramico e richiede circa un'ora in più.

Dislivello 1200m – Difficoltà BS

27 gennaio MONTE BO 2070m

Salita due itinerari: il primo all'entrata del paese attraversare il ponte e dopo circa 150 metri parcheggiare. Imboccare quindi il sentiero che, raggiunge l'Alpe delle Piane 1224m. Continuare la salita entrando nel bosco di conifere e percorrerlo tutto fino ad arrivare all'Alpe Selvaccia 1556 m.

Da qui volgendo leggermente sulla sinistra raggiungere la cresta a quota 1700 m.ca. Seguire quindi a destra la cresta per arrivare in vetta. Il secondo oltrepassato il ponte proseguire con l'auto fin dove termina la strada ca.400 m. da qui seguire l'itinerario n. 51 fino ad un ponticello sul torrente Sorba 1175 m.

Lasciare quindi l'itinerario 51, passare il ponte e salire un ripido bosco fino ad arrivare all'Alpe Sorbella, a sinistra attraversare un ponte e raggiunte le baite puntare a destra in un ripido ma sicuro pendio che porta alla parte superiore della gita da qui proseguire a vista verso la cima che trovasi a sinistra.

Discesa: per gli itinerari di salita

Variante di discesa:

Dalla vetta scendere il versante sud-ovest della montagna (qualche precauzione in caso di neve instabile) e raggiungere le baite dell'alpe Sorbella 1636 m, ben visibili dall'alto.

In prossimità delle ultimi baite a sx (ovest) scendere il bosco alla sx orografica di una specie di forra. Continuare nel bosco rado in direzione ovest verso il fondovalle, stando sempre piuttosto a sx per arrivare all'unico punto in cui si può attraversare il torrente Sorba (ponte a q. 1180 m).

Dal ponte rientrare a Rassa lungo il sentiero estivo alla sx orografica del fiume.

Dislivello: 1154m Difficoltà MS

17 febbraio 2019 CIMA BONZE 2516m

Dalla conca di Scalero si seguono i pascoli e i dossi che attraversano i gruppi di baite negli alpeggi che salgono verso la Bocchetta di Valbona. Verso quota 1970 si lascia sulla sinistra il vallone principale e si segue il valloncetto più ripido. Salire fin verso quota 2350, sulla sottostante Bocchetta. Poi compiere una netta deviazione a destra e raggiungere il pendio finale.

Difficoltà BS Dislivello: 1400m

2-3 marzo MONTE MATTO 3088 m

E' la vetta più alta delle alpi Marittime raggiungibile sci ai piedi e quella con la discesa piu' lunga. Pernottamento al rifugio Livio Bianco.

1° giorno da S. Anna al Rif. Bianco m 1910

dislivello 910 m h 3 .

2° giorno Dal rifugio tornare al ponte sul lago, riprendere quindi quota sul lato destro del lago in direzione est sino ad alcuni tornanti del sentiero estivo, visibili anche con neve abbondante.

Bordeggiare un breve falsopiano (il Gias Gros 2121 mt.), attaccare direttamente la bastionata che sorregge il

Lago Superiore della Sella 2329 mt. sfruttando la gola nella quale scorre l'emissario. Avendo cura che la superficie ghiacciata del lago sorregga, tagliarlo al centro ed infilarsi nell'ampio vallone che porta al Colle di Valmiana.

Superati circa 100 metri di dislivello, abbandonare il fondovalle ed alzarsi sulla sinistra verso un piccolo laghetto, deviando a sud-est guadagnare i ripiani superiori meno inclinati dai quali la vetta è ben visibile. Proseguire sempre nella medesima direzione percorrendo l'ampio bacino poco inclinato e che si impenna poi fino alla Forcella del Matto 3000 mt. fra la Cima Est e la Cima Centrale 3097 mt. Dal colletto per la dorsale verso nord, in circa quindici minuti si raggiunge la vetta. Prestare attenzione alla cornice

Dislivello 1178 m. Difficoltà BS

14-15-16-17 marzo WESTFALEHAUS- STUBAI AUSTRIA

Carnevale nella Valle del grandioso ghiacciaio dello Stubai, incuneata nelle montagne austriache.

1°giorno Arrivo alla Westfalenhaus 2273m dove alloggeremo per tutto il periodo. Dislivello 650m Tempo h 2,30

2°giorno Längentaler White Kogel 3214 m

Il Längentaler Weißer Kogel costituisce la parte sud-occidentale del Längental. La montagna si nasconde dietro il Bachfallenkopf (3176 m) Il "Längentaler" è davvero speciale Längental con il suo paesaggio incontaminato. Il giro inizia con partenza dalla Westfalenhaus su morena fino a Längentaler Ferner. Arrivati sul ghiacciaio, puntare al Längentaljoch. Prima di raggiungerlo, svoltare a destra e continua in salita fino alla cresta tra Längentaler Weißer Kogel e Bachfallenkopf. Lasciare gli sci e in pochi passi fino alla cima. Dislivello 1045m Tempo h 4,30 Difficoltà BSA

3° giorno Seebaskogel 3235 m

Inizialmente seguire il percorso per Längentaljoch all'estremità inferiore della grande morena laterale del Längentalferners (2420 m). Qui, la salita punta decisamente ad ovest fino a raggiungere la cima con gli sci fin dove è possibile poi a piedi per facili roccette.

Dislivello 1050 m Difficoltà BSA tempo h 4

4° giorno Schontalspitze 3002m

Itinerario lineare e ben visibile dalla Westfalenhaus, mediamente abbastanza ripido che si impenna decisamente nel tratto finale in un canale di almeno 45°, tra le rocce. Vetta panoramichissima e appagante. Discesa per la via di salita oppure se la neve lo consente in traversata fino alle auto.

Dislivello 1030m Difficoltà BSA

CORSO di SCIALPINISMO (SA1) e CASCATE di GHIACCIO(C1)

.....con **Luca&Valentina GUIDE ALPINE** con cui collaboriamo da anni

Referente GAM per le iscrizioni: MICHELE CARDILLO mail: michele_cardillo@hotmail.it

Cell: 3392069657

• Ghiaccio invernale: Arrampicare su Ghiaccio (C1)

Lezioni e salite su ghiaccio: livello base C1

Breve corso per cominciare e approfondire la conoscenza della disciplina: lezioni di tecnica di arrampicata e di tecnica di sicurezza.

Periodo: Gennaio - Febbraio 2018

PROGRAMMA: Uscite

13 gennaio Nozioni di base, uso degli attrezzi, schemi motori

19 gennaio Progressione fondamentale. Protezioni da ghiaccio, inserire e recuperare una vite da ghiaccio

2 febbraio Progressione fondamentale, introduzione alla progressione a triangolo, schiodatura in arrampicata

Lezioni teoriche

10 gennaio Neve, valanghe e sicurezza

31 gennaio Carte topografiche e GPS

19 marzo Chiusura corso in sede GAM

• **Con gli sci su neve libera: Corso di Scialpinismo (S1)**

Per apprendere e perfezionare le tecniche per una pratica sicura ed autonoma di questa disciplina. Lo sci alpinismo non è solo discesa in neve fresca ed ebrezza della velocità. E' molto di più: uno strumento per visitare il mondo della Montagna quando indossa il suo vestito più scintillante.

Periodo: Gennaio - Marzo 2018

PROGRAMMA: Uscite

12 gennaio Tecnica di discesa fuoripista con utilizzo degli impianti di risalita

3 febbraio Tecniche di salita Esercitazione ARVA

3 marzo Gita

16-17 marzo Gita con pernottamento in rifugio

Lezioni teoriche

10 gennaio Neve, valanghe e sicurezza

31 gennaio Carte topografiche e uso GPS

7 marzo Pianificazione gita

19 marzo Chiusura corso in sede GAM

Il programma completo delle uscite e delle lezioni teoriche lo trovate sul sito: <http://gam.milano.it>

Referente GAM per i Corsi invernali e le iscrizioni: **Michele Cardillo** mail: michele_cardillo@hotmail.it cell. 3392069657

ALPINISMO

Con l'ausilio della competenza, della professionalità e della passione delle Guide Alpine, LUCA&VALENTINA il GAM propone i **CORSI di PRIMAVERA**

Corso di Alpinismo Base (A1),

Aprile- Luglio 2019. Rivolto a tutti coloro che vogliono avvicinarsi al mondo della montagna e acquisire la necessaria padronanza, dalla arrampicata su falesia alle salite in ambiente di alta montagna. Il calendario del corso è composto da 7 giornate di lezione su terreno di montagna (3 giornate su roccia + due week end interi in alta montagna); gli allievi verranno divisi in due gruppi in base alle disponibilità ad inizio corso. Costo: € 370 a persona + € 23 per iscrizione GAM 2019.

Corso di Alpinismo Avanzato (A2),

Aprile- Luglio 2019. Rivolto a chi vuole perfezionare la propria tecnica di arrampicata. Contenuti del corso: tecnica di arrampicata (su roccia, su ghiaccio) tecnica di sicurezza (su roccia, su ghiaccio) materiali, nodi, ancoraggi, progressione cordata, corda doppia autonomia della cordata. Costi: € 390 a persona + 23 € per iscrizioni GAM 2019.

Referente GAM per informazioni e contatti per questo programma: Giovanni Gaiani mail: giovanni.gaiani@tin.it
Tel. 02-89301570 (casa)

I Programmi completi sul sito: <http://gam.milano.it>

FALESIA

Il nostro Angelo Carraro detto " Brassi" con cui abbiamo arrampicato per tante stagioni dovrà subire un piccolo intervento, tutto il GAM gli augura di ristabilirsi al più presto e di riprendere il suo ruolo di organizzatore eccellente delle uscite in falesia dei sabato. In attesa del suo rientro continuiamo ad andare in falesia il sabato.....i soci che fossero interessati possono contattare Ferdinando Viganò mail: vferdinando@libero.it cell: 3939012151

Si ricorda che le uscite sono a carattere squisitamente ed esclusivamente amatoriale

ANTICIPAZIONI di PRIMAVERA

Attenti ad iscrivervi per tempo mediante versamento della caparra entro la data indicata. Spesso i posti vanno esauriti in fretta

20-24 giugno 2019 ISOLE TOSCANE un mare di perle: GIANNUTRI, GORGONA e GIGLIO.

QUOTE DI PARTECIPAZIONE: Soci GAM 505,00 €; Soci CAI 535,00 €. **Acconto 150,00 € entro 10/01/2019.** Saldo entro 17 APRILE. Supplemento singola 18,00 €/notte. **Assicurazione annullamento 35,00 €/persona** da versare all'atto dell'iscrizione.

LA QUOTA COMPRENDE:

- 4 pensioni complete con cestino, ½ minerale a tutti i pasti, colazione a buffet, cena, pernottamento;
- Passaggi marittimi, tassa parco Giannutri e tassaparco Gorgona, servizi guidati;
- 21/6 guida naturalistica Giglio;
- 22/6 guida naturalistica Giannutri;
- 23/6 guida naturalistica Gorgona;
- R.C.

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 **IT62D0103001654000061104572** specificando nella causale **ISOLE TOSCANE 20-24/6 + cognome partecipante**, e inviandone copia alla **COORDINATRICE:** Cristina Mazzetti cell. 339 8320257, fisso 02 5395282 cristina.mazzetti@alice.it
Viaggio con auto private il cui costo verrà suddiviso dai partecipanti con esclusione del guidatore.

30 giugno-7 luglio 2019 Tradizionale settimana Nonni & nipoti a CASTIONE DELLA PRESOLANA.

Grande programma in preparazione con l'Associazione Kokulandela. Info: gemma.assante2017@gmail.com
3479508354

14-21 luglio Settimana verde in VAL di FASSA

COORDINATRICE: Cristina Mazzetti 3398320257/ 025395282 cristina.mazzetti@alice.it

Il Programma è in elaborazione, appena pronto verrà comunicato via mail e pubblicato sul sito

21-28 settembre - TREK AL GARGANO

Per chi non l'ha già fatto, dare il proprio nominativo al Coordinatore: gemma.assante2017@gmail.com
3479508354

QUOTA DI PARTECIPAZIONE: Da 10 a 25 pax 780€; da 26 a 40 pax 760 € Acconto di 195 € entro il 30/5/2019. Saldo entro il 10 luglio 2019 + Viaggio in treno Milano-Foggia da prenotarsi contestualmente (cica A/R 140€).

SERATE IN SEDE

- 8 gennaio** Consiglio Direttivo Tutti i Soci sono invitati a partecipare e portare il loro contributo di idee e esperienza
- 10 gennaio** Lezione teorica per i Corsi Cascate di ghiaccio e Scialpinismo a cura degli istruttori Luca&Valentina
- 24 gennaio** Serata a cura di Lucia Salvan con VIAGGIO IN GEORGIA, nel cuore del Caucaso di villaggio in villaggio nel Tusheti. Sarà presente la guida Francesca Amaducci per info sul Caucaso
- 31 gennaio** Lezione teorica per i Corsi Cascate di ghiaccio e Scialpinismo a cura degli istruttori Luca&Valentina
- 7 febbraio** Lezione teorica per i Corsi Cascate di ghiaccio e Scialpinismo a cura degli istruttori Luca&Valentina
- 21 febbraio** Incontro con la guida al viaggio in Vietnam Alessandro Vergari
- 28 febbraio** Prima serata dedicata alla storia dell'Indocina e al viaggio in Vietnam a cura di Marco Fossati e Giorgio De Vecchi
- 14 marzo** Seconda serata dedicata alla storia dell'Indocina e al viaggio in Vietnam a cura di Marco Fossati e Giorgio De Vecchi

Per essere sempre aggiornati, consultate il sito: <http://gam.milano.it>

CHI CERCA TROVA

ATTENZIONE!!!

Si è liberato un posto per il trek in **VIETNAM** dal 23 marzo al 7 aprile oppure con estensione sino al 14 aprile. Per INFO, prendere contatti con gemma.assante2017@gmail.com cell. 347 9508354

La nostra soci Maria Angela Verri (Popa) cerca compagni di @gita per organizzare una vacanza alle **AZZORRE** alla fine di agosto per le prime due settimane di settembre. Per info: 3397819415 popavrr3@gmail.com

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

Notiziario G.A.M. – N. 1 – GENNAIO-FEBBRAIO 2019 - Spedito il giorno 07.01.2019

Publicato 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

<http://www.gam.milano.it>



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