



Fondato nel 1923

"ad excelsa tendo"

GRUPPO AMICI DELLA MONTAGNA

SOTTOSEZIONE C.A.I. MILANO

NOTIZIARIO N. 1/2022 GENNAIO-FEBBRAIO

ECHI DAL 2021!



I Soci 25ennali e 50ennali che abbiamo festeggiato in sede il 16 dicembre 2021

Il 2021 si è concluso e come sempre in queste occasioni ci si volta indietro per dare uno sguardo a quello che l'anno trascorso ci ha portato.....

Possiamo dire che è stato un anno molto difficile..... Ma nonostante le condizioni avverse siamo riusciti a fare tante belle iniziative in tutti i nostri settori di attività: ciaspole e scialpinismo in inverno, escursionismo e alpinismo in estate. Abbiamo avviato anche i Corsi GAM che ormai sono famosi e ricercati nell'ambito dell'offerta milanese. Abbiamo invece dovuto annullare l'entusiasmante iniziativa Nonni&Nipoti a causa della difficile situazione sanitaria, il soggiorno estivo GAM noto come Settimana Verde siamo riusciti ad organizzarla! In sintesi siamo riusciti a tenere vivo lo spirito del GAM e speriamo di continuare anche per la prossima stagione perché la voglia di andare in montagna non ci passa mai!!!

Vorrei ricordare anche il grande successo dei Corsi di Scialpinismo, Free Ride nonché di Alpinismo e di Arrampicata grazie alla preziosa collaborazione delle guide alpine Luca & Valentina, con loro abbiamo cercato di mantenere viva la nostra attività nel rispetto delle normative governative e della sicurezza personale con grande senso di responsabilità.

Concludendo questa breve retrospettiva ringraziamo tutti coloro che hanno sostenuto il GAM rinnovando comunque la loro tessera, riportiamo il numero dei Soci 2021: 269 a fronte dei 273 del 2020 numeri che ci hanno confermato l'affezione dei Soci e la loro presenza in questo difficile momento.

TESSERAMENTO 2022

Il GAM si augura che nonostante la situazione Tutti abbiate passato Buona Feste!!!

Come già detto tante volte la nostra Associazione vive di volontariato e del vostro contributo, in più con la speciale generosità di alcuni riusciamo a dare vita a tutte le nostre iniziative!!!

Il Tesseramento 2022 è già partito e molti hanno rinnovato il bollino ma il Tesseramento prosegue e invitiamo tutti a rinnovare al più presto la loro tessera o ad entrare in questa grande famiglia come nuovi Soci!!!

Le modalità e le quote rimangono invariate e le riportiamo qui di seguito:

QUOTE ASSOCIATIVE GAM e QUOTE ASSOCIATIVE CAI Milano 2022

SOCIO	QUOTA GAM €	QUOTA CAI €	Spedizione + nuovo socio €
ORDINARIO (dai 18 anni)	23	57*	1 + 4
VETERANI (dai 65 anni con almeno 10 anni di anzianità Gam)	15	57*	1
FAMILIARI conviventi	8	32*	1 + 4
JUNIORES (fino a 17 anni)	8	32*	1 + 4
SOSTENITORE	40		
SOCIO ONORARIO (50 anni di anzianità GAM)	Contributo volontario		

* aggiunta di € 4,60 per estensione dei massimali infortuni

E' possibile associarsi al GAM e/o al CAI Milano

con bonifico sul c/c del GAM MPS IBAN: IT62D0103001654000061104572 causale: Cognome Nome quota 2022 + € 1 per la spedizione postale a casa. I nuovi soci dovranno compilare il modulo di iscrizione al link: <http://www.gam.milano.it/wp-content/uploads/2012/01/Modulo-iscrizione-GAM-1.pdf> e farlo pervenire al GAM via mail: gam.milano0@gmail.com

Prima di passare ai programmi.....

Il Consiglio Direttivo GAM è in scadenza!!!

Ad aprile in occasione della annuale Assemblea dei Soci ci sarà anche la votazione del nuovo organo direttivo. Invitiamo caldamente tutti i SOCI a partecipare attivamente alla vita del GAM e a proporsi, aspettiamo le candidature!!!!

CIASPOLE

Camminare sulla neve con le racchette.

in orizzontale e in verticale

Le destinazioni e le date proposte possono subire cambiamenti in base all'innnevamento e alle condizioni meteorologiche e alle disposizioni governative

Referenti GAM per le ciaspole:

- Cristina Mazzetti mail: mazzetticristina1@gmail.com
- Ferdinando Viganò mail: vferdinando@libero.it

15 gennaio RIFUGIO MAGNOLINI 1647m – MONTE ALTO

Situato al Piano della Palù tra la Valcamonica e la Val Seriana. Da Castione della Presolana si seguono le indicazioni per M. Pora, si raggiunge la Malga Alta dove al termine della strada si parcheggia. Ci incamminiamo su una stradina in salita fino a raggiungere la partenza di una sciovia, si raggiunge un dosso per poi scendere sull'opposto versante, raggiungendo il rifugio. Considerando la brevità del percorso, dal rifugio un sentiero permette di raggiungere Monte Alto in 40'. Giunti in vetta il panorama offre una vista sulla Valcamonica, il lago d'Iseo e la Presolana. Dislivello 250 mt. Difficoltà: T Capogita: Cristina Mazzetti

23 gennaio CIMA DI LEMMA 2348m

Risalire la Valle Lunga tramite la carrozzabile fino a superare la località di S. Antonio (1443m) Rifugio Beniamino. In prossimità di un ponticello si può deviare a sx percorrendo il sentierino estivo fino a quota 1624 m. Poi salire a dx superare un tratto boscoso e arrivare al Passo del Porcile. Dal Passo salire diagonalmente i pendii, ci si sposta a sud e si raggiunge la larga cima.

Dislivello: 1070m Difficoltà: MR Capogita: Ferdinando Viganò

30 gennaio ALPE DI MEZZO 1600 m

Partenza S.Bartolomeo (1204 mt). Con la SS340 Regina si raggiunge Gera Lario, e seguendo per Bugiallo ca 12 Km arriviamo alla frazione di S. Bartolomeo, parcheggio vicino ad una Chiesetta (simile ad una casa). Il sentiero parte davanti alla chiesa, si seguono le indicazioni per Alpe di Mezzo e ci si inoltra in un'abettaia, e dopo una parte in salita si collega alla carrozzabile, che arriva all'Alpe di Mezzo(ore 1,40 dalla partenza). Con una salita un po'

faticosa mantenendo la dx dei tralicci, in ca 30' si raggiunge Bocchetta di Chiaro(1670 mt) da dove spettacolare la vista sulla Val Chiavenna. Possibilità ristoro all'Agriturismo Giacomino.
Dislivello 430 m Difficoltà: BR Capogita: Cristina Mazzetti

12 febbraio VAL FREDDA 2344m

Dal Rifugio Tassara(1802 m),raggiungibile in auto con la strada che da Breno in Valcamonica porta al Passo Crocedomini .La strada normalmente è pulita fino rifugio ma occorre informarsi in caso di nevicate recenti. Si parte dal rifugio passando accanto al cartello Parco Adamello, il sentiero inizia ripido ma si addolcisce nei pressi Malga Valfredda a quota 2000, fino qui una larga mulattiera, la salita al passo va fatta in condizioni di neve sicura. Potrebbero essere necessari i ramponi. L'escursione regala panorami spettacolari sul Cornone del Blumone, sulla conca del Cadino. Il Croce Domini segna anche un punto intermedio del tracciato verso rifugio Tita Secchi e lago della Vacca. Tempi percorrenza 1h 15' fino alla malga da località Bazena + 1.30' per il Passo.
Dislivello 600 mt ca. Difficoltà BR Capogita: Cristina Mazzetti

20 febbraio PIZZO MERIGGIO 2348m

Da Albosaggia proseguire finché la strada da asfaltata diventa sterrata. Salire verso l'impianto di risalita proseguire nel bosco verso il crestone NE. Seguire la traccia fino a raggiungere una spalletta del Pizzo Meriggio. Passare la Baita Meriggio situata in una valletta e percorrere la facile e panoramica sinuosa cresta.
Dislivello 1050 m Difficoltà MR Capogita: Ferdinando Viganò

3-6 marzo CARNEVALE SU MONTI SIBILLINI

4 escursioni da non perdere nel Parco Nazionale dei Monti Sibillini tra Marche e Umbria a contatto con la natura selvaggia e la magia delle cime innevate. In alternativa, in caso di scarso innevamento, andremo in Val Viola

Il programma completo è sul sito: <http://gam.milano.it>

I CORSI del GAM con LUCA & VALENTINA guide alpine

Referente GAM per le iscrizioni: MICHELE CARDILLO mail: michele_cardillo@hotmail.it
Cell: 3392069657

- Con gli sci su neve libera: ***CORSO di SCIALPINISMO (SA1)***

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 2022

PROGRAMMA:

Uscite

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

6 febbraio Tecniche di salita Esercitazione ARVA

20 febbraio Gita

26 febbraio Gita

12-13 marzo Gita con pernottamento in rifugio

Lezioni teoriche

13 gennaio Neve, valanghe e sicurezza

27 gennaio Carte topografiche e uso GPS

10 febbraio Pianificazione della gita

ANTICIPAZIONE per la prossima primavera....I **CORSI di ALPINISMO**

- **CORSO di ALPINISMO Base (A1)**

Aprile- Luglio 2022. 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 giornate e weekend di lezione su terreno di montagna; gli allievi verranno divisi in gruppi in base alle disponibilità ad inizio corso.

- **CORSO di ALPINISMO Avanzato (A2)**

Aprile- Luglio 2022. 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. Il calendario del corso è composto da giornate e weekend di lezione su terreno di montagna.

Referente GAM per informazioni e contatti per questo programma: Giovanni Gaiani mail: giovanni.gaiani@tin.it
Tel. 02-89301570 (casa) cell: 3298191578

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

SCIALPINISMO

Referente GAM per le uscite di scialpinismo: Paolo Cesa Bianchi mail: p.cesabianchi@sacebi.com cell. 335 261795

16 gennaio MONTE ROSSO 2374m

Dal grande parcheggio a monte del Santuario, risalire la pista Busancano fino al lago Mucrone. Da lì verso dx imboccare un valloncetto a NE per giungere sotto una bastionata rocciosa. Con inversione a sx si rimonta un ripido pendio in traverso che permette di aggirare le balze rocciose ed immette nel balcone sospeso che precede il colle del Rosso. Scollinare e traversare a dx per poche centinaia di mt. per entrare nel bel valloncetto che con un'impennata finale deposita sulla larga dorsale a pochi passi dalla vetta.

Difficoltà MS - Dislivello 1196m

30 gennaio GRAN PAYS 2724m

Da Lignan a 1633m proseguire verso Clemensod fino al ponte a 1615m. Dal ponte salire al meglio il ripido e fitto bosco sino a sbucare su terreno aperto poco sotto l'Alpe Brevaz. Volgere a destra per toccare l'Alpe Fontin 2002m. Seguirlo, toccando i resti diruti dell'Alpe Collet 2246m, e proseguire sino a quando si apre, in vista sulla destra dei ripidi pendii che scendono dalla vetta. Risalirli e giunti in cresta, percorrerla sino a raggiungere la Cima Dislivello 1080m – Difficoltà: BS Capogita: Paolo Cesa Bianchi

6 febbraio CIMA BARBAROSSA 2128m

Itinerario divertente e frequentato, di carattere invernale e di facile individuazione. Non di rado la discesa avviene su neve ottima. Il monte Barbarossa s'innalza a cavallo tra la val Seriana e la Val di Scalve e rappresenta la vetta più a nord del sottogruppo che fa capo al monte Ferrante. L'itinerario, più che per l'importanza della cima, è interessante per la bellezza dell'ambiente e per la sciabilità dei pendii, spesso di neve trasformata anche ad inizio stagione per via dell'esposizione ad EST. Dall'abitato di Teveno si risale la vecchia pista da sci e una larga mulattiera fino a sbucare fuori dal bosco. Si prosegue in dolce ascesa verso ovest a superare Malga Barbarossa. Si prende ora a salire il ripido pendio che conduce ad una conca alla base della cima. Raggiunto il colle sulla destra della cima si abbandonano gli sci e per la breve cresta nord senza difficoltà si raggiunge la vetta.

Difficoltà MS Dislivello 1000m

20 febbraio CIMA BONZE 2516 m

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 Capogita: Paolo Cesa Bianchi

3-6 marzo CARNEVALE SU MONTI SIBILLINI

4 escursioni da non perdere nel Parco Nazionale dei Monti Sibillini tra Marche e Umbria a contatto con la natura selvaggia e la magia delle cime innevate. In alternativa, in caso di scarso innevamento, andremo in Val Viola
Capogita: Paolo Cesa Bianchi

TREKKING

Anticipo di primavera.....Vi proponiamo questi bellissimi trekking, i Programmi sono in elaborazione e verranno pubblicati al più presto sul sito ma potete manifestare il vostro interesse alle capogita.

Referenti GAM:

Cristina Mazzetti mail: mazzetticristina1@gmail.com cell: 339 8320257

Gemma Assante mail: gemma.assante2017@gmail.com cell: 347 9508354

Barbara Savy mail: barbara_savy@hotmail.com cell: 338 8199152

30 maggio-3 giugno ISOLE della TOSCANA: ELBA e PIANOSA

Tra mare cielo e natura proseguiamo il nostro itinerario "Toscano" alla scoperta delle isole d' Elba e Pianosa, altre due perle di un Parco diventato tale in quanto ha la fortuna di conservare valori ormai rari nel territorio circostante a causa dell'impatto dell'uomo, un luogo in cui vivere in armonia con la natura.

Capogita per informazioni e prenotazioni Cristina Mazzetti mail: mazzetticristina1@gmail.com cell: 339 8320257

24 settembre-1 ottobre PARCO NAZIONALE del MONTE POLLINO

Otto giorni tra cielo e natura.....

Capogita per informazioni e prenotazioni: Gemma Assante mail: gemma.assante2017@gmail.com cell: 347 9508354

In autunno con data da definire SELVAGGIO BLU

Il più famoso e spettacolare trekking d'Italia

Capogita per informazioni e prenotazioni Barbara Savy mail: barbara_savy@hotmail.com cell: 338 8199152

SERATE IN SEDE

Le Serate in Sede sono riprese nel rispetto della normativa governativa.

La sede è aperta: **MARTEDI' h 18-20 e GIOVEDI' h 21-23**

11 gennaio h 18 CONSIGLIO DIRETTIVO

Tutti i soci sono invitati per una partecipazione attiva e consapevole alla vita del GAM, vi aspettiamo!!!!

8 febbraio h 19 SERATA SICANI

Per vedere insieme le foto del bellissimo trek ai Sicani tenutosi lo scorso autunno

BACHECA DELLE OCCASIONI

II GAM AFFITTA

la sua bella sede ai Soci e ai Simpatizzanti **per attività personali/ professionali** durante le ore diurne. La tariffa varia a seconda della durata dell'utilizzo da € 50 a €150 (+ IVA) da concordare con il CD. Segnalate ad amici e conoscenti....anche questo è un modo per consentirci di andare avanti.

I Soci

che volessero pubblicare in questa finestra sono invitati a far pervenire le loro segnalazioni a: gam.milano0@gmail.com in tempo utile ovvero per il prossimo Notiziario (entro il mese di febbraio).

LUTTO

I

- Arrigo Tosi 21 dicembre 2021

Il Gam si stringe attorno alla famiglia di Arrigo Tosi, deceduto il 21 dicembre all'età di 92 anni. Arrigo è stato per numerosi anni Presidente del circolo ARCI "Il quartiere" , con cui il nostro gruppo Escursionismo ha collaborato. Uomo di montagna e grande animatore, lo ricordiamo per il senso di pienezza e di vitalità che ha saputo infondere alla nostra collaborazione.

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 2022 – Pubblicato il giorno 4.1.2022

Pubblicato dal GRUPPO AMICI della MONTAGNA Sottosezione del C.A.I. Milano

Via G.B.Merlo, 3 – 20122 MILANO -- 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!*