



**GRUPPO AMICI DELLA MONTAGNA**  
**Sottosezione del CAI Milano**  
**NOTIZIARIO N. 2/2024 MARZO-APRILE**

## **TESSERA GAM 2024!!!**

La nostra Associazione vive del contributo dei suoi Soci: tutte le informazioni necessarie per il Tesseramento sul sito GAM al link: <http://www.gam.milano.it/lassociazione/modalita-e-quote-di-iscrizione/>

Anche l'inverno 2024, come quello scorso, pare proprio che voglia essere ricordato per la poca neve sulle nostre Alpi ma speriamo che non sia detta l'ultima parola, incrociamo le dita e facciamo tutti la danza della neve!

Comunque la stagione invernale è iniziata alla grande con uno splendido Carnevale in Dolomiti sia per i ciaspolatori che per gli scialpinisti dove abbiamo fatto splendide gite che ci hanno entusiasmato. I prossimi mesi sono pieni di impegni che trovate descritti nelle pagine che seguono

Questo inverno abbiamo anche dato vita al nuovo programma **"IN.....SETTIMANA"** ovvero proposte di gite infrasettimanali di scialpinismo rivolte a chiunque voglia godersi la montagna lontano dalle folle del weekend!! Poi con l'estate ci saranno i tradizionali momenti estivi del GAM che ormai fanno parte delle nostre abitudini ovvero il ricco programma di Alpinismo, il Trekking del ponte di inizio giugno che quest'anno si spingerà fino all'oceano e il Soggiorno Verde che molto probabilmente anche quest'anno sarà nello splendido Parco Nazionale d'Abruzzo. Queste importanti iniziative richiedono ai Soci un piccolo sforzo: chi è interessato deve segnalare il suo interesse ai capogita referenti e versare la caparra nei tempi indicati. Questo ci consentirà di proseguire nell'organizzazione delle iniziative

I Programmi di Alpinismo e di Escursionismo verranno definiti nei prossimi giorni, qui trovate in linea di massima le nostre proposte. Il calendario completo sarà pubblicato sul sito GAM al più presto.

Continua anche, con successo, la decennale collaborazione con le guide alpine Luca e Valentina: è partito il Corso Invernale di Scialpinismo SA1 e quest'anno anche SA2 e quello di Free Ride, molto richiesti.

Per la prima volta siamo riusciti a organizzare un Corso di Autosoccorso neve e valanghe in collaborazione con la guida alpina Maurizio Tasca: il corso prevedeva un incontro in sede e una esercitazione su neve. Per molti soci è stato un ottimo momento di ripasso delle tecniche di autosoccorso e approfondimento sui nuovi materiali. A parere di tutti si ripeterà nelle prossime stagioni.

Stiamo raccogliendo le iscrizioni per il Corso di Alpinismo sia base che avanzato, affrettatevi!!!!!! Il GAM sul territorio milanese gode della collaborazione delle Guide Alpine Luca Biagini Valentina Casellato motivo per cui questi corsi sono unici ed eccellenti.

!!! Ultimo ma non ultimo..... anzi importantissimo!!!!

## **ASSEMBLEA ordinaria dei SOCI**

PER L' APPROVAZIONE del BILANCIO CONSUNTIVO 2023

giovedì 18 aprile 2024

alle ore 8:00 in prima convocazione e ALLE ORE 21 in seconda convocazione presso la sede sociale, con il seguente ordine del giorno:

1. Relazione morale del Presidente
2. Bilancio consuntivo 2023
3. Varie ed Eventuali: la voce dei Soci

I soci impossibilitati a partecipare sono pregati di delegare (ogni socio può portare fino a 3 deleghe) un altro socio, le DELEGHE si trovano in allegato

Partecipando attivamente alla vita del GAM facciamo sentire la nostra voce e rendiamo questo momento meno formale ma più vivo.

A seguire, nella stessa data del 18 aprile:

## **ASSEMBLEA ORDINARIA dei SOCI della SOTTOSEZIONE CAI del GAM**

Tutti i soci della sottosezione sono convocati con il seguente ordine del giorno:

1. Relazione morale del Reggente
2. Eventuali e varie

I soci impossibilitati a partecipare sono pregati di delegare (ogni socio può portare fino a 3 deleghe) un altro socio, le DELEGHE si trovano in allegato

## **ALPINISMO**

Il Programma di Alpinismo 2024 sarà pubblicato sul sito ( <http://gam.milano.it> ) nelle prossime settimane, qui trovate in linea di massima le nostre proposte.

Per informazioni, contatti e manifestazioni di interesse potete contattare il Referente: Giovanni Gaiani mail: [gajani.giovanni@gmail.com](mailto:gajani.giovanni@gmail.com) tel. 02-89301570 cell: 3298191578

### **PROGRAMMA**

15 giugno                      **SENTIERO della PORTA**                      capogita: Luca Mariani

22-23 giugno                      **CIMA di CASTELLO**                      capogita: Claudio Crespi

## **ESCURSIONISMO TURISTICO camminare su neve**

### **PROGRAMMA**

16-17 marzo            **RIFUGIO al LAGO del MORTIROLO**

Tutte le informazioni al link: <http://www.gam.milano.it/attivita/rifugio-al-lago-del-mortirolo/>

Referente per iscrizioni Gemma Assante cell 3479508354 mail: [gemma.assante2017@gmail.com](mailto:gemma.assante2017@gmail.com)

23 marzo            **RIFUGIO SALMURANO**

Tutte le informazioni al link: <http://www.gam.milano.it/attivita/rifugio-salmurano-1840m/>

Referente per iscrizioni Cristina Mazzetti cell: 398320257 mail: [mazzeticristina56@gmail.com](mailto:mazzeticristina56@gmail.com)

## **ESCURSIONISMO TURISTICO**

Il programma completo di ESCURSIONISMO TURISTICO 2024 sarà pubblicato per esteso sul sito (<http://gam.milano.it> ) nelle prossime settimane, qui trovate in linea di massima le nostre proposte.

**Coordinatori dell'Escursionismo:** Gemma Assante mail: [gemma.assante2017@gmail.com](mailto:gemma.assante2017@gmail.com) cell. 347 9508 354; Cristina Mazzetti mail: [cristina.mazzetti@alice.it](mailto:cristina.mazzetti@alice.it) cell. 339 8320 257; Barbara Savy mail: [barbara\\_savy@hotmail.com](mailto:barbara_savy@hotmail.com) cell: 3388199152

### **PROGRAMMA**

13 aprile            **TREKKING urbano SENTIERO 101**

da piazza Duomo al Monte Stella

Capogita: Gemma Assante

20 aprile            **RIFUGIO LISSONE**

passando per il rifugio Stella Alpina da Cedegolo

Capogita: Cristina Mazzetti

24-29 aprile        **ARGENTARIO E MAREMMA**

**ESCURSIONISMO NELLE TERRE DEI MACCHIAOLI**

Tutte le informazioni al link: <http://www.gam.milano.it/attivita/argentariomaremma/>

Capogita: Cristina Mazzetti

## **CORSI**

.....con **LUCA&VALENTINA** guide alpine

Con l'ausilio della competenza, della professionalità e della passione delle Guide Alpine, il GAM propone i CORSI di PRIMAVERA ....iscrizioni aperte!!!!

Periodo di svolgimento dei corsi: aprile – giugno 2024 Il programma completo sul sito:

- **Corso di Alpinismo base (A1)**, 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.

Tutte le informazioni al link: <http://www.gam.milano.it/attivita/corso-di-alpinismo-a1-3/>

- **Corso di Alpinismo avanzato (A2)**, rivolto a tutti coloro che hanno già frequentato un corso base e intendono perfezionare tecnica di arrampicata, tecnica di sicurezza, materiali, nodi, ancoraggi, progressione cordata, corda doppia. Obiettivo: rafforzamento autonomia della cordata

Tutte le informazioni al link: <http://www.gam.milano.it/attivita/corso-di-alpinismo-perfezionamento-a2/>

I Programmi sono pubblicati sul sito e per maggiori informazioni rivolgersi al Referente Referente GAM per questi programmi: Giovanni Gaiani mail: [gajani.giovanni@gmail.com](mailto:gajani.giovanni@gmail.com) Tel. 02-89301570 cell: 329819157

## **SCIALPINISMO & CIASPOLE**

Referenti GAM per questo programma: Paolo Cesa Bianchi cell. 335261795 mail: [p.cesabianchi@sacebi.com](mailto:p.cesabianchi@sacebi.com) ( scialpinismo) e Ferdinando Viganò cell: 393 9012151 mail: [vferdinando@libero.it](mailto:vferdinando@libero.it)

### **PROGRAMMA**

**9 marzo**

**SPITZHORLI**

**ciaspole**

Lo Spitzhorli è una delle mete più frequentate in assoluto nel periodo invernale dal Passo del Sempione. Percorso molto semplice con dislivello e lunghezza contenuti, ideale in presenza di recenti nevicate.

Classificazione: MR dislivello: 800m Capogita: Ferdinando Viganò

**8-10 marzo**

**PIZ BUIN - DREILANDERSPITZE**

**scialpinismo**

Panoramiche cime poste al confine tra Svizzera e Austria.

Tutte le informazioni al link: <http://www.gam.milano.it/attivita/3-giorni-nel-gruppo-del-silvretta/>

Classificazione: BSA dislivello complessivo: 2000m Capogita: Paolo Cesa Bianchi

**23-24 marzo**

**CAPANNA MARGHERITA 4560m**

**scialpinismo**

Itinerario che conduce nel cuore del Monte Rosa in un contesto glaciale di incredibile bellezza, caratterizzato da innumerevoli, stupende e famose cime di oltre 4000 metri di altezza.

Tutte le informazioni al link: <http://www.gam.milano.it/attivita/capanna-margherita-4559m/>

Capogita: Alessandro Barin

**6 aprile**

**PIZZO BANDIERA 2817m**

**ciaspole**

Il Pizzo Bandiera è una bella cima nel Gruppo del Cervandone, presenta un piacevole itinerario di salita, e generalmente è sicuro e non presenta problemi particolari per eventuali scariche di neve. L'itinerario ha uno sviluppo non breve e si svolge in un ambiente veramente spettacolare, gode di un'buona frequentazione da parte di ciaspolatori e scialpinisti. Nelle belle giornate dalla

vetta è possibile ammirare un panorama estesissimo su quasi tutte le Alpi Lepontine e su parte del Gruppo del Rosa.

Classificazione: BR dislivello: 1200m Capogita: Ferdinando Viganò

## **SOGGIORNI & TREKKING**

**ECCO i PROSSIMI TREK E SOGGIORNI ESTIVI PER I QUALI OCCORRE ISCRIVERSI PER TEMPO** Per prenotazioni ed iscrizioni prendere contatti con i coordinatori

30 maggio-4 giugno 2024

### **TREKKING a MADEIRA perla dell'Atlantico**

La cornice spettacolare, l'esuberanza dei colori e il calore del sole che splende tutto l'anno fanno di Madeira una delle più belle isole portoghesi. Situata in pieno Atlantico, a sud-ovest del Portogallo affacciata sulla costa del Marocco, questo arcipelago insieme alle AZZORRE, CANARIE, CAPO VERDE, forma la Macronesia. Un paradiso subtropicale, l'isola della eterna primavera, questa terra vulcanica è ricca di luoghi da scoprire.

Per informazioni e prenotazioni contattare Cristina Mazzetti cell. 339 8320257- fisso 02 5395282  
mail: [mazzeticristina1@gmail.com](mailto:mazzeticristina1@gmail.com)

## **SERATE IN SEDE**

**18 aprile h 21**

**ASSEMBLEA ordinaria di Soci e della Sottosezione del CAI**

per l'approvazione del Bilancio Consuntivo 2023

## **LA BACHECA DELLE OCCASIONI**

**Il GAM AFFITTA** la sua bella sede ai Soci **per attività personali** durante le ore diurne. La tariffa varia a seconda della durata dell'utilizzo da € 50 a €150 (+ IVA) da concordare con il CD  
Chi è interessato può scrivere a: [gam.milano0@gmail.com](mailto:gam.milano0@gmail.com)

**Notiziario G.A.M. – N. 2 – MARZO-APRILE 2024 – Pubblicato il giorno 7.3.2024**

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

DELEGA

Il sottoscritto..... socio del GAM

delega il socio..... a rappresentarlo

all'Assemblea Ordinaria dei Soci..... indetta per il 18 aprile 2024.

Il delegato

Il delegante

DELEGA

Il sottoscritto..... socio del GAM

delega il socio..... a rappresentarlo

all'Assemblea Ordinaria dei Soci..... indetta per il 18 aprile 2024.

Il delegato

Il delegante

DELEGA

Il sottoscritto..... socio del GAM

delega il socio..... a rappresentarlo

all'Assemblea Ordinaria dei Soci..... indetta per il 18 aprile 2024.

Il delegato

Il delegante

DELEGA PER L'ASSEMBLEA DEI SOCI CAI SOTTOSEZIONE GAM

Il sottoscritto socio del CAI-Sottosezione GAM.....

delega il socio.....

a rappresentarlo all'Assemblea dei Soci indetta per il 18 aprile 2024

Il delegato

Il delegante

DELEGA PER L'ASSEMBLEA DEI SOCI CAI SOTTOSEZIONE GAM

Il sottoscritto socio del CAI-Sottosezione GAM.....

delega il socio.....

a rappresentarlo all'Assemblea dei Soci indetta per il 18 aprile 2024.

Il delegato

Il delegante

DELEGA PER L'ASSEMBLEA DEI SOCI CAI SOTTOSEZIONE GAM

Il sottoscritto socio del CAI-Sottosezione GAM.....

delega il socio.....

a rappresentarlo all'Assemblea dei Soci indetta per il 18 aprile 2024.

Il delegato

Il delegante