



**GRUPPO AMICI DELLA MONTAGNA**  
**Sottosezione del CAI Milano**  
**NOTIZIARIO N. 3/2024 GIUGNO-AGOSTO**

## ***ECHI dall'ASSEMBLEA dei SOCI***

Il 2023 è stato l'anno del centenario. Un anno sicuramente impegnativo per le tante iniziative sia in sede, sia fuori sede. In particolare vorrei ricordare la festa tenuta nel Bosco in città che ha avuto la partecipazione di tantissimi soci e le due gite sociali dedicate al centenario. A gennaio la gita scialpinistica alla Cima Fournier e a luglio al Monte Civetta. Abbiamo provato a chiedere anche il riconoscimento dell'Ambrogino d'Oro, ma senza successo. Gemma si è poi prodigata in iniziative in sede "Aperitivi del Centenario" con tanti ospiti illustri. Tanti soci hanno partecipato alla stesura del libro del centenario che potete trovare in sede, non fatevi mancare la vostra copia!!!!

Un grazie in particolare a Livio che ha poi provveduto a raccogliere il materiale e a editarlo.

### **SITUAZIONE SOCI**

- 2019: 288 soci
- 2020: 267 soci
- 2021: 263 soci
- 2022: 234 soci
- 2023: 230 soci

Una osservazione: diminuiscono i soci anziani, aumentano i soci giovani, aumentano i nuovi soci un bene ma solo in parte..... perché inesorabilmente anche al GAM diminuisce la fedeltà all'Associazione il senso di appartenenza e la voglia di collaborazione.

### **SITUAZIONE ATTIVITA'**

Le nostre proposte nei settori ormai consolidati di:

- Scialpinismo: 12 gite che hanno coinvolto 242 soci
- Ciaspole e escursionismo su neve: 13 gite che hanno coinvolto 115 soci
- Escursionismo: 27 gite che hanno coinvolto 138 persone
- Alpinismo: 11 gite che hanno coinvolto 89 soci
- Corsi: 5 corsi con un totale di 56 persone coinvolte

**RIASSUMENDO:** Abbiamo portato in montagna nel 2023 **484 persone**

A questo si è aggiunto la continuazione del PROGETTO SOCIALE "SENTIERI-UN CAMMINO PER CRESCERE in collaborazione con Comunità Nuova e FALC con 4 gite e 46 ragazzi coinvolti

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.

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, le necessità sono davvero tante.

**Un grazie particolare a tutti i volontari che nel 2023 hanno permesso questo successo e ai benefattori che con la loro generosità ci hanno aiutato a dare vita al Progetto Sociale**

Non dimenticate il

**5xMille**  
al GAM per SOS tenere i nostri Progetti  
C.F. 97005410150

e di **rinnovare la vostra fedeltà al GAM con la tessera 2024!!!**

**per crescere insieme**

Il GAM è una Associazione di Promozione Sociale e come tale abilitata a ricevere donazione che possono essere defiscalizzate nella dichiarazione dei redditi. Per la donazione occorre specificare nella causale del bonifico: donazione liberale a GAM

Ma 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!!!!

Buttiamoci a esaminare le tante e belle proposte e precipitarvi a prenotare!!!

## **ALPINISMO & ESCURSIONISMO**

E' uscito il Programma di gite estive che il GAM propone agli appassionati "hard rock"  
Trovate il programma completo al link: <http://www.gam.milano.it/2024/04/10/programma-alpinismo-escursionismo/>

Referente per l'alpinismo: Giovanni Gaiani mail: [gajani.giovanni@gmail.com](mailto:gajani.giovanni@gmail.com) cell: 329 8191578

### 15 giugno            **FERRATA della PORTA al Monte Visolo**

In ambiente suggestivo la ferrata attraversa il lato nord-est della Presolana. Fa parte della traversata delle Orobie e ci porterà in cima al Monte Visolo.

Dettagli della ferrata: avvicinamento 2h, dislivello ferrata 370m, difficoltà: PD

Capogita: Luca Mariani

### 22-23 giugno            **CIMA di CASTELLO 3379m versante NW**

Cima meno famosa della Val Bregaglia ma altrettanto suggestiva dei più noti Disgrazie e Badile.

1°g Da Passo Maloja si raggiunge la funivia dell'Albigna, quindi si raggiunge il Rifugio Albigna dove alloggeremo.

2°g Dal rifugio si sale alle Punta d'Albigna, si attraversa il ghiacciaio e si conquista la vetta su facili ma esposte rocce.

Difficoltà: EEA, A, II, F+ Dislivello: 1700m

Capogita: Claudio Crespi

29-30 giugno      **WEISMIESS 4023m traversata SN**

Bella e impegnativa traversata con salita a un quattromila del Vallese

1°g Da Almagell si raggiunge il rifugio Almagellhuette su sentiero

2°g Dal rifugio si raggiunge lo Zwischbergenpass e da qui su neve o per roccia si raggiunge la vetta.

Discesa: dalla cima per la cresta OSO e poi ONO si raggiunge la conca glaciale assai seraccata verso Hohsaas e da qui alla telecabina fino a Saas Grund. Altri 4Km per Saas Almagell

Dislivello: 2353m Difficoltà: PD

Capogita: Paolo Cesa Bianchi

6-7 luglio      **MONTE ADAMELLO 3554m**

La salita all'Adamello è possibile da molte vie, noi proponiamo la via lombarda dal Rifugio Prudenzi.

1°g Arrivo al Rifugio su sentiero da Saviore ( località Fabrezza) dislivello 800m

2°g Salita alla vetta facile ma lunga su neve perenne

Dislivello: 2150 m Difficoltà: F+

Capogita: Alessandro Barin

13-14 luglio      **MONTE ARGENTERA 3297m cima sud**

E' la cima più alta delle Alpi Marittime e si trova nel basso Piemonte

1°g Da Terme Valdieri si raggiunge il Rifugio Remondino. 2°g Dal rifugio si risale la lunga morena fino al Passo dei Detriti e da qui su cengia molto esposta si raggiunge la cima. Discesa: per la via di salita

Dislivello: 1591 Difficoltà: PD-

Capogita: Ferdinando Viganò

20-21 luglio      **NADELHORN 4327m via normale**

E' una bella cima del gruppo Michabel nello svizzero Canton Vallese. Salita a un imponente quattromila

1°g Da Saas Fee si sale alla Michabelhutte su sentiero e ferrata. 2°g Dal rifugio su cresta rocciosa fino al ghiacciaio crepacciato fin sotto la parete della Lenzspitze poi su ripido pendio e alla fine per cresta aerea fino alla croce di vetta. Discesa: per la via di salita

Dislivello: 2250m Difficoltà EEA-A-I+-PD+

Capogita: Claudio Crespi

26-27-28 luglio      **ANELLO del PIZZO ANDOLLA**

In Piemonte nelle Alpi Pennine questo itinerario permette di scoprire gli angoli selvaggi del Parco Val Ossola al cospetto dell'aspro Pizzo Andolla. Tour impegnativo con tratti di ferrata

1°g Da Cheggio al rifugio Andolla Dislivello:950m Difficoltà: EE 2°g Dal rifugio alla Almagellhutte per la ferrata del Lago Dislivello:1200m Difficoltà ferrata: D- 3°g Dal Rifugio ritorno a Cheggio Dislivello

discesa: 2500m Difficoltà EE Km 20

Capogita: Max Aicardi

7-8 settembre      **BOCCHETTE ALTE del Brenta**

La via ferrata delle Bocchette Alte è una delle vie più famose delle Alpi, si sviluppa in un ambiente indimenticabile. Non presenta passaggi difficili ma molto esposti alcuni anche non protetti. 1°g Arrivo al Rifugio Alimonta da Vallesinella per sentiero Dislivello 1100m 2°g Dal rifugio attraversata delle Bocchette e rientro al Rifugio Tuckett e da qui a Vallesinella. Tempo previsto: 9h

Dislivello: +400m, -1400m Difficoltà: D

Capogita : Luca Mariani

14-15 settembre      **GIRO dei CADINI**

I Cadini fanno parte delle Dolomiti orientali, patrimonio UNESCO. Percorso non difficile ma lungo con tratti esposti. 1°g Arrivo al Rifugio Fonda Savio per il sentiero Bonacossa. 2°g Sentiero Durissini e ritorno a Misurina

Difficoltà: F Dislivello: 1000m circa

Capogita : Alessandro Barin

### 22 settembre      **CIMA dell'UOMO 2390m**

Cima molto panoramica sopra Locarno-Bellinzona.

Gita per sentieri ben evidenti, passaggi di primo grado nell'ultimo canalino sotto la vetta. Dalla Forcole per sentiero e vari saliscendi si raggiunge la Capanna Borgna, da qui per pendii si arriva al canalino ben scalinato che ci porta in vetta

Difficoltà: EE Dislivello: 1090m

Capogita : Barbara Savy

### 28 -29 settembre      **PIZZO REDORTA 3038m**

Massiccia montagna delle Orobie, dalla vetta panorama circolare. 1°g Da Fiumenero fino al Rifugio Baroni Dislivello: 1500m 2°g Dal rifugio su faticoso sentiero fino alle rocce della ex schiena di mulo, da qui per canale detritico fino alla Bocchetta di Scais e per ulteriore canalino ripido e franoso di pochi metri in vetta

Dislivello : 750m Difficoltà: EE,A,II,F+

Capogita : Michele Cardillo

### 5 ottobre      **CIMA di SALIMMO 3115m per la Pala Ghiacciata**

La cima di Salimmo si erge alle propaggini del gruppo dell'Adamello. Presenta ripide pareti rocciose ma la via normale non presenta particolari difficoltà. Su sentiero fino alla Bocchetta dei Buoi, salire al centro del vallone fino al ripido canale che porta alla vetta. Discesa per la via di salita

Dislivello: 1184m m Difficoltà: EEA/PD

Capogita : Claudio Crespi

### 12 ottobre      **LAGO CINGINO 2340m**

Spettacolare gita in valle Antrona che merita di essere fatta per la bellezza della zona, per gli stambecchi acrobati che la abitano e per l'attraversamento del tunnel che si sconsiglia a chi soffre di claustrofobia.

Dislivello: 1200m Difficoltà: E

Capogita : Alessandro Barin

### 19 ottobre      **MONTE GENEROSO 1701m**

Saliremo al Monte Generoso per il sentiero Gianola, sentiero che si alza sempre più ripido fino a un breve tratto attrezzato e un traverso su cengia esposta fino alla vetta. Discesa lungo la cresta nord per Cima della Piancaccia e Val dala Crus

Dislivello :mt.1200 Difficoltà: EE

Capogita: Giovanni Gaiani

### 26 ottobre      **PIETRA PARCELLARA cresta SE**

Montagna assolutamente spettacolare che domina tutta la valle e il paese di Bobbio. Da Donceto si sale seguendo i segnavia fino al colletto e poi per roccette di cresta in vetta. Dalla vetta per la via normale alla Pietra Perduca si scende compiendo un giro ad anello di circa 10 km

Capogita: Max Aicardi

# CIASPOLE

**26 maggio**            **PIZZO TAMBO' 3378m**

**Ultima ciaspolata della stagione: da non perdere!!**

Itinerario semplice e tranquillo fino alla base del pendio finale, poi rampa e cresta di soddisfazione.  
Panorama dalla cima, inutile dirlo, bellissimo.

Dislivello: 1200m Difficoltà: BRA/F Capogita: Ferdinando Viganò

## CORSI del GAM

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

- **Corso di Arrampicata** per acquisire tecnica di arrampicata, tecnica di sicurezza

Anche quest'anno proporremo in autunno un Corso di Arrampicata su roccia, al momento è solo un'anticipazione tutti i dettagli saranno sul sito e pubblicati nel prossimo Notiziario

Referente GAM per questo programma: Giovanni Gajani mail: [gajani.giovanni@gmail.com](mailto:gajani.giovanni@gmail.com) cell: 329 8191578

## ESCURSIONISMO TURISTICO

Referenti per il programma di Escursionismo sono:

Gemma Assante mail: [gemma.assante2017@gmail.com](mailto:gemma.assante2017@gmail.com) cell: 347958354

Cristina Mazzetti mail: [mazzetticristina56@gmail.com](mailto:mazzetticristina56@gmail.com) cell: 3398320257

**15 giugno**            **LAGHI del PORCILE 1880m**

Nella incantevole Val Tartano

Capogita Cristina Mazzetti

Classificazione E

**22 giugno**            **ALPE CARERA**

Da Oropa

Capogita Gemma Assante

Classificazione E

**7-8 settembre**      **RIFUGIO PONTI**

Al cospetto del Monte Disgrazia

Capogita Gemma Assante

Classificazione E

**22 settembre**      **MONTE SAN PRIMO**

Capogita: Gemma Assante

Classificazione E

**12-19 ottobre**      **TREK in CALABRIA: coast to coast**

Da Soverato a Pizzo Calabro

Capogita: Gemma Assante

Classificazione E

## SCIALPINISMO

La stagione è finita ma ci attende la tradizionale

### **CENA degli SCIALPINISTI**

A cui sono invitati tutti gli scialpinisti passati presenti e futuri soli o accompagnati e tutti gli appassionati di...neve!!!

La cena sarà presso il ristorante "Trattoria Mosso" con menù concordato a € 37 ( bevande comprese).  
Per prenotazioni rivolgersi a Gabriella Russo mail: [gabriru4000@gmail.com](mailto:gabriru4000@gmail.com) cell: 3398052658

### SOGGIORNI & TREK

Le referenti per questi programmi sono:

Gemma Assante mail: [gemma.assante2017@gmail.com](mailto:gemma.assante2017@gmail.com) cell: 347958354

Cristina Mazzetti mail: [mazzetticristina56@gmail.com](mailto:mazzetticristina56@gmail.com) cell: 3398320257

**12-19 ottobre TREK in CALABRIA: coast to coast**

Da Soverato a Pizzo Calabro, un fantastico trek !!!

Per informazioni e iscrizioni Gemma Assante mail: [gemma.assante2017@gmail.com](mailto:gemma.assante2017@gmail.com) cell: 347958354

### SERATE IN SEDE

La sede è aperta ai soci e simpatizzanti tutti i lunedì dalle 18 alle 19:30 e tutti i giovedì dalle 21 alle 22.30

**Tutti i soci sono invitati a partecipare al CONSIGLIO DIRETTIVO che si tiene in sede GAM ogni primo giovedì del mese**

E' un modo per partecipare alla vita dell'Associazione!!!

### LA BACHECA DELLE OCCASIONI

**Il GAM AFFITTA** la sua bella sede rinnovata 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)

Ricordatevi di comunicare al GAM cambiamenti di indirizzo, mail, N° telefono. Questo ci permetterà di tenere sempre aggiornata la nostra anagrafica e potervi raggiungere più facilmente.

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 – GIUGNO-AGOSTO 2024 - Spedito via mail e pubblicato sul sito il giorno 7.6.2024**

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