



*Club Alpino
Italiano*



Sezione di Mantova

Sottosezione di Suzzara

Attività 2022

SALUTO DEL REGGENTE

Cari soci,

eccoci finalmente giunti alla conclusione dell'anno 2021, un anno in cui, nonostante le innumerevoli difficoltà causate dalla pandemia, siamo riusciti a portare a termine le gite del nostro programma seppur riadattate di volta in volta in base all'evoluzione pandemica e alle normative divulgate dal CAI Centrale.

Il 2022 sarà un anno di cambiamenti in quanto ci sarà il rinnovo del Consiglio Direttivo e conseguente termine del mio secondo mandato da reggente.

In questi sei anni sono stato entusiasta di portare avanti molte iniziative e di averne iniziate alcune nuove, che sono state apprezzate dai soci.

Per questo motivo mi sento di ringraziare tutti i membri del consiglio per la fiducia che hanno riposto in me e per la dedizione dimostrata sia nell'organizzazione delle attività della nostra sottosezione che nelle attività svolte in collaborazione con la sezione di Mantova, come l'Alpinismo Giovanile e il Family CAI.

Inoltre ringrazio in modo particolare tutti i soci che hanno collaborato per la realizzazione delle iniziative che si sono tenute nel Comune di Suzzara quali la partecipazione alla fiera del Crocifisso, le iniziative natalizie, la castagnata, i concorsi in collaborazione con la scuola primaria.

Anche nel 2022 porteremo avanti i progetti dell'Alpinismo Giovanile e del Family CAI e abbiamo organizzato un programma ricco di numerose attività che spaziano da quelle invernali, quali ciaspolate, a quelle estive come escursioni e ferrate.

Sperando di rivedervi al più presto e di poter tornare alle nostre amate montagne tutti insieme, vi auguro un felice e sereno 2022.

Grazie ancora per i bei momenti trascorsi insieme.

Lorenzo Malaguti



Edilizia ECODOMUS snc
di Bottazzi Paolo e Luca

**Costruzioni e Ristrutturazioni
con materiali Ecosostenibili**

PAOLO 347.6890222 LUCA 339.3309061

Via Alessandro Volta, 4/B - 46029 Suzzara (MN) - bottazzi.paolo@libero.it

DIRETTIVO 2019 - 2021

PRESIDENTE: Lorenzo Malaguti (AAG)

VICE PRESIDENTE: Paolo Bottazzi (ASAG)

SEGRETARIO: Alessio Pains

TESORIERE: Cristiana Maramotti (ONC)

CONSIGLIERI: Mario Anselmi (IA), Marco Arioli, Francesco Bigliosi,
Mario Compagnoni, Giovanni Montessori, Matteo Tosi

REVISORI DEI CONTI: Gianluca Barosi, Luca Martini

INFO SEZIONE

Club Alpino Italiano

Sottosezione di Suzzara (Sezione di Mantova)

Piazzale Marco Polo 1 - all'interno del Tennis Club

46029 Suzzara (MN)

APERTURA SEDE

Ogni venerdì non festivo e i martedì antecedenti le gite

dalle 21.00 alle 22.30

Consiglio direttivo ogni primo lunedì del mese

LUOGO DI PARTENZA GITE

Qualora non specificato diversamente nelle relazioni, il luogo di partenza delle gite sarà presso il parcheggio del Palazzetto dello Sport di Suzzara, in fondo a via Alessandro Volta. Nel caso di gite che prevedano la percorrenza dell'autostrada A22, chi abita a Pegognaga o dintorni può salire al casello di Pegognaga, **previa comunicazione ai coordinatori**. Il consiglio può valutare di volta in volta anche fermate aggiuntive, in base al percorso stradale e agli eventuali iscritti al di fuori del comune di Suzzara che ne faranno richiesta.

Per tenervi aggiornati con le notizie dell'associazione scrivete a info@caisuzzara.it e richiedete di essere inseriti nel nostro gruppo WHATSAPP oppure nella newsletter della nostra sottosezione

ESSERE SOCI CAI

“...per condividere l'amore per la montagna, per la sua cultura e i valori che tramanda, con attenzione alle persone e rispetto per l'ambiente e per esprimere, attraverso un impegno serio, un volontariato ricco di significati... quale che sia il ruolo prescelto”. (Avv. Vincenzo Torti, Presidente generale del CAI)

TESSERAMENTO 2022

La quota associativa garantisce:

- la copertura per il Soccorso Alpino e Speleologico (CNSAS) anche in attività personali.
- l'attivazione dall'assicurazione infortuni in tutte le attività e iniziative istituzionali organizzate dalla Sede Centrale CAI, da tutte le Sezioni CAI e le relative Sottosezioni.
- la spedizione per i soci Ordinari della Rivista mensile del CAI “Montagne 360”.
- le agevolazioni nei rifugi gestiti dal CAI.
- la possibilità di partecipare alle gite organizzate da qualsiasi sezione e sottosezione CAI presenti sul territorio italiano.
- agevolazioni e sconti nei negozi di articoli sportivi convenzionati.
- abbonamento gratuito al servizio Georesq.

Il tesseramento per il 2021 è valido fino al 31 marzo 2022, quindi per non perdere la copertura assicurativa occorre rinnovare la tessera entro tale data. All'atto dell'iscrizione i nuovi tesserati dovranno portare una foto tessera e il codice fiscale.

Socio ordinario	46 €
Socio familiare	30 €
Socio giovane (primo figlio fino a 17 anni)	18 €
Socio giovane (restanti figli fino a 17 anni)	9 €
Socio ordinario juniores (da 18 a 25 anni)	30 €
Costo tessera per i nuovi associati	6 €

TESSERATI 2021

124

*68 soci ordinari
22 soci familiari
30 soci giovani
4 soci ordinari juniores*

Biglioli Frutta & Verdura
SUZZARA (MN)



Neg. Via Pasine, 35/A
Tel. e Fax 0376 522835

Neg. Via Libertà, 6/A
Tel. 0376 532137
Cell. 337 449500

Neg. Via Marconi, Pegognaga
Tel. 0376 550457

SCALA DELLE DIFFICOLTÀ

CT cicloturista – su strada e/o pista ciclabile.

T gita escursionistica di nessuna difficoltà, adatta anche a bambini, purché abituati a camminare in montagna.

E gita escursionistica che si svolge prevalentemente su sentiero o su terreno privo di difficoltà.

EE gita escursionistica che si svolge su percorsi faticosi, difficili o esposti che richiedono esperienza e piede fermo.

EEA/F gita con brevi passaggi attrezzati in roccia e difficoltà minima o tratti di percorso su vie ferrate facili.

EEA/PD gita con tratti in roccia che richiede una discreta tecnica di roccia o percorso attrezzato di media difficoltà.

EEA/AD gita alpinistica con tratti di arrampicata che richiede buona tecnica di roccia e buon allenamento o su via ferrata impegnativa.

EEA/D appigli e appoggi divengono rari e/o esigui. Richiede una padronanza della tecnica di arrampicata applicata alle varie strutture rocciose, come pure un certo grado di allenamento specifico.

EAI itinerari in ambiente innevato che richiedono l'utilizzo di racchette da neve.

ISCRIZIONE ALLE GITE *(estratto dal regolamento)*

L'iscrizione è aperta circa un mese prima della gita e termina il martedì prima dell'escursione. Il capogita ha facoltà di prorogare tale termine.

Le iscrizioni si possono effettuare presso:

- sede CAI: P.le Marco Polo, 1 (all'interno del Tennis Club) - tutti i venerdì (e i martedì prima delle gite) dalle ore 21.00 alle 22.30
- Mondadori Store (ex-libreria Ulisse): v. Corridoni, 5/A - Suzzara - Orario di negozio
- telefonando agli organizzatori della gita

Al momento dell'iscrizione i partecipanti devono versare una caparra pari a 10 euro per le gite di 1 giorno e 50 euro per quelle di 2 giorni.

Al momento dell'iscrizione i partecipanti devono comunicare il proprio numero di telefono e l'eventuale mancanza dell'attrezzatura tecnica necessaria per l'escursione.

Gli organizzatori, qualora lo ritenessero necessario per questioni di sicurezza, condizioni climatiche o ambientali, hanno la facoltà di decidere la modifica del mezzo di trasporto, dell'orario di partenza o dell'itinerario previsti nel programma iniziale.

Ogni variazione rispetto al programma originale, intervenuta prima della data stabilita per la gita, verrà comunicata presso la sede sociale e sul gruppo Whatsapp. L'onere di informarsi sulle eventuali variazioni intervenute resta a carico degli iscritti.

In ogni caso, le gite verranno effettuate anche con previsioni meteo “poco promettenti”, salvo comunicazioni diverse da parte del consiglio.

A seguito di modifica rispetto al programma originale, gli iscritti hanno diritto di ritirarsi dall'escursione fino al venerdì che precede la gita e alla restituzione della caparra versata.

Il capogita ha la facoltà di limitare la partecipazione all'escursione solo a persone ritenute tecnicamente preparate e opportunamente equipaggiate.



ALPINISMO GIOVANILE

Una grande opportunità di crescita per i giovani del CAI



Cos'è l'Alpinismo Giovanile? L'Alpinismo Giovanile è un progetto del Club Alpino Italiano che nasce con lo scopo di aiutare i ragazzi nel loro percorso di crescita, proponendo la montagna come luogo di formazione. La montagna offre ottime occasioni per vivere esperienze di gruppo, di condivisione, di collaborazione e solidarietà; il contatto diretto con l'ambiente naturale favorisce lo sviluppo di una sensibilità ambientale e suscita interesse e curiosità nei confronti della natura.

Chi può partecipare? Ragazzi e ragazze di età compresa fra 8 e 17 anni.

Non occorre che i ragazzi, soprattutto per i più piccoli, abbiano già esperienza di montagna, ma occorre che abbiano la voglia di scoprire, assieme ai loro coetanei, tutto quello che la natura può offrire loro andando in montagna.

Cosa fanno i ragazzi? I ragazzi, suddivisi per fasce di età, svolgono prevalentemente attività in ambiente, con uscite di uno o più giorni nelle quali si ricerca sempre il coinvolgimento del giovane in attività creative e di apprendimento, ispirate al principio di "imparare facendo". Le esperienze proposte ai ragazzi sono il più possibile varie e adeguate alla loro età e alle loro capacità.

Con chi vanno i ragazzi? I ragazzi svolgono tutte le attività con gli Accompagnatori di Alpinismo Giovanile, che sono soci che hanno effettuato corsi specifici di preparazione e formazione, ottenendo titoli riconosciuti dalla Commissione Nazionale di Alpinismo Giovanile (ANAG, AAG, ASAG) per guidare in sicurezza i giovani in montagna.

Cosa proponiamo ai ragazzi? Con l'Alpinismo Giovanile il CAI propone ai ragazzi una formazione culturale di base di carattere naturalistico, storico, geografico e alcune conoscenze tecniche che consentano loro di andare in montagna in sicurezza.

L'Alpinismo Giovanile offre ai ragazzi natura, montagna e tante attività divertenti e formative da fare assieme ad altri ragazzi, non per farli diventare degli alpinisti, ma perché da grandi possano essere dei consapevoli frequentatori della montagna.

Per info: Luca Martini (responsabile Commissione Alpinismo Giovanile)

cell. 331 6485330.

Data	Località	Attività	Trasporto
6 marzo	Val di Funes	Escurs. invernale	Pullman
20 marzo	Sentiero VA Framura - Levanto	Escursionismo	Pullman
3 aprile	Località da definire	Geologia	Pullman
15 maggio	Burrone Giovanelli (gruppo avanzato)	Ferrata	Auto
29 maggio	Lago Santo Parmense	Escursionismo	Pullman
25-26 giugno	Lago della Vacca (rif. Tita Secchi)	Escursionismo	Pullman
16-17 luglio	Gruppo del Brenta (rif. Tuckett)	Escursionismo	Pullman
26-28 agosto	Alta via (solo gruppo avanzato)	Escursionismo	Auto
11 settembre	Valle del Dolo (Appennino Reggiano)	Escursionismo	Pullman
2 ottobre	Località da definire	Speleologia	Pullman
23 ottobre	Festa di fine anno	Festa	Pullman

ESCURSIONI IN PROGRAMMA

INVERNALI (ciaspole con Mantova)

- 16 gennaio Val Venegia - Pale di San Martino
- 30 gennaio Val Camonica - Passo del Tonale
- 12 febbraio Notturna Costa d'Agra (Passo Coe)
- 27 febbraio Monte Penegal
- 12 - 13 marzo Tre Cime di Lavaredo (2 giorni)

() In queste gite invernali, l'autobus partirà dal casello autostradale di Pegognaga, per cui occorrerà recarsi là con mezzo proprio e arrivare almeno 10 minuti prima della partenza.*

ESTIVE

- 27 marzo Sestri Levante
- 10 aprile Sentiero attrezzato Mora - Pellegrini
- 8 maggio Corno alle Scale e Lago Scaffaiolo
- 29 maggio Ciclabile in Val Pusteria: San Candido - Lienz
- 10 - 11 - 12 giugno Gita intersezionale con il CAI di Macerata
- 26 giugno Denti di Terrarossa e Alpe di Siusi
- 9 - 10 luglio Mont Fallère (Val d'Aosta)
- 24 luglio Traversata Val Gardena - Val di Funes
- 5 - 6 - 7 agosto Alta Via del Granito
- 3 - 4 settembre Brenta: Bocchette centrali
- 25 settembre Appennino reggiano: Monte Cusna
- 16 ottobre Festa sociale



Agenzia viaggi e noleggio bus turistici

Via Flli Bandiera 1A - 46029 Suzzara (MN)
scarduelliviaggi@gmail.com
Tel. 348292366 - 3478023923

Programma invernale ciaspole

CAI Mantova e Suzzara

16 gennaio Val Venegia da Passo Rolle

Splendida ciaspolata in val Venegia al cospetto delle Pale di San Martino, una gran classica che non proponiamo da tempo; da non perdere!

Attrezzatura obbligatoria: abbigliamento per ambiente invernale, bastoncini, ciaspole e Kit ARTVA.



EAI-F



+/-500 m



5:00 h



P: 06:00
R: 20:00

COORDINATORI: **Breviglieri** 348 6943333 - **Bottazzi** 347 6890222

30 gennaio Val Camonica - Passo del Tonale

La Val Camonica presenta un'infinità di percorsi che soddisfano tutte le esigenze degli appassionati della montagna in veste invernale. Visto il numero elevato di percorsi fattibili, la meta della nostra gita sarà scelta in prossimità dell'uscita in base all'innevamento e alla percorribilità in sicurezza dell'itinerario.

Attrezzatura obbligatoria: abbigliamento per ambiente invernale, scarponi, bastoncini, ciaspole e Kit ARTVA.

Dispositivi anti COVID, Green Pass.



EAI



5:00 h



P: 06:00
R: 20:00

COORDINATORI: **Paulis** 347 8324114 - **Montessori** 346 6471859

Attrezzature personali di sicurezza: si ricorda che l'indirizzo della Sezione di Mantova e del CAI in generale è la frequentazione della montagna in sicurezza. Per questo motivo, la partecipazione all'escursionismo invernale è riservata ai soli Soci dotati dell'attrezzatura individuale per l'autosoccorso ARTVA + PALA + SONDA e a conoscenza delle relative tecniche d'uso. Prima dell'inizio del programma invernale la nostra sezione organizzerà una serata informativa sull'uso dell'attrezzatura specifica e, prima di intraprendere ogni escursione in ambiente innevato, gli accompagnatori faranno un ripasso e controlleranno che tutti i partecipanti indossino correttamente il kit e ne conoscano il corretto uso. Per informazioni, contattare gli accompagnatori.

Programma invernale ciaspole

CAI Mantova e Suzzara

12 febbraio Notturna a Costa d'Agra

Facile ciaspolata in compagnia al chiaro di luna sull'Altopiano di Folgaria e al termine cena in rifugio. Attrezzatura obbligatoria: abbigliamento per ambiente invernale, scarponi, bastoncini, ciaspole e Kit ARTVA. Dispositivi anti COVID, Green Pass.

 EAI - F

 +/-350 m

 4:00 h

 P: 12:30
R: notte

COORDINATORI: **Breviglieri** 348 6943333 - **Tosi** 340 2350408

27 febbraio Monte Penegal

Ciaspolata non impegnativa per strade forestali e sentieri tra malghe ed alpeggi che portano ad un bellissimo terrazzo sulla città di Bolzano che ci regalerà un panorama a 360°. Attrezzatura obbligatoria: abbigliamento per ambiente invernale, scarponi, bastoncini, ciaspole e Kit ARTVA. Dispositivi anti COVID, Green Pass.

 EAI - F

 +/-500 m

 5:00 h

 P: 06:00
R: 20:00

COORDINATORI: **Malaghini** 331 6014339 - **Paini** 339 5375826

12 - 13 marzo Tre Cime di Lavaredo

Le Tre Cime di Lavaredo sono le montagne più conosciute al mondo. Anche in inverno si possono ammirare salendo con ciaspole e/o ramponi. Sabato andremo a Malga di Nemes e domenica dal rifugio Fondo Valle saliremo al rifugio Locatelli, di fronte alle Tre Cime, passando dalla Val Sassovecchio. Attrezzatura obbligatoria: abbigliamento per ambiente invernale, scarponi, bastoncini, ciaspole e Kit ARTVA. Dispositivi anti COVID, Green Pass.

 EAI - PD

 +/-1500 m

 10:00 h

 P: 06:00 sab
R: 20:00 dom

COORDINATORI: **Gobbi** 348 8550930 - **Bottazzi** 347 6890222



FAMILY CAI

Escursioni per famiglie
a piccoli passi



(Foto gentilmente concessa dal CAI di Novellara)

Cos'è il Family CAI?

È un'iniziativa nata all'interno del Club Alpino Italiano dall'idea di alcuni soci desiderosi di condividere la propria passione per la montagna con la famiglia e, soprattutto, con i figli più piccoli. Da quell'idea, in ragione delle esigenze e dei limiti connessi alla giovanissima età di questi ultimi e della necessità di introdurli molto gradatamente e in modo "ludico" alla montagna, ha preso concretezza un progetto rivolto ai nuclei famigliari e finalizzato a incentivare il rapporto genitori - figli. L'ambiente montano, l'esperienza motoria, le relazioni famigliari e le dinamiche del gruppo di famiglie partecipanti sono gli elementi scelti per introdurre i bambini. Il programma delle attività consiste in un insieme di proposte dal contenuto "mirato ai più piccoli" e consente alle famiglie di avvicinare i propri figli alla montagna. **A piccoli passi!**

Nelle uscite Family CAI i bambini rimangono affidati alla responsabilità di mamma e papà. Il ruolo assunto dalla Sezione è quello di creare un'opportunità per nuove esperienze in ambiente montano da condividere tra i genitori e i loro piccoli, mentre agli accompagnatori competono il supporto logistico e l'assistenza tecnica.

Le escursioni proposte saranno adeguate ai più piccoli poiché saranno loro a fare l'andatura del gruppo. La partecipazione è riservata alle famiglie con figli da 0 a 12 anni (età indicativa) e almeno un genitore; parenti come nonni e zii possono partecipare ma non in sostituzione dei genitori. Famigliari non soci sono ammessi per un massimo di due uscite (anche non consecutive), previa stipula obbligatoria di assicurazione giornaliera CAI per ogni componente non socio.

Per informazioni: Marco Arioli cell. 335 7491946

PROGRAMMA USCITE FAMILY CAI

10 aprile	Guardia di Folgaria: il paese dipinto
22 maggio	San Romedio - Canyon e Santuario
19 giugno	Lago Santo Parmense
3 luglio	Cascate di Vallesinella
18 settembre	Altopiano del Renon



 E

 +/-250 m

 3:30 h

 P: 06:30
R: 21:00



Il promontorio di Punta Manara

Inaugureremo l'anno escursionistico estivo con un semplice percorso sul mare, tra i più affascinanti di tutta la costa ligure, che ci porterà sul promontorio di Punta Manara. Cammineremo tra i profumi della macchia mediterranea, con punti panoramici veramente unici sulla Baia del Silenzio e sulla Baia delle Favole. Addirittura, se saremo fortunati, potremo ammirare all'orizzonte le isole toscane e perfino la Corsica. Al termine, ci concederemo una rilassante passeggiata per il bellissimo borgo di Sestri Levante.



Arrivati a Sestri Levante, il nostro cammino inizierà nei pressi del parco Mandela con il sentiero ●● sul quale incontreremo 3 edicole sacre per poi tenere la sinistra per giungere alla località Ginestra dove potremo ammirare la spiaggia di Riva Trigoso e il bellissimo panorama in direzione delle Cinque Terre. Torneremo sui nostri passi e tenendo la sinistra imbrocceremo il sentiero ▲▲ che ci porterà in cima al Monte Castello, attraverso una rigogliosa vegetazione di macchia mediterranea con lembi di pineta e sughereta. Si proseguirà in discesa in direzione della Torre di Punta Manara dove, prestando la dovuta attenzione, saliremo per una scalinata ripida e giungeremo nel punto più panoramico. Troveremo i resti di un'antica torretta, due panchine e soprattutto un bel panorama: a Levante la costa delle Cinque Terre (riconoscibile Punta Mesco) con le Alpi Apuane sullo sfondo; a ponente Punta di Sestri con la splendida Baia del Silenzio e sullo sfondo le Alpi Liguri. Dopo la dovuta pausa inizieremo il sentiero ■■ che ci riporterà a Sestri ammirando splendidi scorci sulla Baia. Giunti in paese potremo visitare il centro storico percorrendo i caratteristici vicoli, prima di raggiungere il bus per il rientro a casa.

COORDINATORI: **Maramotti** 347 8286511 - **Paini** 339 5375826



EEA/F



+/-225 m



5:00 h



P: 07:00

R: 19:00



max 20

Nei dintorni del Lago di Ledro

Il Sentiero Attrezzato Mora Pellegrini con itinerario ad anello ci permette di raggiungere il Monte Pubregno e il Monte Corno nelle Prealpi Giudicarie sul versante occidentale del Lago di Garda. Itinerario senza difficoltà tecniche e con panorama molto bello sul vicino Lago di Ledro.



Dal passo di Tremalzo, in provincia di Trento, lasciamo le auto in prossimità del Rifugio Garibaldi e ci incamminiamo per il largo sentiero 419 fino a raggiungere la Forcella Bochet Caset (1645 m). Scendiamo dal lato opposto e sulla sinistra prendiamo il sentiero 416 e poi il sentiero 456B per iniziare il tratto panoramico che ci porta a prendere il primo tratto di ferrata. Tra cenge e staffe metalliche arriviamo alla bocca del Corno di Caset dove ha fine il tratto attrezzato.

ATTREZZATURA: set da ferrata omologato, casco, imbrago.

COORDINATORI: **Malaguti** 339 6592206 - **Arioli** 335 7491946

8 maggio
escursione
naturalistica

Corno alle Scale Lago Scaffaiolo



È primavera e la natura si risveglia nello splendido Appennino Tosco Emiliano. Noi ci incammineremo per ammirarla dal rifugio Cavone, arriveremo a punta Sofia (1939 m), passando dal passo dello Strofinatoio e Passo dei Tre Termini fino al lago Scaffaiolo. Dopo la dovuta pausa al rifugio Duca degli Abruzzi torneremo al punto di partenza.

COORDINATORI: **Maramotti** 347 8286511 - **Arioli** 335 7491946



E



+/-510 m



5:00 h



P: 06:30
R: 20:00



29 maggio
ciclabile

Ciclabile San Candido - Lienz



CT



-500 m



3:00 h



P: 06:00
R: 19:00

La ciclabile San Candido-Lienz si snoda su una traccia ben segnalata, ed è adatta a tutti i tipi di biciclette. San Candido è situata 500 m più in alto di Lienz, quindi i 44 km possono essere affrontati agevolmente. Il percorso della Drava è consigliato anche ai principianti delle due ruote. La ciclabile è interessante perché porta dall'Italia all'Austria. Il capoluogo del Tirolo orientale, Lienz, conquista per la sua bellezza. Una volta arrivati a Lienz faremo una sosta per il pranzo. Il viaggio di ritorno si svolge comodamente in un treno attrezzato con vagoni per le biciclette.

COORDINATORI: **Tosi** 340 2350408 - **Maramotti** 347 8286511



sab: E
dom: EE



sab: +/-500 m
dom: +/-1000 m



sab: 4:00 h
dom: 6:00 h



P: 14:30
R: 22:00

Una gita mare e monti che ci porterà prima sulla riviera del Conero, uno dei luoghi più belli del litorale marchigiano, e poi nell'entroterra per passeggiare fra i monti della Sibilla. Un fine settimana che trascorreremo assieme agli amici del CAI Macerata, che ci accompagneranno alla scoperta della loro terra.

Partenza venerdì pomeriggio alle 14.30.

COORDINATORI: **Maramotti** 347 8286511 - **Martini** 331 6485330

26 giugno
via ferrata

Denti di Terrarossa e Alpe di Siusi



EEA-AD



+/- 900 m



7:00 h



P: 06:00
R: 21:00



Da Compatsch (Alpe di Siusi) con sentiero n. 7 si arriva al rifugio Sciliar (2154 m). Successivamente si fa tappa al rifugio Tires (2440 m) per proseguire in ferrata sulle esili creste (in parte non attrezzate) dei denti di Terrarossa, con splendida vista sull'Alpe di Siusi e sul Catinaccio. Al termine delle creste si prende il sentiero di ritorno per i rifugi Alpe di Tires e Alpe di Siusi.

Possibilità di escursione con difficoltà EE per chi non vuole fare la ferrata.

ATTREZZATURA: set da ferrata omologato, casco, imbrago.

COORDINATORI: **Bigliosi** 337 449500 - **Tosi** 340 2350408



sab: E
dom: EE



sab: +600m
dom: +700m
-1300m



sab: 2:00 h
dom: 6:00 h



P: 06:30
R: 21:00



max 25

Escursione in Val d'Aosta

Uno splendido belvedere da una posizione centrale su tutta la Valle d'Aosta.

Sabato 9

L'escursione parte da Vetan, a circa 16 km da Saint Pierre, dove si lasciano i mezzi vicino all'Hotel Notre Maison in località Villette (1800 m).

Si prende il sentiero n. 13 che ci porta in un'ampia conca di pascoli, passa per l'alpeggio di Tholes e per il vallone di Loe e poi confluisce in una strada poderale che ci conduce al rifugio Mont Fallère (2385 m) dove pernosteremo. Il sentiero è contornato da belle sculture in legno, opera del rifugista.

Dal rifugio poi si possono raggiungere facilmente alcuni ameni laghetti.

Domenica 10

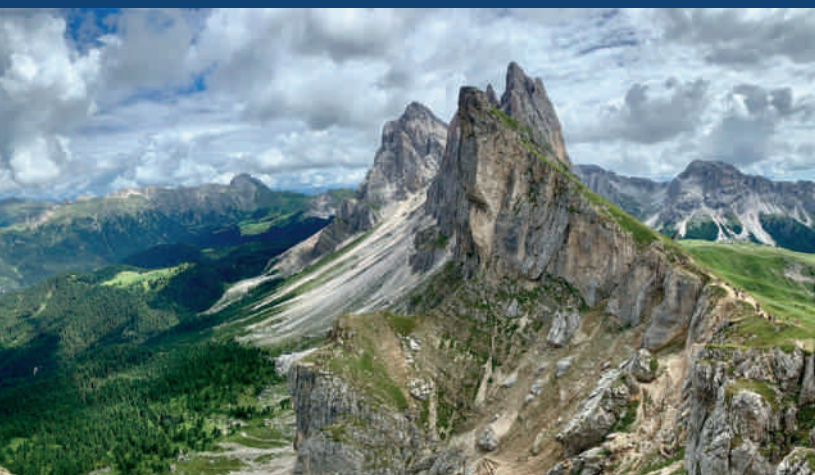
Dal rifugio si prende il sentiero che ci conduce dapprima verso la zona dell'Alpe Crotte, oltre la quale si prende la cresta che si segue fino in cima; lungo il percorso si può ammirare il Lac Mort (2638 m).

Si prosegue per la traccia in cresta e, attraverso un breve tratto finale attrezzato con catene, si raggiunge la cima (3061 m) ove si trovano due statue della Madonna.

Da qui si gode di un maestoso panorama a 360° con il massiccio del Monte Rosa, il Cervino, il Grand Combin, la Valsavarenche e il Monte Bianco.

Dalla cima si scende in cresta verso sud est (sempre con un breve tratto attrezzato con catene): la traccia prosegue su pietraia passando accanto ai ruderi della Capanna Club Alpino (2983 m). Si prende quindi il sentiero n. 9 che, con un itinerario ad anello, ci riporta al rifugio dal quale poi si scende per il sentiero dell'andata.

COORDINATORI: **Montessori** 346 6471859 - **Malaguti** 339 6592206



E / EE



E: +450/-700
EE: +750/-1100



E: 7 h
EE: 8 h



P: 05:30
R: 21:00

Attraversando le Odle

Escursione che parte in Val Gardena per arrivare in Val di Funes, con vedute panoramiche delle cime dolomitiche del Gruppo Puez-Odle e non solo, passando per tante malghe. Due i percorsi proposti: il primo da Ortisei tramite la funicolare si sale a Resciesa, poi si percorre il sentiero per Malga Brogles. Il secondo da S. Cristina con la funivia si sale a Col Raisher, sul sentiero per Malga Troier, Seceda, forcella Pana e discesa fino a Malga Brogles. Da qui i due percorsi coincidono anche se in tempi diversi, per Malga Casnago, Malga Dussler e Malga Zannes dove ci attende l'autobus per il ritorno a casa.

COORDINATORI: **Arioli** 335 7491946 - **Bottazzi** 347 6890222



UN MONDO DI LIBRI
GADGET E SERVIZI PER VOI



Via Corridoni, 5/a - SUZZARA - Tel-Fax 0376 532767
mondadorisuzzara@gmail.com



EE



I: +1050 m
II: +400/-1050
III: +700/-1100



I: 2:00 h
II: 5:00 h
III: 6:00 h



P: 06:30
R: 20:00



max 12

Anello di tre giorni intorno al massiccio granitico di cima d'Asta, sottogruppo montuoso a sud della catena del Lagorai. Il primo giorno raggiungeremo il rifugio Brentari, con la possibilità di salire la cima d'Asta (2847 m), massima elevazione del gruppo.

Il secondo giorno, utilizzando sentieri storici tra trincee e antichi ricoveri militari risalenti alla Grande Guerra, giungeremo al rifugio Caldenave, situato in una splendida conca prativa.

Il terzo e ultimo giorno chiuderemo il cerchio transitando al cospetto delle pareti della Corona di Costa Brunella e costeggiando il lago omonimo faremo ritorno a malga Sorgazza, punto di partenza della nostra escursione.

Venerdì 5

Parcheggiate le auto al parcheggio di malga Sorgazza, si percorre la strada forestale della val Sorgazza fino alla partenza della teleferica per il rifugio Brentari. Si continua lungo il sentiero CAI n. 327 che inizialmente in piano prende poi quota con numerosi tornanti sotto la cresta Socede, arrivando al pianoro della Baita dei pastori (2131 m). Una salita finale su grandi placche di granito inclinate conduce al piccolo lago e al dosso su cui sorge il rifugio Brentari. Possibilità di salita a Cima d'Asta (2847 m) con il sentiero n. 364 (+400 m dislivello).

Sabato 6

Dal rifugio Caldenave seguendo il sentiero n. 375 si sale al passo Socede (2516 m) per poi scendere, utilizzando il sentiero 380b, nel Vallone Occidentale. Si risale a Forcella Magna (2117 m) e si costeggia l'appartato laghetto omonimo. Utilizzando sentieri storici tra trincee e antichi ricoveri militari si tocca la Forcella nord del Cengello e passando dal bivio col sentiero n. 360 di val Vendrame si raggiunge la forcella delle Buse Tedesche (2309 m).

Il sentiero n. 360 continua raggiungendo la zona dei laghi della Valle dell'Inferno. Girato il costone di Cima Orsera (2471 m) si scende alla stupenda spianata erbosa dove sorge il rifugio Caldenave (1792 m).

Domenica 7

Dal rifugio Caldenave si sale con numerosi tornanti lungo il sentiero n. 332 che porta nella val Ravetta. Una lunga pietraia porta a forcella Ravetta (2219 m). Si prende a sinistra il sentiero 332b che traversa sotto la cima Caldenave e porta al panoramico Forzelon di Rava (2397 m). Si prosegue su evidente percorso fin sul cimon Rava (2436 m), quindi si scende lungo il sentiero 328 raggiungendo la forcella Quarazza. Si scollina poi sul versante opposto nella cornice delle pareti della Corona di Costa Brunella e delle Cinque Torri di Segua e si transita sotto il muro della diga del lago artificiale di Costa Brunella. Con diverse curve si raggiungono i ruderi della malga Val del lago (1826 m) e poco dopo un ultimo tratto di bosco si giunge nuovamente a malga Sorgazza, completando l'anello.

COORDINATORI: **Paini** 339 5375826 - **Montessori** 346 6471859



EEA-PD



sab: +1000 m
dom: +600 m
-1600 m



sab: 3 h
dom: 5:30 h



P: 07:00
R: 20:00



max 15

Una classica sulle Dolomiti di Brenta

Tra i più belli e panoramici sentieri attrezzati dolomitici si estende, nel cuore del Brenta al cospetto delle cime più alte e più famose, tra la Bocca di Brenta e la Bocca degli Armi con scorci mozzafiato sul Campanil Basso e sul Crozzon di Brenta.

Sabato 3

Da Madonna di Campiglio si sale in macchina fino al parcheggio al Rifugio Vallesinella. Dal Rifugio Vallesinella (1513 m) si prosegue a piedi lungo il facile sentiero 317, al rifugio Casinei (1825 m) e poi per il sentiero dei Brentei 318 al rifugio Brentei (2182 m) in circa 2 ore. Da qui in circa un'ora per il sentiero 393 raggiungiamo il rifugio Alimonta (2580 m), dove pernosteremo.

Domenica 4

Dal rifugio Alimonta si risale la Vedretta Settentrionale degli Sfulmini fino a Bocca d'Armi a 2747 m dove ha inizio il sentiero delle Bocchette Centrali (n. 305). Scale e attrezzature conducono alla profonda forcella situata tra la Torre di Brenta e Cima degli Armi; una stretta e aerea dorsale in cresta fino a una cengia che corre orizzontale tagliando le pareti strapiombanti; panorama mozzafiato sulle alture della Valle dell'Adige. La cengia si snoda a 2700 m, con ripetuti sali scendi, seguendo le pieghe della montagna e con rocce gradinate in discesa, si superano la Bocchetta degli Sfulmini fino alla Bocchetta del Campanile Basso a 2620 m sovrastata dall'impressionante, elegante mole dell'omonima cima. Con ancoraggi vari si scende sulla cengia che attraversa la parete della Brenta Alta per proseguire con funi e scale fino al nevaio della Bocca di Brenta a 2552 m. Dalla Bocca di Brenta si scende sull'omonima Vedretta e mediante il sentiero 318 si giunge al rifugio Brentei a 2175 m. La discesa al rifugio Vallesinella a 1513 m si compie proseguendo sul sentiero 318 passando per il Rifugio Casinei 1850 m e nell'ultimo, tratto mediante il sentiero 317.

ATTREZZATURA: abbigliamento da alta montagna, casco, imbrago, 2 moschettoni a ghiera, piccozza e ramponi.

COORDINATORI: **Malaguti** 339 6592206 - **Bottazzi** 347 6890222



EE



+/-850 m



5:00 h



P: 06:30
R: 21:00

Appennino Reggiano

All'inizio della radura di Pian Vallese 1284 m, (Febbio) sulla destra (Sud) parte il sentiero segnato n. 615 (sentiero segnato molto bene). Si sale su una comoda mulattiera nel bosco e si esce dal limite della vegetazione arborea poco prima di attraversare il Torrente che percorre il Fosso della Piella (ottima acqua, si possono riempire le borracce). Si continua a salire sempre su evidente traccia dalla parte destra del Fosso (senso orografico) fino a giungere sulla sella erbosa del Passone 1847 m. Dal valico si risale (direzione Nord-Ovest) una dorsale erbosa raggiungendo il crinale e poco più avanti la vetta del Monte La Piella 2071 m. Ancora avanti sempre sull'ampia cresta fino a superare l'arrivo di un impianto sciistico che sale da Febbio e si raggiunge il Sasso del Morto 2077 m. Il sentiero prosegue ancora in direzione Nord-Ovest, scende leggermente fino a raggiungere la base della piramide sommitale del Monte Cusna. Qui ci sono due possibilità, la più veloce è quella di risalire direttamente il costone Sud-Est della montagna (bisogna cercarsi la via migliore, passi di l, piccoli tratti esposti, tracce di sentiero), la più sicura e tranquilla è quella di aggirare il costone Est della piramide e risalire la cresta Nord-Est (sentiero evidente e facile). In cima c'è una grossa croce di ferro e una statua della Madonna.

COORDINATORI: **Malaguti** 339 6592206 - **Tosi** 340 2350408

La festa sociale rappresenta il momento conclusivo di un anno di escursionismo. Una piacevole giornata da trascorrere insieme a tutti coloro che hanno accompagnato i nostri passi per un intero anno di escursionismo con il CAI Suzzara. Al mattino si effettuerà una facile escursione di circa 3 ore, per godere dello spettacolo dei colori autunnali della montagna. La meta però non sarà una cima ma una tavola imbandita!



T-E



+/- 200 m



3:00 h



P: 07:00
R: 21:00



Club Alpino Italiano
Sottosezione di Suzzara (Sezione di Mantova)
Piazzale Marco Polo 1 (all'interno del Tennis Club)
46029 Suzzara (MN)

SITO WEB: www.caisuzzara.it
EMAIL: info@caisuzzara.it - cai.suzzara@gmail.com
FB: www.facebook.com/caisuzzara
INSTAGRAM: www.instagram.com/caisuzzara