GRUPPO AMICI DELLA MONTAGNA
Sottosezione del CAI Milano
NOTIZIARIO N. 2/2016 MARZO-APRILE

DAL CONSIGLIO: Rinnoviamoci con nuovi candidati

Cari soci, si avvicina il termine del mandato triennale per il consiglio direttivo del GAM. A metà aprile bisognerà procedere alle elezioni per il rinnovo delle cariche. Molti considerano quest'appuntamento un rituale poco interessante, e la partecipazione all'assemblea risulta effettivamente non molto numerosa.

Il Consiglio direttivo, che in questi anni ha impiegato molte energie per cercare di rendere sempre più viva l'associazione con un'intensa attività escursionistica, sciistica, alpinistica, guarda al passato con soddisfazione, ma ritiene che nuove immissioni siano importanti per continuare a rinnovarsi portando un contributo di idee ed entusiasmo e contribuendo a indicare le nuove esigenze che si affacciano con il mutare dei tempi.. Per questo rivolgiamo un appello a giovani ed anziano perché contribuiscano al ricambio, offrendosi per le nuove candidature. Diversi degli attuali consiglieri si ricandideranno, per assicurare continuità nella gestione, ma sarebbe importante avere nel Consiglio nuovi rappresentanti che presentino le esigenze dei Climber, degli alpinisti ed escursionisti, degli sciatori di pista, degli scialpinisti discutendo proposte e iniziative che potrebbero arricchirci tutti di nuove esperienze. L'impegno in fin dei conti non è così pesante: si tratta di riunirsi una volta al mese e di garantire l'apertura della sede con turni che impegneranno una volta ogni mese e mezzo.

RINNOVO QUOTE 2016

Tesseramento 2016

FORZA, FORZA, FORZA A RINNOVARE L'ISCRIZIONE! Le quote sono rimaste invariate. Soci ordinari (dai 18 anni) € 23: Soci familiari e juniores (sotto i 18 anni) € 8; Soci onorari e veterani (oltre i 65 anni e con 10 anni di anzianità di iscrizione) 15 €; Soci sostenitori € 40. Soci aggregati 10 € (permette la partecipazione ad una iniziativa del programma GAM a quota scontata). **Sarà anche possibile rinnovare l'iscrizione al C.A.I. per l'anno 2016, che consigliamo per la polizza antinfortunio offerta, che copre tutte le attività del programma sezionale:** Socio ordinario (maggiore di 18 anni) € 57; Socio familiare € 32; Socio giovane (fino ai 18 anni) € 23. I nuovi iscritti dovranno versare 4 € in più.
Pagamenti anche attraverso bonifico bancario sul C/C del GAM presso MPS **(IBAN** IT 62 D 01030 01654 000061104572). Indicare tipo di versamento, i nominativi per i quali viene fatto il versamento e l'indirizzo cui recapitare le ricevute: +1€ per ricevere i bollini per posta.

ASSEMBLEA E RINNOVO CARICHE SOCIALI GAM

E' convocata l'Assemblea dei Soci per **Giovedì 14 APRILE 2016** alle ore 8:00 in prima convocazione, e ALLE ORE 21 in seconda convocazione presso la sede sociale, per deliberare sul seguente ordine del giorno:

1. Relazione del Presidente
2. Bilancio consuntivo 2014
3. Elezioni per il rinnovo delle cariche sociali
4. Eventuali e varie

Per la stessa data del 16 aprile, alle ore 22 in coda all'Assemblea del GAM, è convocata

L'ASSEMBLEA ORDINARIA DEI SOCI DELLA SOTTOSEZIONE CAI DEL GAM

Tutti i soci della sottosezione sono convocati per discutere e deliberare sul seguente ordine del giorno:

1. Relazione morale del Reggente
2. Bilancio
3. Rinnovo delle cariche sociali

Quelli che, per qualsiasi ragione, non potranno intervenire di persona sono pregati di farsi rappresentare per delega, ricordando che le deleghe dovranno essere due distinte, una per ciascuna assemblea.

SCI DISCESA e SNOWBOARD

Coordinatori

Gabriele Montanari 328 7565884	montanarigabriele@yahoo.it	**Prenotazioni**
Massimo Montanari 338 8153707	massimo.montanari1@tin.it	**Accompagnatore**
Martino Ghioni 339 7033882	martino-ghioni@tiscali.it	**Accompagnatore**

Vai al programma dei corsi di SCI e SNOWBOARD del 2015-2016

13 marzo LA THUILE (AO) E' tra le mete alpine più alte d'Europa. Insieme a La Rosière in Francia costituisce il comprensorio sciistico Espace San Bernardo con oltre 160 km di piste per godersi il paradiso bianco.

17 aprile CERVINIA (AO). Il comprensorio sciistico dai 2000 ai 3500 m di quota è molto vasto e garantisce buone qualità della neve durante tutta la stagione.

Note Le iscrizioni saranno valide previo versamento di caparra. Il saldo dovrà essere effettuato entro il venerdì della settimana che precede la gita. Le iscrizioni si ricevono presso la sede G.A.M. negli orari di apertura oppure tramite mail ai coordinatori. Le caparre non vengono restituite in alcun caso. Gite con qualsiasi condizione meteo. Partenza da Piazzale Lotto 6.30 rientro 20,00

SCI-FONDO

Continua il programma in collaborazione con il Circolo Arciquartiere Il programma è rivolto non solo ai fondisti ma anche ai camminatori e "ciaspolatori". Per info vedere il sito http://www.arciquartiere.it/download/fondo/2016_prog_fondo.pdf). Ed ecco le prossime uscite:
Sabato 5 marzo 2016 ARCI SKI MARATHON IN ENGADINA dal Maloja a Zernez (CH).
Sabato 19 marzo 2016 SAINT BARTHELEMEY (Valle d'Aosta)

SCIALPINISMO: USCITE E CORSI

Coordinatori: Franco Perin tel. 347 2628747 franco.perin@fastwebnet.it e Livio Sposito tel. 3485692945 livio.sposito@tiscali.it
USCITE FINE SETTIMANA
5-6 marzo **TRAVERSATA DELLA VALLE DI CHAMPOCHER** attraverso il Col del Lago Bianco al Lago Nero al Gran Lago e al Colle Mezove 2614. Discesa spettacolare per il vallone di Savoney fino a Barche. Itinerario impegnativo che richiede sicure condizioni nivometeo. Se queste non dovessero verificarsi si opterà per un'alternativa, ad esempio la **Pointe de Voisson o il Pizzo d'Era al Lucomagno (CH).**
12-13 marzo **SCHWARZHORN 3110 m** Dall'Alpe Devero 1600 m all'Alpe Campello e al Piano della Rossa. Ci si dirige al Colle Marani. e alla sella 3051m. Lasciati gli sci si sale, con facile arrampicata la cresta S sino alla vetta. Dislivello 1510 m difficoltà OSA.
19-20 marzo **MONTE MATTO 3088 m** Da Sant'Anna di Valdieri (CN) 981 m. al rifugio Livio Bianco 1910 m al Gias Gros, al Lago Superiore della Sella e al Colle di Valmiana. si prosegue fino alla Forcella del Matto fra la Cima Est e la Cima Centrale. Dal colletto per la dorsale verso nord, in vetta. Dislivelli: primo giorno 929 m. secondo 1178 m. Difficoltà BSA.
1-3 aprile **GIRO DEL BERNINA** Dalla Chamanna del Diavolezza scesi al Vedret da Pers si percorre il ghiacciaio e si prosegue lungo il fianco Ovest del Cambrena. Puntando alla cresta si prosegue fin dove possibile con gli sci e a piedi in vetta al Piz Palu 3882 m. Si scende all'insellatura tra il Palu e il Piz Spinass, poi al passo di Sasso Rosso e al passo Marinelli. Quindi al rifugio Marinelli 2813 m. Il giorno seguente si ripercorre in salita per breve trattoil percorso di discesa, poi volgere ad ovest sulla vedretta di scerscen, raggiungere la Furcla de la Sella e scendere in val Roseg . Dislivelli: primo giorno 1150 m. secondo 875 m. Difficoltà OSA.
9-10 aprile **MONT ROGNEAUX 3084 m** Da Lourtier 1087 m (Gran S. Bernardo, Vollège) per il sentiero estivo si passa da La Tongne e La Cougne attraverso il vallone La Ly alla cabane Brunet 2103 m. Il secondo giorno passando dal pianoro di Sery e de La Chaux, e giunti in vista della vetta si sale alla cresta E alla cima. Dislivelli primo giorno 1020 m. secondo 980 m. Difficoltà MS.
23-25 aprile **PALLA BIANCA 3788 m** Da Maso Corto 2011 (val Senales) con la funivia e successivo percorso in sci si arriva al rifugio Similauln 3019 m. Secondo giorno salita al Similauln 3597 m e discesa al rifugio Bellavista 2842 m. Terzo giorno salita alla Palla Bianca e discesa a Maso Corto. Difficoltà BSA.
30 aprile – 1 maggio **PIGNE D'AROLLA 3790 m** Dall'arrivo della sciovia Arolla Tsijiore Nouve 2380 m in direzione SO e O al Pas de Chèvres 2855, discesa sul Glacier de Cheilon e salita alla Cabane des Dix. Si scende sul Glacier de Cheilon risalendolo in direzione E e risalire La Serpentine e al pianoro del Col du Bernay. Si raggiunge la cresta S della Pigne la vetta. Dislivelli: primo giorno 550 m. secondo 900 m Difficoltà BSA.
7-8 maggio **BISHORN 4153 m** Dalla diga alla fine della strada della valle di Turtman al ghiacciaio del Brunneghorn e del Turtmann fino alla Cbane de Tarquit. Il giorno seguente verso E ad un colle senza nome a 3600 m e in vetta. Dislivelli: primo giorno 1550 m. secondo 900 m. Difficoltà MSA
21-22 maggio **TRESERO 3595 m** Dall'albergo Ghiacciaio dei Forni 2178 m, in direzione E si imbocca un canalone e lo si risale fino al ghiacciaio. Si prosegue a destra e si raggiunge la cresta SE che si segue a piedi fino in vetta. Dislivello 1417 m. Difficoltà BSA.
2-5 giugno **PASSO STELVIO 2757 m** Primo giorno salita al rifugio Livrio 3174 m. Secondo giorno salita alla punta Tucket 3462 e al Bivacco Bignami. Il terzo giorno, salita al monte Cristallo 3435: si lasciano gli sci a una piccola forcella che dà sulla Valle Zebrù. Di qui a piedi in cima. Splendido panorama sulla Valtellina. Discesa lungo la Valle dei Vitelli. Il quarto giorno trasferimento ai Forni 2178 m e salita al Monte Confinale 3370 m. **In alternativa MONTE PIODA 3431 m.** Da Predarossa 1955 m attraverso il piano verso NE al Ghiacciaio di Predarossa che si risale in direzione NNE al Passo Cecilia e alla Sella di Pioda 3387 . Poi a sinistra per la facile cresta E a piedi in vetta. Dislivello 1550 m difficoltà BSA

TREK ED ALTRI IMPORTANTI INIZIATIVE SCIALPINISTICHE

26 marzo – 2 aprile **VIAGGIO IN NORVEGIA CON GLI SCI A PASQUA** dove lo scialpinismo si pratica in vista dei fiordi e degli arcipelaghi. Coordinatrice: Cristina Meotti cristina.meotti@tiscali.it cell. 348 4431336 Programma completo al sito: http://www.gam.milano.it/2015/12/18/in-norvegia-con-gli-sci-a-pasqua/

ALPINISMO

14 aprile h. 21:00 in sede – Presentazione dei corsi di ALPINISMO BASE (IX edizione) ED AVANZATO
Con le guide Luca E Valentina Biagini. Il corso BASE costa € 360 a persona. Il corso AVANZATO costa 410 €, inclusa iscrizione al GAM. Per informazioni: Giovanni Gaiani giovanni.gaiani@tin.it Tel. 02-89301570 (casa). Altre arrampicate in falesia sono previste lungo tutto l'arco della "bella stagione" fino a giugno, con il coordinamento del nostro esperto arrampicatore Angelo Carraro. Verranno comunicate via mail a che ne fa richiesta. Nell'allegato il programma iintegrale. LE ISCRIZIONI SONO GIA APERTE. AFFRETTATEVI.

ESCURSIONISMO

Coordinatore ed iscrizioni: Gemma Assante (gemma.assante1@fastwebnet.it cell. 347 9508354). Le quote di partecipazione per le gite giornaliere in pullman sono: 25 € (30 € NON SOCI); ragazzi fino a 15 anni 20 €. Iscrizione da giovedì a domenica, salvo mancanza di posto. PREZZO AMICO: 20 € (25 € NON SOCI) con pagamento anticipato entro martedì antecedente la gita. Per le gite in auto 5 € SOCI; 8 € NON SOCI + spese viaggio condivise con l'esclusione del guidatore. Per le settimane e i trek di più giorni quote indicate nei programmi che si trovano sul sito del GAM: prendere contatto con il coordinatore.

LE GITE IN GIORNATA DI MARZO E APRILE

13 marzo **MONTE CORNIZZOLO E IL FAGGIO DEL SEGANTINI** Gita escursionistica-culturale con visita al complesso romanico di S. Pietro e salita per rivedere il "piantone Segantini", che un recente recupero fondi ha ristabilito al suo posto poco sotto la vetta. Ritrovo a Milano Piazzale Lotto alle ore 8:00 e partenza con auto private 8:15. Km 55 da Milano sino a Pozzo (m 359). **Tempi di percorrenza** : Pozzo m359 - San Pietro al Monte m639 h0.45 T (calcolare 1 oretta per la visita degli affreschi) > Rifugio Marisa Consiglieri m1090 h0.50 E > Monte Cornizzolo m1240 h0.15 E > Pozzo (per la cresta della Guardia) m359 h1.30 E. **QUOTA DI PARTECIPAZIONE**: 5 € SOCI GAM; 8 € ALTRI. Spese auto da condividere. **Pranzo** al sacco. **COORDINATORE**: Tina Paleari e Gemma Assante

2-3 aprileLIGURIA DI LEVANTE: Due giorni, due escursioni nell'immediato entroterra di Sestri Levante in val Petronio - Passo Velva con pernotto a Casarza Ligure. **Sabato 2 Monte Treggin e Roccagrande** nella valle del rio Bargonasco insieme al gruppo di Cime Tempestose che rientra in giornata; **dislivello 700 m**. Chi può fermarsi : pernottamento in casa privata a Casarza Ligure, gita **domenica 3 S. Lazzaro – Muntà di Povei – S. Rocco – Novano** e rientro in serata. **Dislivello**: 500 mt. **Coordinatore** Gemma Assante

16 aprile Monte Giove, da Cannobio escursione con stupendi panorami sul Lago Maggiore. Possibile stop ad alpeggio. Gita ARCI **Coordinatore** vangiors14@gmail.com tel. 3336134242

17 aprile CLANEZZO-STROZZA e la Ghiacciaia del Maestro. Escursione intersezionale di grande interesse naturalistico e paesaggistico alle porte di Valle Imagna, con vari piccoli musei di realtà locali. **Coordinatore** Gemma Assante **30 aprile Valli di Lanzo (TO) da Traves a Fubina di Viù.** Interessante itinerario su mulattiera e sentiero su versante ben esposto e dunque senza neve. Ideale per la primavera. Possibile vetta. Gita ARCI **Coordinatore** vangiors14@gmail.com tel. 3336134242

I PROSSIMI TREK DI PRIMAVERA E LE ANTICIPAZIONI ESTIVE

Per prenotazioni ed iscrizioni prendere contatti con i coordinatori

30 aprile – 7 maggio **TREK A TENERIFE con SALITA AL TEIDE** Una settimana nell'isola della eterna primavera: nel Parco Nazionale del Teide, la più alta montagna di Spagna con i suoi 3718 metri accompagnati da una guida vulcanologica. ANCORA APERTE LE ISCRIZIONI. **COORDINATORE:** Gemma Assante (cell**.** 347 9508354 gemma.assante1@fastwebnet.it per tutte altre info) Programma completo al sito: http://www.gam.milano.it/attivita/trek-a-tenerife-isole-canarie/

19-23 maggio **Giro turistico di PRIMAVERA nella SICILIA ORIENTALE**: Piazza Armerina – Ragusa – Ibla - Modica - Scicli – Ispica – Noto – Siracusa – Acireale – Taormina – Catania. http://www.gam.milano.it/wp-content/uploads/2015/12/Sicilia-orientale-maggio-2016.pdf Coordinatore: Grazia Larroux Archinti tel. 02 531415 cell. 3339859491 mail: grazia.lar@live.it

25 giugno – 2 luglio SETTIMANA NONNI E NIPOTI a **SANTA CRISTINA in VALGARDENA** dedicata a piccoli trekker da 3 a 10 anni accompagnati dai loro nonni. Attività e dislivelli calibrati per il gruppo dei cerbiatti (fino a 5 anni) e dei caprioli più grandi. **QUOTE** adulti Soci GAM 452,00 €; ALTRI 485.00 €; bimbi sino ai 2 anni gratuiti; dai 2 ai 6 anni 50% (226 €); dai 6 agli 11 anni 30 % (315 €). **COORDINATORE:** Gemma Assante (cell**.** 9508354 gemma.assante1@fastwebnet.it per tutte altre info). Ci troviamo in sede il 26 maggio per i dettagli prima della partenza. Per maggiori dettagli andare al link **: http://www.gam.milano.it/2016/02/29/settimana-nonni-e-nipoti-in-val-gardena**

2 -16 luglio **SETTIMANE VERDI a SANTA CRISTINA in VALGARDENA:** le amate Dolomiti, un albergo di tutti confort, passeggiate e relax estivo. Alloggeremo all'Hotel Kristiania(tel. 0471792047) in posizione tranquilla e soleggiata a meno di due km da Selva e meno di 500 mt da S. Cristina. **QUOTE**: 1ª settimana 2-9 luglio: Soci GAM 482,00 €; ALTRI 512.00 €; **2ª settimana 9-16 luglio:** Soci GAM 572,00 €; ALTRI 597.00 €; Le camere sono tutte dotate di televisione e telefono http://www.hotel-kristiania.com/it/camere.html Supplemento camera singola: 63,00 Gemma Assante (cell**.** 347 9508354 gemma.assante1@fastwebnet.it per tutte altre info). Ci troviamo in sede G.A.M. il 9 giugno per concordare le partenze. Per i dettagli andare sul sito del GAM link: **http://www.gam.milano.it/2016/02/26/settimane-verdi-in-val-gardena-dal-2-al-16-luglio/**347

4-18 agosto **ISLANDA**. Fantastico viaggio nella terra dei ghiacciai: SOLD OUT: Questo stesso viaggio verrà riproposto nell'agosto 2017. Mettete in agenda

24/9 -1/10 **TREK nel PARCO del CILENTO,** patrimonio dell'UNESCO con Diego Festa passeggiate tra i promontori di roccia della costa, varie soste per il bagno e le splendide archeologie della zona. Vedi al link:

http://www.gam.milano.it/2016/02/26/trekking-nel-cilento-dal-24-settembre-al-1-ottobre/

SERATE IN SEDE ED EVENTI

7 Aprile Islanda - MEMORIE DI UN VIAGGIO Diapositive di Vanna Defendi: la nostra socia ha piacere di incontrare soci ed amici ed in particolare il gruppo che ad agosto si recherà in questa terra di fuoco e di ghiacciai per parlare della sua esperienza di viaggio.

OCCASIONI

Un nostro socio Vende la sua Skoda 4x4 cilindrata 2000 del 2009 per 11mila euro. Chi fosse interessato può telefonargli al cell. **3358476066**

ARTVA, PALE E SONDE CERCANSI

Stiamo cercando apparecchi ARTVA, pale e sonde. Chi avesse smesso l'attività di scialpinista, potrebbe darle al GAM in usufrutto.

IN MEMORIA

La nostra socia Betty Colombo è stata colpita da un doloroso evento: la settimana scorsa è morto suo padre. A lei e ai familiari vanno il cordoglio e la solidarietà di tutti i soci.

Ricevete questa newsletter perché il vostro indirizzo si trova nella mailing list del GAM. 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@gam.milano.it***

Notiziario G.A.M. – N. 2 – MARZO-APRILE 2016 - Spedito il giorno 28.2.2016
Pubblicato dal GRUPPO AMICI della MONTAGNA Sottosezione del C.A.I. Milano
Via G.B.Merlo, 3 – 20122 MILANO – Telefono e fax: 02.799.178 - e-mail: gam@gam.milano.it http://www.gam.milano.it

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

DELEGA PER L'ASSEMBLEA SOCIALE GAM

Il sottoscritto socio del Gam……

delega il socio……..

a rappresentarlo all'**Assemblea Ordinaria dei Soci** indetta per il 14 aprile 2016

Il delegato Il delegante

---------- ----------

DELEGA PER L'ASSEMBLEA SOCIALE GAM

Il sottoscritto socio del Gam……

delega il socio……..

a rappresentarlo all'**Assemblea Ordinaria dei Soci** indetta per il 14 aprile 2016

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 14 aprile 2016

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 14 aprile 2016.

Il delegato Il delegante

---------- ----------