PROGRAMMA 2017

MARZO

19 T/E

BERGAMO ALTA ED I SUOI COLLI* Cultura e natura: Bergamo Alta tra monumenti e luoghi d'arte con facile passeggiata per vie e boschi dal colle di S.Vigilio e per la città. Dislivello ridotto - Durata tot. 2,5 + 3,5 ore. Gita con visita guidata

APRILE

2 E



LIGURIA. CASELLA E I FORTI DI GENOVA* Ritorno alla base con il rinnovato treno panoramico Genova-Casella

13-19 EE



IL SENTIERO DEGLI DEI, da Sasso Marconi a Piazza della Signoria a Firenze, uno dei trekking più noti dei nostri Appennini lungo un'antica strada militare romana: la Flaminia minore.
Treno e bus. Trasporto bagagli tra una tappa e l'altra. Dislivello 500-800 m/die. 5-8 ore di cammino giornaliero. Pernotto in agriturismi e piccoli hotel. Cucina tipica tosco-emiliana per le cene in locali tipici. Iscrizioni entro 31/1/2017

22 E



VOLTAGGIO E MONTE TOBBIO* Siamo nella parte settentrionale del Parco Regionale Capanne di Marcarolo, riserva naturale che fornisce acqua a Genova. Dislivello 800 - Durata 5 ore

29-30 + 1/5 T/E



TRENTO CULTURA E NATURA* Visita guidata della cittadina, il Buon Consiglio, l'eremo di san Romedio, i castelli di Thun e Stenico, la cascata del Rio Bianco. ½ pensione in hotel. Iscrizioni entro 10/3

MAGGIO

6-7 T/E



VELA E TREK A PALMARIA W-E nel mare di La Spezia e sui sentieri dell'isola di fronte al Parco Naturale Regionale di Porto Venere. Iscrizioni entro il 10/4

MAGGIO

13-14 T/E



SALUZZO E MOMBRACCO* L'Abbazia di Staffarda, Saluzzo città ed escursione al Mombracco: uno spettacolare belvedere sul Monviso in bassa valle PO.
Dislivello 850 - Durata tot. 6 ore
Visite con guida, ½ pensione in hotel. Iscrizioni entro il 14/4

21 E



ORNAVASSO PUNTA 3 CROCI* Dalla Madonna del Boden alla Cima Tre Croci*, belvedere sulla bassa Val d'Ossola, passando dal rifugio Alpe Cortevecchio. Dislivello 1000 (*1300)

27-28 T/E



VELA E TREK ALLE 5 TERRE W-E nel mare di La Spezia e sui sentieri del Parco nazionale delle 5 Terre. Iscrizioni entro il 17/4

GIUGNO

2-5 E



LUNIGIANA- MONTEMARCELLO* Splendide passeggiate tra mare e monti tra Lerici, Montemarcello e bassa Lunigiana. ½ pensione in hotel. Iscrizioni entro il 10/3

17-18 E



GROTTE DI BOSSEA ed ESCURSIONE AL MONTE MONDOLè Turismo sotterraneo nelle grotte più famose d'Italia ed escursione nel cuneese con panorami sulle Alpi Liguri. ½ pensione in hotel. Iscrizioni entro il 30/5.

LUGLIO

2-16 E



1 o 2 SETTIMANE NONNI E NIPOTI ad **ASIAGO** nell'ampio altopiano delle montagne venete per passeggiate e sport nella quiete di una natura incontaminata insieme ai nostri bambini e nipoti.

LUGLIO

16-23 E



SETTIMANA VERDE NELLA ZONA DI MARESON (ZOLDO ALTO), una molteplice ricchezza di flora e fauna accoglie gli escursionisti lungo sentieri tra prati e campi. Vacanza in hotel dotato di tutti i confort, all'inizio di molte passeggiate.

AGOSTO

4-18 T/E



VIAGGIO IN ISLANDA, nella terra del ghiaccio e del fuoco ove i vulcani eruttano lava tra ghiacciai che si gettano nel mare. Iscrizioni immediate

29/8 - 9/9 T/E/EE



TREK ALLE AZZORRE inserite nel bel mezzo dell'Oceano Atlantico, sono isole di rara bellezza: il Monte Pico con i suoi 2351 metri è la cima più alta del Portogallo. Iscrizioni entro il 31/1

SETTEMBRE

16-23 E



TREK in ASPROMONTE, 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

30 E



RIFUGIO OMIO VAL MASINO* Da Bagni al rifugio Omio, con belvedere su Pizzo Badile, Cengalo ed altre spettacolari cime. Dislivello: 900 m - Durata totale: 6 ore.

OTTOBRE

14 E



CODERA E TRACCIOLINO* Classica e sempreverde salita da Novate Mezzola a Codera con circuito di rientro sul Tracciolino.
Dislivello 700 m; Durata totale: 6 ore

27-30 E



PONENTE LIGURE*. Borghi antichi e sentieri tra mare e monti nell'entroterra di Sanremo.

LEGENDA

T = Percorso facile di tipo turistico

E = Percorso normale di tipo escursionistico

EE = Percorso impegnativo per escursionista allenato

Il viaggio si effettua in treno, in pullman, con auto private o in aereo secondo il logo indicato



***** Gita organizzata in collaborazione con il gruppo escursionistico Cime Tempestose di ARCI- Il quartiere.

Il programma dettagliato di ogni iniziativa comprendente orari, quote e nominativi dei capogita, è disponibile in sede con grande anticipo ed è visibile al sito del GAM alla sezione Notiziari e Attività **www.gam.milano.it/**

Per le iscrizioni e la partecipazione prendere sempre contatti con i capigita.

Per ulteriori informazioni: Gemma Assante gemma.assante1@fastwebnet.it tel. 347 9508 354

NORME PER LA PARTECIPAZIONE A GITE GAM

1 Le iscrizioni alle gite si ricevono in sede negli orari di apertura. Per le gite giornaliere o di fine settimana, salvo che sia diversamente indicato sul Notiziario, nelle due settimane che precedono la gita stessa. Per trekking e settimane secondo quanto indicato sul Notiziario. Le iscrizioni sono valide con il pagamento delle quote stabilite. Le iscrizioni eccedenti la disponibilità dei posti vengono messe in lista d'attesa per eventuali sostituzioni.

2 Lo scopo delle gite sociali è quello di condurre tutti i partecipanti alla meta. L'andatura sarà quindi adatta a mantenere il gruppo sufficientemente compatto pur tenendo conto dei tempi tecnici necessari al normale svolgimento della gita. Ne consegue che i direttori di gita, a loro insindacabile giudizio, possono non accettare l'iscrizione di chi non è ritenuto idoneo.

3 Per quanto riguarda la rinuncia si precisa che, a meno che il rinunciatario proponga un sostituto:

- per le gite giornaliere la quota di partecipazione è interamente dovuta se la rinuncia viene fatta dopo il giovedì precedente la gita
- per le gite di più giorni se la rinuncia viene fatta negli 8 giorni precedenti la partenza è trattenuta la caparra e richiesta la quota di soggiorno nella misura eventualmente addebitata dall'albergatore.

4 I Direttori di gita sono volontari che agiscono come accompagnatori non professionali. Essi guidano la comitiva nell'esecuzione, curano il rispetto degli orari, la situazione dei posti, dei pernottamenti e tutto quanto sia utile al buon andamento della gita. I Direttori di gita hanno la facoltà di sospendere o modificare la gita nel caso in cui le condizioni atmosferiche, di innevamento o la situazione contingente siano tali da non garantire le normali norme di sicurezza. Durante il percorso essi stabiliscono le soste opportune e assumono le decisioni adeguate in ordine a coloro che fossero in difficoltà a proseguire.

5 I partecipanti, che devono essere a perfetta conoscenza delle caratteristiche della gita apparse sul Notiziario, hanno l'obbligo di attenersi alle disposizioni dei Direttori di gita e di portare l'attrezzatura richiesta dal programma. Il possesso dell'attrezzatura fa supporre che se ne conosca l'uso. I partecipanti devono essere disposti a collaborare per il trasporto di materiale comune (corde, barella, o altro). Nessuno dei partecipanti, se non espressamente autorizzato, dovrà sopravanzare i Direttori di gita o rimanere arretrato. Le attività individuali, ove previste, devono essere comunicate ai Direttori di gita (meta, percorsi, tempi).

6 Nel caso di gite sci-alpinistiche è obbligatorio il possesso dell'ARVA con frequenza di 457 kHz, il cui funzionamento sarà controllato all'inizio della gita. E' inoltre richiesto che ciascun partecipante sia munito di una pala. Entrambi questi strumenti possono essere noleggiati, in numero limitato, presso il GAM. In occasione di gite i Direttori di gita organizzeranno prove pratiche di ricerca con ARVA cui tutti, con spirito di solidarietà, dovranno partecipare per impratichirsi su come portare soccorso in tempo utile.

7 Gli orari di partenza previsti sono tassativi. Nel caso in cui fosse necessario modificare l'orario di ritorno i Direttori di gita lo comunicheranno per tempo a tutti i partecipanti.

8 L'iscrizione alla gita comporta la totale accettazione delle presenti norme.

L'ATTENERSI ALLE REGOLE FACILITA LA GITA, LA RENDE PIÙ PIACEVOLE PER TUTTI E SOPRATTUTTO PIÙ SICURA.

Gruppo Amici della Montagna

Sottosezione CAI Milano

PROGRAMMA ESCURSIONISMO PRIMAVERA – ESTATE 2017

GAM - Via C.G. Merlo, 3 (largo Augusto)
20122 Milano - tel. 02 799178

Orari di apertura
martedì 18:30-20:00 e giovedì: 21.00 - 23.00

e-mail: gam@gam.milano.it
sito web: www.gam.milano.it