



Non monti, anime di monti sono queste pallide guglie, irrigidite in volontà d'ascesa. E noi strisciamo sull'ignota fermezza: a palmo a palmo, con l'arcuata tensione delle dita, con la piatta aderenza delle membra, guadagnamo la roccia; con la fame dei predatori, issiamo sulla pietra il nostro corpo molle; ebbri d'immenso, inalberiamo sopra l'irta vetta la nostra fragilezza ardente. In basso, la roccia dura piange. Dalle nere, profonde crepe, cola un freddo pianto di gocce chiare: e subito sparisce sotto i massi franati. Ma, lì intorno, un azzurro fiorire di miosotidi tradisce l'umidore ed un remoto lamento s'ode, ch'è come il singhiozzo rattenuto, incessante, della terra.

(Antonia Pozzi)

## Qualche informazione prima di cominciare...

La sede della sezione di Laveno Mombello del Club Alpino Italiano si trova a Laveno Mombello in via alla Torre n. 1.

E' aperta al pubblico tutti i venerdì dalle ore 21.00 alle ore 23.00.

Per avere informazioni sulle attività della sezione è possibile inviare una mail all'indirizzo <u>lavenomombello@cai.it</u>

I contatti degli organizzatori delle diverse attività sezionali sono i seguenti:

- Brasca Daria 338/5349574
- Chiesa Roberto 393/9755657
- Chiodi Greta 320/6803456
- Corrado Giuseppe 331/8366603
- Fantoni Marco 329/6253541
- Formenti Romano 338/5656752
- Ielmini Irene 345/2845402
- Morganti Dario 335/6847694
- Moroni Stefano 349/2124467
- Raschellà Edoardo 335/5440316
- Reggiori Davide 333/8053536
- Rizzello Claudio 339/6881007
- Savini Andrea 349/6195223
- Tosches Giovanni 335/6151259





## Gennaio 2024

do	ıta	destinazione	difficoltà	quota in metri	durata in ore	dislivello in metri	organizzatori	
domenica	14 gennaio	DOM	DOMENICA SULLA NEVE (SCI)			Giovanni Tosches		
domenica	21 gennaio	DOM	DOMENICA SULLA NEVE (SCI)			Giovanni Tosches		
domenica	domenica 28 gennaio DO <i>N</i>			MENICA SULLA NEVE (SCI)				
da sabato 2 domenica :	27 gennaio a 28 gennaio	RIFUGIO MARIA LUISA (VAL FORMAZZA) IN NOTTURNA - INTERSEZIONALE CON CAI PALLANZA	Nella giorr rifugio giorno possibilità p	Greta Chiodi				

### Febbraio 2024

do	ata	destinazione difficoltà quota in durata metri in ore				dislivello in metri	organizzatori
II	a 4 febbraio a 11 febbraio	SETTIMAI	Romano Formenti				
domenica	4 febbario	GUSTA E VAI! (TEGLIO, SO)					Greta Chiodi
domenica	11 febbario	GLI ALPEGGI DI PREMIA (VALLE ANTIGORIO)	EE	1220	4,5	350	lrene Ielmini
domenica	11 febbraio	DO <i>l</i>	MENICA SUI	LLA NEVE (	SCI)	Giovanni Tosches	
domenica	18 febbraio	MONTE BO	EE/AI	2072	3,5+2,5	950	Giuseppe Corrado e Roberto Chiesa
sabato	24 febbraio	VAL D'OTRO - CIASPOLATA NOTTURNA CON CENA IN RIFUGIO					Roberto Chiesa





### Marzo 2024

do	uta	destinazione	difficoltà	quota in metri	durata in ore	dislivello in metri	organizzatori
domenica	3 marzo	MANUTENZIONE SENTIERI	EE				Dario Morganti Emilio Costa Mauro De Pasqual
domenica	10 marzo	GIRO AD ANELLO DEL BONOM (VAL SESSERA)	E	1878	4	700	lrene Ielmini
domenica	24 marzo	SPITZHORLI	EE/AI	2737	2,5+2	750	Giuseppe Corrado e Roberto Chiesa

## Aprile 2024

data		destinazione	difficoltà			dislivello in metri	organizzatori
domenica	7 aprile	ESCURSIONE IN LIGURIA	EE				Andrea Savini
domenica	21 aprile	PUNTA D'OROGONA	EE/AI	2466	3,5+3	1000	Giuseppe Corrado e Roberto Chiesa





## Maggio 2024

data		destinazione	difficoltà	metri			organizzatori
domenica	5 maggio	CIMA LA PIOTA (VAL CANNOBINA)	EE	1925	3,5+3	1100	lrene lelmini
domenica	19 maggio	RIFUGIO BRASCA (VAL CODERA)	E	1304	4+3	1250	Daria Brasca e Greta Chiodi

## Giugno 2024

data		destinazione	difficoltà	quota in metri	durata in ore	dislivello in metri	organizzatori
domenica	9 giugno	RIFUGIO ZAMBONI ZAPPA E LAGO DELLE LOCCE (VALLE ANZASCA)	Е	2209	2,5+2	900	Daria Brasca e Savini Andrea
sabato	15 giugno		Greta Chiodi e Irene lelmini				
domenica	16 giugno	RIFUGIO BARBA FERRERO, ALPE VIGNE	EE	2247	3+2,5	1100	Greta Chiodi
domenica	23 giugno	PUNTA GIORDANI (MONTE ROSA)	F+	4046	2,5+1,5	800	Claudio Rizzello
da sabato 29 giugno a domenica 30 giugno		HELSENHORN	EE+PD	2440 3272	4 4+7	1100 800	Giuseppe Corrado





# Luglio 2024

	dat	ta	destinazione	difficoltà	quota in metri	durata in ore	dislivello in metri	organizzatori
	domenica	7 luglio	CIMA PARROT (MONTE ROSA)	PD	4436	4,5+3,5	1150	Andrea Savini e Claudio Rizzello
	da sabato 20 luglio a lunedì 22 luglio da sabato 27 luglio a domenica 28 luglio		GIRO DEL MONVISO	EE EE EE	2460 2764 2882	3 5 6	750+, 100- 750+, 950- 890+, 1300-	Greta Chiodi
***************************************			GRIVOLA	EE/AI	3200	2	1700	Giuseppe Corrado e Andrea Savini
	da domenic a domenico		SETTIMANA DI GEST	TIONE DEL F	RIFUGIO FE	RIOLI (VAL	. SESIA)	Greta Chiodi e Emilio Costa

## Agosto 2024

data			difficoltà	quota in metri	durata in ore	dislivello in metri	
sabato	3 agosto	ROCCIAMELONE		3538	4+4	1500	Giuseppe Corrado





### Settembre 2024

	data da sabato 7 settembre a domenica 8 settembre		destinazione	difficoltà	quota in metri	durata in ore	dislivello in metri	organizzatori
			SENTIERO G37 (VAL FORMAZZA)	EE	2930	5+5	1600	Davide Reggiori
	domenica	15 settembre	BIVACCO GASTALDI - LAGO GABIET	E	2625	4+1,5	1200	Daria Brasca
	domenica	22 settembre	LAGHI DI FENETRE (VAL D'AOSTA)	E	2720	3	580	Stefano Moroni
***************************************		8 settembre a 29 settembre	GESTIONE	DEL RIFUG	IO FERIOLI	(VAL SESIA	A)	Greta Chiodi e Emilio Costa

### Ottobre 2024

data		destinazione	difficoltà	quota in metri	durata in ore	dislivello in metri	organizzatori
domenica	6 ottobre	KASTELHORN	EE	3128	5+4	1400	Roberto Chiesa
domenica	20 ottobre	PRANZC					Greta Chiodi e Irene lelmini
domenica	27 ottobre	ESCUI	ESCURSIONE ENOGASTRONIMICA				





## Novembre 2024

data		destinazione	difficoltà	quota in metri	durata in ore	dislivello in metri	organizzatori
domenica	10 novembre	LE FRAZIONI DI RIMELLA (VAL MASTALLONE)	E	1340	4	300	lrene Ielmini
domenica	17 novembre	MANUTENZIONE SENTIERI					Dario Morganti Emilio Costa Mauro De Pasqual

#### Dicembre 2024

	ata		difficoltà	durata in ore	dislivello in metri	organizzatori
	26 dicembre	AMMAZZAPANE	TTONE – tra Vararo lung			



### Un mercoledì da mufloni

Si tratta di un programma di escursioni realizzate in giornata infrasettimanale, attraverso cui conoscere il nostro territorio.

Tutte le escursioni non presentano particolari difficoltà e sono classificate E. L'organizzatore è Dario Morganti.

data		destinazione	difficoltà	quota in metri	durata in ore	dislivello in metri
mercoledì	17 gennaio	FORTE DI BARA A ORNAVASSO	Е	480	4	400
mercoledì	31 gennaio	SENTIERI DI LAVENO MOMBELLO	E	550	4	400
mercoledì	14 febbraio	GOLE DELLA BREGGIA (CH)	Е	420	4	400
mercoledì	28 febbraio	MONTE FALO' DA GIGNESE	Е	1080	5	500
mercoledì	13 marzo	SAN BENEDETTO IN VAL PERLANA (CO)	Е	825	5	650





### Un mercoledi da mufloni



	do	ata	destinazione	difficoltà	quota in metri	durata in ore	dislivello in metri
	mercoledì	27 marzo	TRAVERSATA CICOGNA-VELINA- BIGNUGNO (VAL GRANDE)	E	850	5,5	600
	mercoledì	10 aprile	MONTE GENEROSO DA BELLAVISTA (CH)	Е	1701	2+2	550
	mercoledì	24 aprile	GIRO DELLE BRICCOLE	Е	739	5	570
	mercoledì	8 maggio	MONTE SETTETERMINI E MONTE LA NAVE	Е	989	5	550
AND STREET, ST	mercoledì	22 maggio	RIFUGIO AL LEGN (CH)	Е	1802	2,5+2	740
	mercoledì	5 giugno	MONTE LEMA DA PRADECOLO	Е	1620	4,5	630



### Un mercoledi da mufloni

data		destinazione	difficoltà	quota in metri	durata in ore	dislivello in metri
mercoledì	27 marzo	TRAVERSATA CICOGNA-VELINA- BIGNUGNO (VAL GRANDE)	E	850	5,5	600
mercoledì	10 aprile	MONTE GENEROSO DA BELLAVISTA (CH)	Е	1701	2+2	550
mercoledì	24 aprile	GIRO DELLE BRICOLLE	Е	739	5	570
mercoledì	8 maggio	MONTE SETTETERMINI E MONTE LA NAVE	E	989	5	550
mercoledì	22 maggio	RIFUGIO AL LEGN (CH)	E	1802	2,5+2	740
mercoledì	5 giugno	MONTE LEMA DA PRADECCOLO	Е	1620	4,5	630





#### Un mercoledì da mufloni



do	ata	destinazione	difficoltà	quota in metri	durata in ore	dislivello in metri
mercoledì	19 giugno	ANELLO DI MONSCERA (VAL BOGNANCO)	Е	2236	5,5	750
mercoledì	3 luglio	RIFUGIO ANDOLLA (VAL ANTRONA)	Е	2060	2+2	600
mercoledì	17 luglio	ANELLO DEL SANGIATTO (ALPE DEVERO)	Е	2375	6	915
mercoledì	31 luglio	RIFUGIO FERIOLI (VAL SESIA)	E	2264	3+2,5	1050

### Corso di avvicinamento alla montagna

Attraverso lezioni teoriche e pratiche, i partecipanti potranno acquisire le nozioni basilari in materia di attrezzatura, materiali e tecniche alpinistiche. Le lezioni saranno tenute da Istruttori Nazionali e Sezionali del CAI (Corrado G., Morganti D., Raschellà E., Savini A.). **E' obbligatoria l'iscrizione al CAI**. Di seguito si riportano le date delle lezioni teoriche; il calendario delle attività pratiche sarà concordato con i partecipanti. Per informazioni e iscrizione, contattare la segreteria della sezione (lavenomombello@cai.it).

data		sede e contenuti della lezioni		
mercoledì I/genngio I		LEZIONE PRESSO LA SEDE SOCIALE - PRESENTAZIONE DEL CORSO, CULTURA CAI E TUTALE AMBIENTE MONTANO		
mercoledì	31 gennaio	LEZIONE PRESSO LA SEDE SOCIALE – PROGRESSIONE IN AMBIENTE INNEVATO (artva)		
mercoledì	14 febbraio	LEZIONE PRESSO LA SEDE SOCIALE - CARTOGRAFIA E ORIENTAMENTO		
mercoledì	28 febbraio	LEZIONE PRESSO LA SEDE SOCIALE - NODI E MANOVRE (principali nodi e corda di sicurezza)		
mercoledì	13 marzo	LEZIONE PRESSO LA SEDE SOCIALE - LA PREPARAZIONE DELL'ESCURSIONE		
mercoledì	27 marzo	LEZIONE PRESSO LA SEDE SOCIALE - PRIMO SOCCORSO		
mercoledì	10 aprile	LEZIONE PRESSO LA SEDE SOCIALE - LA SPELEOLOGIA		
mercoledì	24 aprile	LEZIONE PRESSO LA SEDE SOCIALE - LA PREPARAZIONE DELL'USCITA VIA FERRATA		

