

## Caro amico e socio

Caro amico e socio

Abbiamo deciso di proporre un programma dove riconfermiamo attività consolidate e dove vi è inserita una novità. Per quanto riguarda le conferme, si inizia con le suggestive uscite invernali dedicate allo sci di fondo e alle ciaspole nelle più belle località invernali che le nostre Alpi ci offrono. Anche quest’anno viene organizzato un corso di Nordic-Walking gestito da istruttori titolati; abbiamo voluto riproporlo visto il successo ottenuto lo scorso anno. Riproponiamo escursionismo di base per i neofiti ed escursionismo per i più esperti. Continua il trekking dell’alta via numero 1 delle Dolomiti percorrendo quest’anno la quinta e la sesta tappa di questo tour. Viene anche confermata la gita della PACE che è ormai diventato un appuntamento fisso che condividiamo con le sezioni limitrofe e con gli amici del “Tavolo della Pace”. Abbiamo rinnovato anche l’adesione alla gita intersezionale proposta dal CAI di Rovato. Naturalmente vengono confermate le serate di formazione per frequentare in sicurezza l’ambiente alpino e necessarie per poter partecipare alle gite alpinistiche. Quest’anno la formazione si concluderà con una meta accattivante alla Capanna Margherita sul gruppo del Rosa; un’occasione per i soci che lo vorranno di raggiungere il rifugio più alto in Europa. Inoltre sono confermate le escursioni di cicloturismo, il corso di Alpinismo Giovanile e le uscite del CAI Family.

La novità che abbiamo voluto introdurre riguarda l'Ottobrata Sociale che quest'anno consiste in un Trekking Urbano. Visiteremo la città di Torino. La scelta non è casuale infatti ci stiamo avvicinando al 150° anniversario del sodalizio ed abbiamo deciso di andare a visitare la sede storica del CAI dove c'è anche la biblioteca e il museo nazionale dell'associazione. E' un'ulteriore opportunità che vogliamo offrire ai nostri soci.

Per concludere, il mio pensiero va al nostro presidente onorario Guido Del-frate che ci ha lasciato. Con la sua scomparsa, viene a mancare uno dei soci fondatori della nostra sezione. Ricordo volentieri Guido perché è stata una delle persone con cui ho condiviso tante giornate passate in montagna quando ancora ero bambino. Da lui mi è stata trasmessa la passione e il rispetto per la montagna. Questo è quello che un socio CAI dovrebbe trasmettere a chi vuole avvicinarsi alla montagna e questo è quello che una sezione del CAI dovrebbe trasmettere ai suoi soci. Noi facciamo di tutto per far sì che questo avvenga.

Il Presidente  
Bruno Massetti

## Cai Family

Gite semplici adatte a famiglie con bimbi. E’ l’avvicinamento naturale alla montagna.

<b>4 Marzo</b>	Baita Faeto da Sarnico verso il Bronzone
<b>29 Aprile</b>	Corna Trentapassi Da Zone
<b>20 Maggio</b>	Diga del Gleno Val di Scalve
<b>10 Giugno</b>	Laghetti di Bruffione Piana del Gaver
<b>24 Giugno</b>	Rifugio Aviolo Da Vezza D’Oglio Alta Vallecamonica
<b>16 Settembre</b>	Monte Comer Da Briano di Gargnano
<b>06/07 Ottobre</b>	Ottobratina sociale Con pernottamento in rifugio

### Serate ed eventi

<b>25 febbraio</b>	Salone Marchettiano Chiari Assemblea ordinaria di Sezione
<b>28 Ottobre</b>	Ottobrata. Trekking Urbano a Torino
<b>22 Dicembre</b>	Salone Marchettiano Chiari. Serata della Montagna

## Sci di fondo e Ciaspole

6 gite di sci di fondo e ciaspole in noti comprensori sciistici. Previa iscrizione è organizzata una formazione con istruttore, per l’apprendimento delle tecniche di base di sci di fondo passo classico.

<b>13 Gennaio</b>	Incontro formativo in sezione Nivologia e uso materiali
<b>15 Gennaio</b>	Altopiano Folgaria Lavarone Centro fondo Millegrobbe Vezzena Percorso segnalato per ciaspole e Nordic Walking
<b>22 Gennaio</b>	Passo San Pellegrino da Moena val di Fassa Centro del Fondo Alochet Con le ciaspole da Passo San Pellegrino (1907m); a Rifugio Fuchiade (1982m); e Forca Rossa (2490m) solo con innevamento ottimale.
<b>05 Febbraio</b>	Passo Campo Carlo Magno, Madonna di Campiglio Con le ciaspole verso la malga Bock in Val Gelada Esercitazione con Artva nell'apposito campo prova
<b>12 Febbraio</b>	Centro fondo Vermiglio in Val di Sole
<b>18/19 Febbraio</b>	Week-end con le ciaspole Sabato arrivo e pernottamento al Rifugio Trivena in val Breguzzo Domenica escursione accompagnati da guida locale

Troverai le relazioni dettagliate delle gite in sede oppure sul sito  
**www.caichiari.it**

## Escursionismo di base

Gite con dislivelli e difficoltà contenuti rivolte a coloro che desiderano iniziare a frequentare la montagna con il CAI.

<b>4 Marzo</b>	Baita Faeto e monte Bronzone da Sarnico
<b>23 Marzo</b>	Incontro formativo in sezione Materiali, Zaino e Alimentazione
<b>25 Marzo</b>	Liguria Riviera di Levante Manarola – Corniglia Percorrendo il sentiero Alto
<b>01 Aprile</b>	Valtrompia: Monte Ario da Piani di Vaghezza
<b>13 Aprile</b>	Incontro formativo in sezione Pianificazione gita
<b>15 Aprile</b>	Gita intersezionale Battello trekking Iseo, Tavernola , Predore, Iseo
<b>07 Ottobre</b>	Gita della Pace Sentiero Emiliano Rinaldini Da Belprato di Pertica Alta
<b>14 Ottobre</b>	Monte Colombina Da Ceratello con vista sul lago D’Iseo
<b>04 Novembre</b>	Escursione alla grotta “ Quattro Ossi” Pisogne
<b>18 Novembre</b>	Punta Almana e Trattoria Pastina Per finire in bellezza..

## Cicloturismo

Semplici ma accattivanti gite in bicicletta coordinate da guide nazionali della Scuola Italiana Mountain bike. Consigliato l'utilizzo di city bike e raccomandato l'uso del casco.

<b>16 Marzo</b>	Incontro formativo in sezione Come preparare la bicicletta per l’escursione
<b>18 Marzo</b>	“In Franciacorta da Ferghettina”
<b>29 Aprile</b>	“Girasile Treviso” Passeggiata sulle sponde del fiume Sile Combinata con Nordic Walking
<b>02/03 Giugno</b>	Week-end in “Austria - laghi di Villach” Lungo la Drava
<b>22 Luglio</b>	Ciclabile della “Valle dell’Adige”
<b>16 Settembre</b>	Ciclabile della “Valle Seriana”

### Nordic Walking

La tecnica della camminata nordica è “semplicemente” l’inserimento di due bastoncini nella camminata normale e naturale. Bastoncini che hanno la funzione di spinta per coinvolgere il maggior numero di muscoli possibile al fine di aumentare il dispendio energetico.

<b>Sabato 24 Marzo</b>	Chiari “Parco Villa Mazzotti”
<b>Sabato 31 Marzo</b>	Roccafranca “ Parco dell’Oglio”
<b>Sabato 14 Aprile</b>	Erbusco “ Colline della Franciacorta”
<b>Sabato 21 Aprile</b>	Rovato “ Sui sentieri del Montorfano”
<b>Domenica 29 Aprile</b>	“Girasile Treviso” Passeggiata sulle sponde del fiume Sile. Combinata con Cicloturismo

## Escursionismo

Classiche gite escursionistiche in ambiente montano che richiedono, per dislivello e sviluppo, un minimo di preparazione fisica

<b>06 Maggio</b>	Malghe e Cima Bles da Canè (alta Vallecamonica)
<b>27 Maggio</b>	Corna Trentapassi da Vello Ritorno da Toline e ciclabile lungo il lago
<b>16/17 Giugno</b>	Minitrekking da Valbondione al rifugio Barbellino (pernottamento) dal rifugio Barbellino al rifugio Coca e ritorno a Valbondione
<b>14/15 Luglio</b>	Alta via numero uno delle Dolomiti Tappa dal passo Falzarego a Passo Staulanza Pernottamento al rifugio Palmieri a Croda dell’Alpe
<b>23 Settembre</b>	Val Daone da Passo di Campo al Monte Re Castello

### Palestra di arrampicata

Da Ottobre a Giugno il Lunedì e il Mercoledì dalle ore 20.30 alle 22.00 - Presso la palestra delle Scuole Medie “Toscanini”

### Palestra ginnica

Da Ottobre a Giugno il Lunedì e il Mercoledì dalle ore 20.00 alle 21.00 - Presso la palestra delle Scuole Medie “Toscanini”

La Sezione ha la sede in via Cavalli, 22.  
Aperta ogni giovedì dalle ore 20:45 alle ore 23:00

Tel. e Fax: 030.7001309 - Cell. per gite: 331.4638428  
Sito web: [www.caichiari.it](http://www.caichiari.it) - E-mail: [posta@caichiari.it](mailto:posta@caichiari.it)

## Alpinismo e Formazione

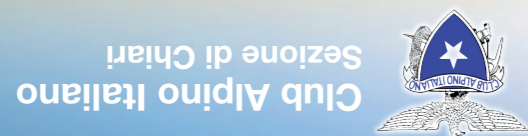
Gite che richiedono conoscenza del materiale, delle tecniche di progressione su ghiaccio e roccia e ottima preparazione fisica. Obbligatoria la frequentazione delle specifiche serate di formazione. Per motivi organizzativi l’adesione alla formazione va confermata entro Giovedì 19 Maggio

<b>Formazione</b>	
<b>11 Giugno</b>	Palestra Toscanini: Materiali e utilizzo set da ferrata
<b>13 Giugno</b>	Palestra Toscanini: Nodi e Cordini
<b>18 Giugno</b>	Palestra Toscanini: Nodi e Cordini
<b>20 Giugno</b>	Palestra Toscanini: Nodi e manovre in cordata su ghiaccio
<b>25 Giugno</b>	Palestra Toscanini: Formazione cordata a 2 e 3 componenti
<b>27 Giugno</b>	Palestra Toscanini: Trattenuta di emergenza della corda e messa in sicurezza
<b>Uscite</b>	
<b>30 Giugno e 01 Luglio</b>	Monte Rosa Capanna Margherita Pernottamento al rifugio Gnifetti Sabato: manovre di corda su neve Domenica ascensione al Monte Rosa mt 4556
<b>29 Luglio</b>	Presena Sentiero dei fiori dal passo Paradiso (via attrezzata con ponti panoramici aerei)

## Alpinismo Giovanile

Corso di avvicinamento alla montagna dedicato ai ragazzi dagli 8 ai 14 anni. Per favorire la condivisione delle diverse esperienze, alcune gite del corso coincidono con quelle del programma sociale.

<b>28 Gennaio</b>	Coccaglio (Sabato sera) Presentazione del corso
<b>05 Febbraio</b>	Passo Campo Carlo Magno, Madonna di Campiglio Con le ciaspole verso la malga Bock in Val Gelada Esercitazione con Artva nell'apposito campo prova
<b>25 marzo</b>	Liguria riviera di levante Manarola – Corniglia Percorrendo il sentiero Alto
<b>15 Aprile</b>	Gita intersezionale Battello trekking Iseo, Tavernola , Predore, Iseo
<b>21-22 Aprile</b>	Gandino Week-End in baita autogestita
<b>20 Maggio</b>	Gita Intersezionale scuola “zio Berto”
<b>01-02 Settembre</b>	Piani d’Erba (Lecco) Attendamento Regionale
<b>07 Ottobre</b>	Gita della Pace Sentiero Emiliano Rinaldini Da Belprato di Pertica Alta
<b>04 Novembre</b>	Escursione alla grotta “ Quattro Ossi” Pisogne



Club Alpino Italiano  
Sezione di Chiari

**PROJECT**  
S.R.L.  
AGENZIA GENERALE

Project S.n.c. di Dell'Angelo e C.

Sempre al tuo fianco, in sicurezza

Uffici

Chiari (Bs) via Consorzio Agrario, 11  
Tel. e Fax 030 7000336

Romano di Lombardia (Bg) via Piave, 4  
Tel. e fax 0363 910240

Costa Volpino (Bg) via Nazionale, 239  
Tel 035 970355, fax 035 970683

SubAgenzie

Caravaggio (Bg) piazza Locatelli, 6  
Tel. e fax 0363 50508

**Unipol**  
ASSICURAZIONI

VENERDI  
**13** Gennaio

**FONDO E CIASPOLE**  
Incontro formativo in sezione  
Nivologia e uso materiali

DOMENICA  
**15** Gennaio

**FONDO E CIASPOLE**  
Altopiano Folgaria Lavarone - Centro fondo  
Millegrobbe Vezzena Percorso segnalato per  
ciaspole e Nordic Walking

DOMENICA  
**22** Gennaio

**FONDO E CIASPOLE**  
Passo San. Pellegrino da Moena (Val di Fassa)  
Centro del Fondo Alochet con le ciaspole da Passo  
San Pellegrino a Rifugio Fuchiade e Forca Rossa

DOMENICA  
**05** Febbraio

**FONDO E CIASPOLE**  
Passo Campo Carlo Magno  
Madonna di Campiglio

DOMENICA  
**12** Febbraio

**FONDO**  
Vermiglio (Val di Sole)  
Centro fondo

SABATO - DOMENICA  
**18-19** Febbraio

**CIASPOLE \***  
Val Breguzzo Week-end con le ciaspole  
Sabato arrivo e Pernottamento al Rifugio Trivena  
Domenica escursione accompagnati da guida locale

SABATO  
**25** Febbraio

**EVENTI**  
Chiari - Salone Marchetti  
Assemblea ordinaria di sezione

DOMENICA  
**04** Marzo

**ESCURSIONISMO DI BASE**  
Sarnico - Gita di apertura  
Baita Faeto e monte Bronzone (con il CAI Family)

VENERDI  
**16** Marzo

**CICLOTURISMO**  
Incontro formativo in sezione  
Come preparare un'escursione in Bicicletta

DOMENICA  
**18** Marzo

**CICLOTURISMO**  
Franciacorta  
In Franciacorta da Ferghettina

VENERDI  
**23** Marzo

**ESCURSIONISMO DI BASE**  
Incontro formativo in sezione  
Materiali, zaino e alimentazione

SABATO  
**24** Marzo

**NORDIC WALKING**  
Chiari  
Parco Villa Mazzotti

DOMENICA  
**25** Marzo

**ESCURSIONISMO DI BASE**  
Liguria - Riviera di Levante  
Manarola - Corniglia (Sentiero Alto)

SABATO  
**31** Marzo

**NORDIC WALKING**  
Roccafranca  
Parco dell'Oglio

DOMENICA  
**01** Aprile

**ESCURSIONISMO DI BASE**  
Valtrompia  
Monte Ario da Piani di Vaghezza

VENERDI  
**13** Aprile

**ESCURSIONISMO DI BASE**  
Incontro formativo in sezione  
Pianificazione di una gita

SABATO  
**14** Aprile

**NORDIC WALKING**  
Erbusco  
Colline della Franciacorta

DOMENICA  
**15** Aprile

**ESCURSIONISMO DI BASE**  
Gita intersezionale  
Battello - Trekking  
Iseo, Tavernola, Predore, Iseo

SABATO  
**21** Aprile

**NORDIC WALKING**  
Rovato  
Sentiero sul Montorfano

DOMENICA  
**29** Aprile

**CAI FAMILY**  
Sebino  
Corna Trenta Passi da Zone

DOMENICA  
**29** Aprile

**CICLOTURISMO**  
Girasile (Treviso)  
Bicicletta sulle sponde del fiume Sile  
Combinata con Nordic Walking

DOMENICA  
**06** Maggio

**ESCURSIONISMO**  
Canè (alta Valcamonica)  
Malghe e Cima Bles

DOMENICA  
**20** Maggio

**CAI FAMILY**  
Val di Scalve  
Diga del Gleno

DOMENICA  
**27** Maggio

**ESCURSIONISMO**  
Sebino  
Corna Trentapassi da Vello  
Ritorno da Toline e ciclabile lungo il lago

SABATO - DOMENICA  
**02-03** Giugno

**CICLOTURISMO \***  
Villach (Austria)  
Week-end

DOMENICA  
**10** Giugno

**CAI FAMILY**  
Piana del Gaver  
Lagheti di Bruffione

LUNEDI  
**11** Giugno

**FORMAZIONE**  
Formazione per Alpinistiche - Palestra Toscanini  
Materiali e utilizzo set da ferrata

MERCOLEDI  
**13** Giugno

**FORMAZIONE**  
Formazione per Alpinistiche - Palestra Toscanini  
Nodi e Cordini

SABATO - DOMENICA  
**16-17** Giugno

**ESCURSIONISMO \***  
Orobic - Minitrekking da Valbondione al rifugio Barbellino (pernottamento) Dal rifugio Barbellino al rifugio  
Coca e ritorno a Valbondione

LUNEDI  
**18** Giugno

**FORMAZIONE**  
Formazione per Alpinistiche - Palestra Toscanini  
Nodi e Cordini

MERCOLEDI  
**20** Giugno

**FORMAZIONE**  
Formazione per Alpinistiche - Palestra Toscanini  
Nodi e manovre in cordata su ghiaccio

DOMENICA  
**24** Giugno

**CAI FAMILY**  
Alta Valcamonica  
Rifugio Aviolo da Vezza D'Oglio

LUNEDI  
**25** Giugno

**FORMAZIONE**  
Formazione per Alpinistiche - Palestra Toscanini  
Formazione cordata a 2 e 3 componenti

MERCOLEDI  
**27** Giugno

**FORMAZIONE**  
Formazione per Alpinistiche - Palestra Toscanini  
Trattenuta di emergenza della corda e messa in  
sicurezza

SABATO - DOMENICA  
**30-01** Giugno  
Luglio

**ALPINISMO \***  
Monte Rosa  
Capanna Margherita mt 4556  
Pernottamento al rifugio Gnifetti

SABATO - DOMENICA  
**14-15** Luglio

**ESCURSIONISMO \***  
Alta via numero uno delle Dolomiti  
Dal passo Falzarego al Passo Staulanza  
Pernottamento al rifugi Palmieri a Croda dell'Alpe

DOMENICA  
**22** Luglio

**CICLOTURISMO**  
Veneto - Trentino  
Lungo "la Valle dell'Adige"

DOMENICA  
**29** Luglio

**ALPINISMO**  
Presena  
Sentiero dei fiori dal passo Paradiso  
via attrezzata con ponti panoramici aerei

DOMENICA  
**16** Settembre

**CAI FAMILY**  
Lago di Garda  
Monte Comer  
Da Briano di Gargnano

DOMENICA  
**16** Settembre

**CICLOTURISMO**  
Val Seriana  
Ciclabile della Valle Seriana

DOMENICA  
**23** Settembre

**ESCURSIONISMO**  
Val Daone  
Da Passo di Campo al monte Re Castello

SABATO - DOMENICA  
**06-07** Ottobre

**CAI FAMILY \***  
Ottobrattina sociale  
Con pernottamento in rifugio

DOMENICA  
**07** Ottobre

**ESCURSIONISMO DI BASE**  
Gita della Pace - intersezionale  
Sentiero Emiliano Rinaldini da Belprato  
di Pertica Alta

DOMENICA  
**14** Ottobre

**ESCURSIONISMO DI BASE**  
Sebino  
Monte Colombina da Ceratello

DOMENICA  
**28** Ottobre

**EVENTI**  
Ottobrattina sociale  
Trekking Urbano a Torino

DOMENICA  
**04** Novembre

**ESCURSIONISMO DI BASE**  
Pisogne  
Escursione alla grotta "Quattro Ossi"

DOMENICA  
**18** Novembre

**ESCURSIONISMO DI BASE**  
Per finire in bellezza ...  
Punta Almana e Trattoria Pastina

SABATO  
**22** Dicembre

**EVENTI**  
Chiari - Salone Marchetti  
Serata della Montagna

\* Iscrizione e versamento caparra 15 giorni prima della data programmata

**ERBORISTERIA**  
**il germoglio**  
dalla natura, il meglio!  
Via Cortezano, 6 - CHIARI (BS)  
Tel. 0307101054  
E-mail: qstro@tin.it

**CITROËN**  
**CONCESSIONARIA**  
**GOZZINI**  
CHIARI - ROVATO

**La Valsabbina**  
1898  
**BANCA VALSABBINA**  
Filiale di CHIARI - via Mellini 11 - tel. 030 711923  
www.lavalsabbina.it - chiari.17@lavalsabbina.it