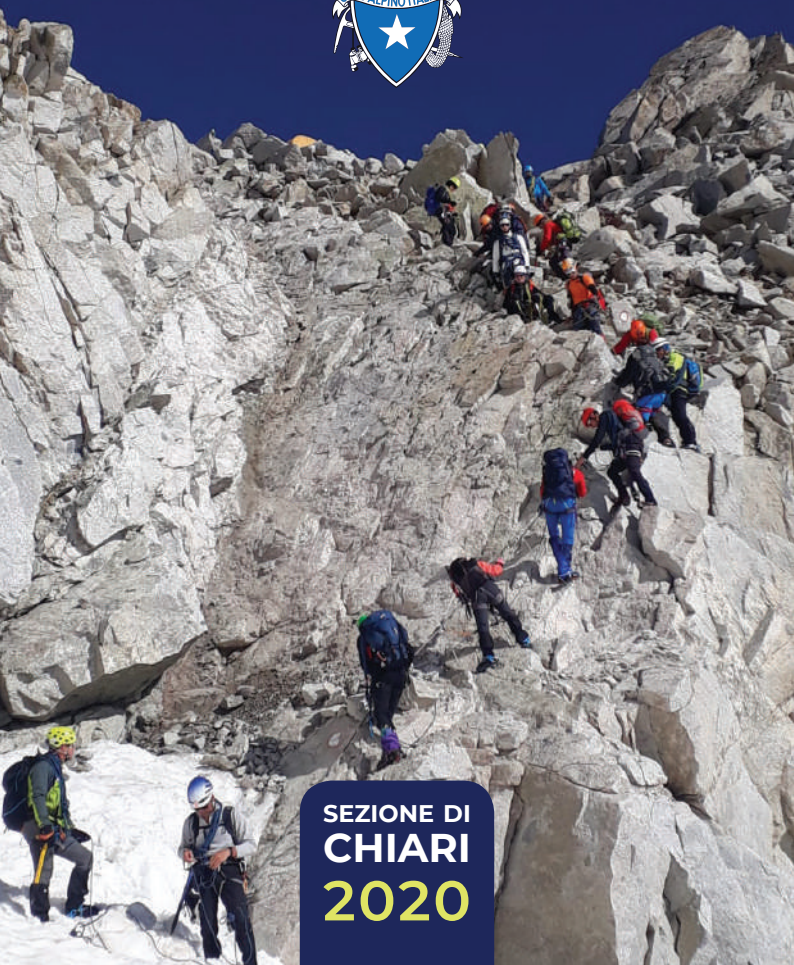


# CLUB ALPINO ITALIANO



SEZIONE DI  
**CHIARI**  
**2020**

Alla fine di questi tre anni di mandato dell'attuale Consiglio Direttivo è doveroso fare un piccolo bilancio dell'andamento della sezione.

È proseguito in questi ultimi anni il consolidamento dell'attività legata al **cicloturismo**. Grazie alle nostre guide, Alberto e Maurizio e alla loro meticolosa

pianificazione, i programmi proposti finora hanno sempre avuto un grande successo ed avvicinato, ad ogni stagione, nuovi "amanti del pedale". In tutti questi anni i nostri istruttori ci hanno davvero insegnato ad utilizzare la bicicletta in modo sicuro e ci hanno permesso di apprezzare da un punto di vista originale i luoghi visitati sulle due ruote.

Per le sue caratteristiche e per il grande impegno economico e organizzativo che questa attività richiede, la stessa proseguirà nel 2020, ma non più sotto l'egida del CAI. Gli appassionati di questa specialità potranno così continuare a praticarla anche se in ambito diverso. Auguriamo agli organizzatori il successo che meritano.

Le nostre guide proseguiranno, in ambito CAI, ad organizzare e seguire le escursioni di **Mountain Bike**. Questa specialità, come deciso dal Consiglio Direttivo e grazie alla spinta delle nuove tecnologie, ha avuto in questi ultimi anni un notevole incremento. Sempre di più sono i bikers che, con le loro biciclette assistite, affrontano i sentieri impegnativi siano essi proposti nel programma siano essi decisi in maniera estemporanea dai nostri istruttori.

Nel programma 2020 troverai alcune proposte "combinare" MTB - Escursionismo: è una formula collaudata nel 2019 e che, grazie al gradimento ottenuto, vogliamo riproporre.

Per quanto riguarda l'**escursionismo** tradizionale abbiamo dovuto registrare un calo di interesse negli ultimi anni. Ciò induce ad una riflessione. Probabilmente la causa è di tipo generazionale: da alcuni anni i nuovi iscritti giovani (che sono sempre in aumento), preferiscono specialità più adrenaliniche quali l'alpinismo, l'escursionismo avanzato o l'arrampicata.

Per fortuna, per gli amanti della passeggiata in natura con difficoltà abbordabili non mancano le occasioni: le escursioni del **CAI Family**, che compie ormai vent'anni, sono un'ottima occasione per frequentare ambienti montani ricchi di fascino.

Il suo programma è pensato per le famiglie con bambini. Nel corso del tempo si sono avvicendati vari responsabili e i partecipanti sono cambiati in funzione dell'età dei loro figli. Questi ultimi, arrivati

all'adolescenza, preferiscono seguire altre strade. Nonostante ciò, alcuni genitori continuano a frequentare la montagna con il CAI Family.

Per questo motivo l'attività del CAI Family si è allargata e il programma propone escursioni con percorrenza e dislivello di tutto rispetto diventando così, a tutti gli effetti, il programma di escursionismo di base.

Accennavo alla predisposizione dei **giovani verso l'alpinismo, l'escursionismo avanzato e l'arrampicata.**

Negli ultimi anni queste attività hanno avuto una positiva evoluzione. Questo grazie al gruppo di giovani che, con costanza, si è preso in carico la gestione della palestra di arrampicata. Installata nel 2004, essa è stata ampliata nel 2010 con la sezione boulder e nel 2017 con le nuove vie strapiombanti.

I gestori della palestra, hanno saputo interessare, allargare e motivare un gruppo omogeneo per età ed interessi che si misura anche in ambiente con le difficoltà e le altezze dei percorsi alpinistici. Nel programma 2020 non vengono precisate le date di alcune mete. Ciò si rende necessario per favorire sia la più larga partecipazione possibile, sia per assicurare la presenza di direttori di escursione con una preparazione tecnica, fisica e psicologica indispensabile per la conduzione di gruppi in attività di questo tipo.

È importante anche che chi partecipa sia consapevole e sappia affrontare eventuali situazioni critiche nel migliore dei modi. E' la ragione per la quale è obbligatoria la partecipazione alle sessioni primaverili di **formazione ed aggiornamento**. I nostri istruttori Michele e Fulvio, ogni anno trasferiscono ai neofiti le più recenti prescrizioni del CAI in termini di tecnica ed uso del materiale, affinché si affrontino con la massima sicurezza possibile le escursioni più impegnative ed appaganti.

È motivo di orgoglio sapere che alcuni di questi giovani, una volta acquisiti modi e strumenti, conducono una "vita alpinistica" autonoma e di tutto rispetto, condividendo le loro esperienze insieme ad altri giovani incontrati sulle vie delle nostre montagne.

Sempre nella palestra di arrampicata, ti segnalo l'attività rivolta ai bambini dai 6 ai 13 anni che abbiamo chiamato "Microclimbers". Grazie all'intuizione di Giuliana ed Egidio, siamo partiti quasi per scherzo qualche anno fa con circa una decina di piccoli arrampicatori. Quest'anno il loro numero ha raggiunto quota 40 e si è reso indispensabile raddoppiare le serate per permettere una gestione



proficua delle strutture e del tempo a disposizione. Un grazie soprattutto ai Climbers Senior che ci aiutano a “tenere a bada” i nostri piccoli ragnetti.

Il gruppo dirigente è attento ai giovani e l'impegno è cercare di evolvere il gruppo di microarrampicatori, facendo loro vivere anche esperienze in ambiente. La Notte Bianca sul Montorfano 2020 (e anche altre attività in cantiere ma non presenti nel programma) potrà essere preziosa per questo scopo.

**Fondo e Ciaspole.** Nonostante le bizzarrie meteorologiche, le escursioni sulla neve si sono consolidate ed hanno generato l'interesse anche delle sezioni amiche del CAI Montorfano con le quali si organizzano le prime due dell'anno. Sono stati introdotti weekend sulla neve, importanti per condividere anche i momenti senza sci o ciaspole ai piedi, magari davanti ad una tavola allegramente imbandita.

Il CAI è aperto al **territorio**: sia collaborando con le **scuole** sia partecipando a manifestazioni organizzate da associazioni locali e dall'Amministrazione comunale. Da alcuni anni il CAI organizza la serata “Una Montagna di Giochi” nella settimana delle Quadre. Questa apertura ci dà modo di seminare tra i giovani la passione per la montagna.

A livello intersezionale, da anni, siamo parte attiva del gruppo **“Sezioni CAI del Montorfano”** e, insieme al CAI di Cedegolo, della **Scuola Intersezionale di Alpinismo Giovanile** che ogni anno prepara nuovi accompagnatori sezionali provenienti da tutta la regione.

Insomma, la sezione di Chiari del CAI vuole esser parte attiva nella nostra comunità attuando nuove occasioni di partecipazione, sempre perseguendo gli obiettivi del nostro sodalizio che sono sintetizzati nella parte iniziale del nostro statuto:

*"Il Club alpino italiano (C.A.I.), fondato in Torino nell'anno 1863 per iniziativa di Quintino Sella, libera associazione nazionale, ha per iscopo l'alpinismo in ogni sua manifestazione, la conoscenza e lo studio delle montagne, specialmente di quelle italiane, e la difesa del loro ambiente naturale."*

Ringraziando i consiglieri uscenti auguro buon lavoro al nuovo consiglio direttivo.

A te, un buon cammino.

Valerio Vezzoli





# IN SICUREZZA SULLA NEVE

## SCALA EUROPEA DEL PERICOLO DI VALANGHE

Adottata in Austria, Francia, Germania, Italia, Scozia, Spagna e Svizzera.



SCALA DEL PERICOLO	STABILITÀ DEL MANTO NEVOSO	PROBABILITÀ DI DISTACCO DI VALANGHE
<b>DEBOLE</b> <b>1</b>	Il manto nevoso è in generale ben consolidato e stabile	Il distacco è generalmente possibile solo con un forte sovraccarico su pochissimi pendii ripidi estremi. Sono possibili solo piccole valanghe spontanee (così detti scaricamenti)
<b>MODERATO</b> <b>2</b>	Il manto nevoso è moderatamente consolidato su alcuni pendii ripidi, per il resto è ben consolidato	Il distacco è possibile soprattutto con un forte sovraccarico sui pendii ripidi indicati. Non sono da aspettarsi grandi valanghe spontanee
<b>MARCATO</b> <b>3</b>	Il manto nevoso presenta un consolidamento da moderato a debole su molti pendii ripidi ( $>30^\circ$ )	Il distacco è possibile con un debole sovraccarico soprattutto sui pendii ripidi indicati. In alcune situazioni sono possibili valanghe spontanee di media grandezza e, in singoli casi, anche grandi valanghe
<b>FORTE</b> <b>4</b>	Il manto nevoso è debolmente consolidato sulla maggior parte dei pendii ripidi ( $>30^\circ$ )	Il distacco è probabile già con un debole sovraccarico su molti pendii ripidi. In alcune situazioni sono da aspettarsi molte valanghe spontanee di media grandezza e, talvolta, anche grandi valanghe
<b>MOLTO FORTE</b> <b>5</b>	Il manto nevoso è in generale debolmente consolidato e per lo più instabile	Sono da aspettarsi numerose grandi valanghe spontanee, anche sul terreno moderatamente ripido



# SCI DI FONDO E CIASPOLE

Lo sci di fondo e la camminata con l'utilizzo delle ciaspole o racchette da neve, sono le discipline che si avvicinano all'escursionismo, praticabili quando il terreno è innevato.

Lo sci di fondo classico, si svolge su piste adeguatamente preparate con sviluppo ad anello, mentre lo sci di fondo escursionistico e

la camminata con le ciaspole si svolgono al di fuori di tracciati battuti e preparati. Il programma prevede quattro appuntamenti che potranno subire variazioni tenendo conto delle condizioni neve; gli aggiornamenti saranno pubblicati sulla pagina Facebook  fondociaspolecaichiari- e WhatsApp  nel gruppo fondociaspole.

Il giovedì sera presso la sede di Via Cavalli verranno raccolte le adesioni con il contributo spese richiesto.

## **VENERDÌ** **SERATA DI FORMAZIONE**

**17 GENNAIO** *presso la sede Via Cavalli 22*

**ORE 20,45** Incontro formativo per conoscere materiali, consigli per l'abbigliamento e nozioni per la lettura del bollettino meteo e valanghe

## **DOMENICA** **VALTELLINA SANTA CATERINA VALFURVA**

**19 GENNAIO** GITA INTERSEZIONALE CAI MONTORFANO

Sci di fondo: Centro fondo la Fonte anelli da 5 e 10 km  
Ciaspole: Da Santa Caterina mt. 1738 al Rifugio Forni mt. 2178 difficoltà media/facile

Si consiglia di portare anche i ramponcini

Viaggio in Pullman

(In caso di mancanza neve l'escursione sarà spostata in Engadina in Svizzera)

## **DOMENICA** **SAN MARTINO DI CASTROZZA**

**9 FEBBRAIO** GITA INTERSEZIONALE CAI MONTORFANO

Sci di fondo Centro fondo Prà delle Nasse nelle vicinanze del paese

Ciaspole: escursione alle pendici delle Pale di San Martino accompagnati dalla guida Antonio Bonet, difficoltà medio/facile

Viaggio in Pullman



## **DOMENICA BOSCO CHIESANUOVA**

**23 FEBBRAIO** Sci fondo: centro fondo Alta Lessinia. da Bocca di Selva a malga S.Giorgio  
Ciaspole: percorso medio/facile tra i dossi dell'altopiano  
Viaggio in Pullman  
In caso di mancato innevamento definiremo altra località

**07/08  
MARZO**

## **WEEKEND SULLA NEVE IN ALTO ADIGE**

**SABATO**

Sci di Fondo: Pista del Sole di Casera  
Ciaspole: a zonzo per la valle Aurina

**DOMENICA**

Sci di Fondo: Selva di Val Gardena in Val Lunga  
Ciaspole: a zonzo per la Val Gardena

Pernottamento nelle vicinanze di Bressanone

Viaggio in Pullman

Per esigenze logistiche iscriversi entro 20 Febbraio







## ESCURSIONISMO DI BASE

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

01 MARZO	<b>MONTISOLA</b> In collaborazione con CAI Family	
29 MARZO	<b>DA SALE MARASINO A MARONE PER LA VIA VALERIANA</b> - Treno Trekking	
26 APRILE	<b>RIO CAINO</b> Visita guidata al museo etnografico	
10 MAGGIO	<b>RESEGONE DA BRUMANO</b> In collaborazione con CAI Family	
07 GIUGNO	<b>LAGHI DI VALGOGLIO</b> In collaborazione con CAI Family	
21 GIUGNO	<b>LAGO DI BOS</b> In collaborazione con CAI Family	
27/28 GIUGNO	<b>MONTE PIANA E LAGO SORAPIS</b> in collaborazione con il gruppo Mountain Bike	
19 LUGLIO	<b>RIFUGIO BOZZI DA CASE DI VISO</b> In collaborazione con CAI Family	
25/26 LUGLIO	<b>PETIT MONT BLANC</b> In collaborazione con Alpinismo	
17/22 AGOSTO	<b>TREKKING DEL GRAN SASSO</b>	
20 SETTEMBRE	<b>MONTE CORNO DA LEDRO</b>	
27 SETTEMBRE	<b>PIZ TRI DA MALONNO</b> in collaborazione con il gruppo Mountain Bike	
04 OTTOBRE	<b>MONTE MUFFETTO</b> In collaborazione con CAI Family	
17/18 OTTOBRE	<b>RIFUGIO VAL DI FUMO</b> OTTOBRATA SOCIALE In collaborazione con CAI Family	
25 OTTOBRE	<b>GITA DELLA PACE: SENTIERO CADUTI PER LA LIBERTÀ DI MURA, NASEGO, STECLE DI NOFFO</b>	
08 NOVEMBRE	<b>DIGA DEL VAJONT</b>	



# PROJECT<sup>S.N.C.</sup>

AGENZIA GENERALE

Project S.n.c. di Dell'Angelo Maurizio Do Lorenzo & C.

---

*...abbastanza grandi per seguirti su tutto,  
abbastanza piccoli per sapere chi sei....*

*vieni a trovarci su [www.unipolproject.it](http://www.unipolproject.it)*

---

I nostri Uffici:

**Chiari (BS)**

via Consorzio Agrario, 11 - ☎ e Fax 030 7000336

✉ [chiari@unipolproject.it](mailto:chiari@unipolproject.it)

**Romano di Lombardia (BG)**

via Piave, 4 - ☎ e Fax 0363 910240

✉ [romano@unipolproject.it](mailto:romano@unipolproject.it)

**Lovere - Costa Volpino (BG)**

via Nazionale, 239 - ☎ 035 970355 Fax 035 970683

✉ [sede@unipolproject.it](mailto:sede@unipolproject.it)

La nostra SubAgenzia:

**Caravaggio (BG)**

Piazza Locatelli, 6 - ☎ e Fax 0363 50508

✉ [caravaggio@unipolproject.it](mailto:caravaggio@unipolproject.it)

**UnipolSai**  
ASSICURAZIONI



## TREKKING

Per il 2020, la sezione ha pensato di proporre alcune escursioni senza particolari difficoltà, adatte a tutti ma con percorsi di media e lunga distanza che richiedono doti di buon camminatore. Nostro obiettivo è il piacere di percorrere il territorio con tempi non necessariamente misurati

per raggiungere una cima, per ammirare l'ambiente che ci circonda, in compagnia di chi condivide la nostra stessa passione.

Queste attività sono organizzate con la caratteristiche di Trekking di due o più giorni con alloggio in rifugio.

---

### **23/24 Maggio Mini Trekking “Le montagne di casa” sul percorso della mitica corsa Proai Gölem: maratone del Guglielmo**

**SABATO:** Partenza dalla stazione ferroviaria di Provaglio d'Iseo. Percorreremo l'itinerario della famosa corsa “Proai Gölem” passando dalla Madonna del Corno, Polaveno, Nistisino, Pastina, forcella di Sale Marasino per arrivare al rifugio Croce di Marone mt.1166 dove pernosteremo.

Tempo di percorrenza: circa 6/7 ore Dislivello: +1300mt -400mt Lunghezza: km 24

**DOMENICA:** Ci aspetta il traguardo del percorso della corsa, il rifugio Almici mt.1861 e poi la vetta del Monte Guglielmo mt.1948 al Monumento del Redentore. La discesa passerà dal noto Roccolo delle 13 Piante per poi raggiungere la Malga Aguina, la Croce di Zone ed infine l'abitato di Zone. Da qui con pullman di linea andremo a Marone ed in treno raggiungeremo la stazione di Provaglio d'Iseo dove si è lasciato l'auto.

Tempo di percorrenza: circa 5/6 ore Dislivello: +900mt -1400mt

lunghezza: Km 20

Per informazioni vedere sito: [www.maratonadelguglielmo.it](http://www.maratonadelguglielmo.it)

Dovendo prenotare l'alloggio in rifugio si chiede di confermare l'adesione entro il 07/05/ 2020

## **27/28 Giugno Mini Trekking “Dolomiti Ampezzane” Escursione abbinata alla Mtb**

**SABATO** Escursione al monte Piana mt. 2325

Raggiunto Cortina d'Ampezzo, dove torneremo per il pernottamento, il viaggio prosegue per Passo Cima Banche dove inizieranno l'escursione i Bikers mentre noi continueremo per il lago Misurina Mt.1756.

Da lì inizia il percorso su comoda mulattiera per il rifugio Bosi mt.2205 posto sull'altopiano del Monte Piana uno dei fronti di combattimento più cruenti durante il primo conflitto mondiale ed oggi museo all'aperto alla memoria, meta della nostra escursione, al cospetto delle Tre Cime Di Lavaredo.

Per informazioni vedere sito: [www.montepiana.com](http://www.montepiana.com)

**DOMENICA** Escursione al Lago Sorapis mt.1928

Giro ad anello con partenza e arrivo dal passo tre Croci mt. 1860 passando per il rifugio Vandelli al Sorapis mt.2205 ed il lago omonimo nelle immediate vicinanze, uno dei luoghi più belli delle Dolomiti dalle azzurrissime acque

Per informazioni vedere sito: [www.laghetalpini.com](http://www.laghetalpini.com)

Viaggio in Pullman abbinato a escursione MTB

---

## **11/12 Luglio Mini Trekking “Giro del Confinale” in Valtellina Alla scoperta dei rifugi più belli dell'alta Valtellina tra la Val Zebrù e la Valle dei Forni**

**SABATO** Raggiunta Santa Caterina ValFurva, lasciamo l'auto presso il rifugio Forni mt. 2220. Da qui si sale per comoda mulattiera al rifugio Pizzini mt. 2706 per poi inerpicarci su ripido sentiero per raggiungere il Passo Zebrù mt. 3000. Per vari salì scendi si arriverà al Rifugio V Alpini mt. 2877, gestito dalla famiglia Bariselli, nostri soci della sezione, dove pernosteremo.

Tempo di percorrenza: circa 5/6 ore. Dislivello +1100mt -400mt

**DOMENICA** Si scende nella magnifica Val Zebrù fino al bivio nei pressi del Rifugio Campo mt. 2009, da qui aggirando il Monte Confinale passeremo



mo per Malga Confinale, l'agriturismo Ables per poi raggiungere il Rifugio Forni dove si è lasciato l'auto.

Per informazioni vedere sito: [www.giodelconfinale.it](http://www.giodelconfinale.it)

Dovendo prenotare l'alloggio in rifugio si chiede di confermare l'adesione entro il 11/06/2020.

---

## **17/21 Agosto Trekking “Gran Sasso”**

**PRIMA GIORNATA:** viaggio con sosta e visita alle grotte di Frasassi prima di raggiungere l'alloggio al rifugio a Campo Imperatore dove pernosteremo per l'intero periodo.

**SECONDA, TERZA, QUARTA GIORNATA:** dedicate a escursioni sull'altopiano con ascensione al Corno Grande

**QUINTA GIORNATA** dopo una sosta con visita guidata a L'Aquila si ritorna a Chiari

Viaggio in Pullman se viene raggiunto il numero minimo di partecipanti.

Dovendo definire il viaggio e prenotare l'alloggio si chiede di confermare l'adesione entro il 25/06/2020.



# 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. Continua l’attività nel 2020 con uscite di sabato o in coincidenza con le gite del programma escursionistico.

Vi invitiamo a frequentare la sede il giovedì sera, a consultate il sito [www.caichiari.it](http://www.caichiari.it) e Facebook-Nordic Walking dove vi terremo aggiornati.









## **FORMAZIONE E AGGIORNAMENTO**

**per Direttori di Escursione e Accompagnatori. Attività fantasma per una crescita concreta.**

A cura della Commissione Aggiornamento e Aspetti Tecnici.

Una gita sezionale è il risultato di un lavoro complesso. Tanto più la salita è impegnativa, maggiore è la preparazione che ne sta a monte. La gita viene analizzata in ogni dettaglio: vi è lo studio del percorso sulla carta, la ricerca di accompagnatori esperti, la lista dell'attrezzatura che sarà necessaria. Si tiene sempre un sopralluogo in cui viene valutata la difficoltà del percorso, eventuali punti di appoggio e vie di fuga. Si passa poi alla raccolta delle iscrizioni, alla prenotazione del rifugio e dei mezzi di trasporto.

Tra questi aspetti, la preparazione degli accompagnatori è fondamentale.

La Sezione ha il dovere, nei confronti del Socio, di affidare la direzione e l'accompagnamento di una gita a persone competenti, in grado di affrontare e gestire situazioni anche complesse.

Il CAI Chiari, da qualche anno, ha iniziato un percorso di formazione/aggiornamento dedicato esclusivamente ai direttori di escursione e agli accompagnatori che dirigono e accompagnano le gite sezionali più impegnative.

Sono incontri teorici e pratici guidati da Fulvio e Michele, istruttori di alpinismo del CAI. Si svolgono nelle poche domeniche libere o la sera dopo il lavoro, per la gioia dei partecipanti!

Ricerca ARTVA, tecniche di corda, manovre di autosoccorso, BLS - Basic Life Support (a cura del nostro socio Luca della Commissione Sanitaria del CAI). Sono solo alcuni degli argomenti sui quali periodicamente ci confrontiamo, perché "senza preparazione e capacità tecniche non c'è avventura, ma solo imprudenza!".



## **ESCURSIONISMO AVANZATO**

Gli “Arditi Partiti” sono un gruppo di ragazzi e ragazze uniti dalla passione per l'andare in montagna, sempre alla ricerca di nuovi orizzonti e avventure, andando, molte volte, oltre il sentiero tracciato. Amicizia, buon senso, tecnica e passione!

Chi prende parte alle nostre uscite sa che potrà contare su un gruppo di compagni, una cordata su cui poter fare affidamento, ma che, allo stesso tempo, richiede ai partecipanti di tenere un buon allenamento durante l'anno e di valutare personalmente le proprie condizioni (per ogni info e consiglio ci trovate in Sezione e su whatsapp!).

**MARZO**  
data da definire

**EE CRESTA SUD AL CASTELLO DI GAINO**  
Seguire i social

**MAGGIO**  
data da definire

**EE GRIGNETTA DALLA CRESTA SINIGALIA**  
Seguire i social

**GIUGNO**  
data da definire

**EE CORNONE DI BLUMONE**  
Seguire i social







# ALPINISMO

## ALPINISMO: FATICA CHE RIPAGA!

Escursioni impegnative che si svolgono prevalentemente in alta montagna e su terreni complessi.

Richiedono conoscenza del materiale, delle tecniche di progressione su ghiaccio

e roccia e ottima preparazione psico-fisica. Posti limitati.

La richiesta di iscrizione dovrà pervenire esclusivamente alla segreteria della Sezione nel periodo indicato nelle locandine specifiche di ogni gita. Le richieste di iscrizione saranno selezionate secondo criteri di idoneità tecnica e psicofisica.

La Sezione, se lo riterrà necessario, si riserva di organizzare specifici incontri formativi (anche in ambiente) ai quali gli iscritti sono tenuti a partecipare, pena l'esclusione dalla gita. Le date degli incontri saranno comunicate al momento dell'iscrizione alla gita.

**LUGLIO**

**EEA FERRATA CORNI DI GREVO**

data da definire

**25/26 LUGLIO**

**EEA PETIT MONT BLANC**

Pernottamento in Camping in Val Veny e possibilità di escursionistica al Rifugio Elisabetta.

## FORMAZIONE OBBLIGATORIA





*dalla natura,  
il meglio!*



# Erboristeria il Germoglio

*anche on-line*

***www.germoglioshop.com***

*consegna in 24/48 ore*

**Alimenti BIO**

**Cosmetica naturale**

**Erbe sfuse**

**Tè e infusi**

**Prodotti di apicoltura**

**Oli essenziali**

**e...**

***I consigli di un esperto per vivere secondo Natura***

---

**Via Cortezzano, 6 - CHIARI (BS)**

**Tel. 030.7101054**

**E-mail: [erbogermo@gmail.com](mailto:erbogermo@gmail.com)**





## **ATTIVITÀ GIOVANILE MICRO CLIMBERS**

Sono quasi 100 anni che il CAI crede fermamente nell'utilità di avvicinare i giovani alla montagna ed è per questo che è nato e si è strutturato il gruppo Alpinismo Giovanile. Fare attività con i giovani significa far conoscere ai ragazzi di 6-17 anni la montagna

in modo divertente e responsabile.

Tutte le attività concorrono all'affermazione del Sé nel ragazzo, portandolo a sperimentarsi in situazioni e confrontarsi con realtà che lo indurranno a progettare, programmare e realizzare, facendolo prendere coscienza delle sue forze, dei suoi limiti e delle sue capacità. Tutte queste esperienze di vita sono inserite in un contesto di regole, di cooperazione e di confronto con gli altri che stimoleranno condotte e comportamenti attivi. Questa attività ha lo scopo di aiutare il giovane nella crescita umana, proponendogli l'ambiente montano come esperienza di formazione.

### **COSA FACCIAMO?**

Organizziamo attività per l'avvicinamento alla montagna stimolando la curiosità ed il senso di avventura dei ragazzi.

Ci piace scoprire luoghi e persone che hanno come sfondo i paesaggi alpini, luoghi dove la natura è la prima cosa bella, dove si possono vivere momenti di allegria e, grazie alla fatica del camminare, riconquistare una dimensione molto intima e personale. Camminiamo, facciamo escursioni, facciamo trekking, arrampichiamo, scendiamo nella pancia della terra, osserviamo la flora e la fauna e qualche volta abbiamo anche la fortuna di fare emozionanti incontri. Ci immergiamo per quanto più possibile nella natura.

### **Andiamo in montagna.**

Per conoscere e formare relazioni tra persone, giovani che incontrano altri giovani, in un contesto diverso dal quotidiano, più naturale più autentico, cercando di migliorare noi stessi e il gruppo.

**PER L'ANNO 2020:**

## **16 MAGGIO NOTTE BIANCA SUL MONTORFANO**

Confermiamo l'appuntamento annuale della **Notte Bianca sul Montorfano**.

## **ESCURSIONI**

Durante l'anno verranno organizzate delle escursioni a tema. Per maggiori informazioni consultare il nostro sito oppure rivolgersi in Sezione.

## **Ogni lunedì e mercoledì sera dalle ore 20 alle 21 per i microclimbers - Arrampicata in palestra**

Continuiamo con la positiva esperienza della palestra di arrampicata per favorire l'approccio dei più giovani a questa specialità. Stiamo riscontrando un notevole successo e sono numerosi i ragazzi che, in modo continuativo, progrediscono nella tecnica di arrampicata.

Essi sono assistiti da soci titolati e formati come Accompagnatori di Alpinismo Giovanile.

L'attività proposta in palestra è esclusivamente ludica. Vengono proposti giochi, bouldering e salite in parete artificiale, dove i ragazzi hanno la possibilità di approcciarsi al "mondo verticale".

**io  
arrampico  
con il CAI  
di Chiari**







Caro Socio, è grazie a te e per te che anche quest'anno presentiamo il nuovo programma delle escursioni.

Se ti piace trascorrere qualche domenica all'aria aperta, in buona compagnia e in ambiente naturale, le uscite del CAI Fa-

family e/o dell'escursionismo di base fanno al caso tuo.

Dai un'occhiata al "libretto" (anche on line) e indossa scarponcini e zaino. **TI ASPETTIAMO.**

**01 MARZO MONTISOLA**

**26 APRILE RIO CAINO DA CIMEGO, VALLE DEL CHIESE**

**10 MAGGIO RESEGONE DA BRUMANO**

**07 GIUGNO LAGHI DI VALGOGLIO**

**21 GIUGNO LAGO DI BOS DA FABREZZA**

**19 LUGLIO SENTIERO ITALIA - RIFUGIO BOZZI DA CASE DI VISO**

**04 OTTOBRE MONTE MUFFETTO**

**17/18 OTTOBRE RIFUGIO VAL DI FUMO**

OTTOBRATA SOCIALE











Cicloescursionismo Mountain Bike (MTB)  
Itinerari cicloescursionistici di diversa lunghezza, grado di difficoltà ed impegno fisico in Mountain Bike, con conduzione dell'escursioni ed assistenza sui percorsi da parte delle Guide Cicloturistiche della Scuola Italiana Mountain Bike.

---

## **15 MARZO - ALPE DI NEGGIA**

Escursione in MTB a cavallo tra Lombardia e Svizzera.

Itinerario ad anello con partenza e arrivo a Germignaga (VA)

Percorso: Germignaga, Maccagno, Lago Delio, La Forcora, Confine I/CH, Alpe di Neggia, Vira, Gerra, Confine CH/I, Zenna, Maccagno, Germignaga.

Quota max. 1.396 m. s.l.m. – Dislivello positivo 1.555 metri – Km 71

Grado di difficoltà del percorso: Medio-Facile

---

## **27-28 GIUGNO BRAIES - FANES**

Weekend in MTB nel parco naturale di Fanes-Senes-Braies composto da due tappe.

**SABATO:** itinerario ad anello con partenza ed arrivo a Passo Cimabanche.

Percorso: P.so Cimabanche, Prato Piazza, Lago di Braies, Dobbiaco, Lago di Landro, P.so Cimabanche.

Quota max. 2.016 m. s.l.m – Dislivello positivo 1.246 metri – Km 61

Grado di difficoltà del percorso: Medio - Facile

Pernottamento in hotel a Cortina d'Ampezzo

**DOMENICA:** itinerario ad anello con partenza ed arrivo a Cortina d'Ampezzo.

Percorso: Cortina d'Ampezzo, Parco Naturale di Fanes-Sen Braies, Cortina d'Ampezzo.

Quota max. 2.175 m. s.l.m – Dislivello positivo 1.474 metri – Km 50

Grado di difficoltà del percorso: Medio - Difficile



È prevista la possibilità di partecipazione all'escursione anche per coloro che vogliono camminare con Capo gita e con percorsi dedicati in zona.

---

## **12-13 SETTEMBRE - VAL DI SUSA**

Weekend in MTB in alta Val di Susa composto da due tappe:

**SABATO:** itinerario ad anello con partenza ed arrivo a Oulx

Percorso: Oulx, Moncellier, Forte Pramand, Forte Foens, Gleise, Oulx.

Quota max. 2.378 m. s.l.m – Dislivello positivo 1.371 metri – Km 51

Grado di difficoltà del percorso: Medio

Pernottamento in hotel a Oulx

**DOMENICA:** itinerario ad anello con partenza ed arrivo a Oulx

Percorso: Oulx, Sauze d'Oulx, Pian della Rocca, Sportinia, Colle Basset, Rifugio Casa Assietta, Strada dei Cannoni, Monfol, Sauze d'Oulx, Oulx.

Quota max. 2.505 m. s.l.m – Dislivello positivo 1.673 metri – Km 49

Grado di difficoltà del percorso: Medio - Difficile

---

## **27 SETTEMBRE - PASSO DEL VIVIONE - BORNO**

Escursione in MTB a cavallo tra Val Camonica e Val di Scalve

Itinerario ad anello con partenza ed arrivo dalla frazione Demo di Berzo Demo.

Percorso: Demo, Forno Allione, Paisco Loveno, Passo del Vivione, Schilpario, Azzone, Dezzo di Scalve, Croce di Salven, Borno, Alto-piano del Sole, Lozio, Cervenno, Capo di Ponte, Sellero, Demo.

Quota max. 1.836 m. s.l.m. – Dislivello positivo 2.497 metri – Km 96

Grado di difficoltà del percorso: Medio - Difficile

È prevista la possibilità di partecipazione all'escursione anche per coloro che vogliono camminare con Capo gita e percorso dedicato in zona.

**NB: per il programma di Mountain Bike le date riportate sono indicative.**

Verranno ufficializzate una settimana prima, in base alle condizioni meteo previste. Tali informazioni saranno comunicate ufficialmente tramite i social network istituzionali e dal nostro sito web [www.caichiaricicloturismo.it](http://www.caichiaricicloturismo.it)

Il programma Mountain Bike del CAI di Chiari prevede inoltre il sabato mattina uscite di allenamento locali spesso con la presenza delle Guide SIMB.

Per coloro che si aggregano al gruppo MTB del CAI di Chiari per la prima volta, non sarà possibile partecipare alle escursioni del programma MTB se prima non si parteciperà ad almeno una delle uscite di allenamento.

Info e notizie: [www.caichiaricicloturismo.it](http://www.caichiaricicloturismo.it)  
[mtb@caichiaricicloturismo.it](mailto:mtb@caichiaricicloturismo.it)



**CAI CHIARI MTB**











# CLIMBING

La palestra di arrampicata indoor del CAI Chiari è una struttura ideale per l'allenamento nei mesi più freddi. L'accesso è riservato ai Soci CAI (tessera alla mano) e ai Non Soci CAI maggiorenni; o minorenni accompagnati da un genitore.

Per i bambini è dedicata la fascia oraria 20.00 – 21.00, ed è necessario rivolgersi agli addetti prima dell'accesso per la formazione dei gruppi.

## INFO e CONTATTI

- Indirizzo:** Via Roccafranca 7/b, 25032 Chiari (BS)  
c/o Scuola Media A. Toscanini
- Email:** [gruppoclimbing@caichiari.it](mailto:gruppoclimbing@caichiari.it)
- Facebook:** Cai Chiari Climbing
- Instagram:** CAI\_Chiari\_Climbing
- Apertura\*** Lunedì dalle 21.00 alle 23.15  
Mercoledì dalle 21.00 alle 23.15  
Sabato pomeriggio, solo se comunicato  
sulle pagine Facebook e Instagram  
\*Bambini Lunedì dalle 20.00 alle 21.00  
*(previa iscrizione in palestra)*  
Mercoledì dalle 20.00 alle 21.00  
*(previa iscrizione in palestra)*







# CHIAMATA DI SOCCORSO

A CURA DELLA COMMISSIONE  
AGGIORNAMENTO E ASPETTI TECNICI

## CHIAMATA EMERGENZA



ANNUNCIARE L'INCIDENTE IN MODO  
CONCISO E RISPONDERE ALLE DOMANDE

### CHI?

- nome di chi chiama e dell'organizzazione
- numero di telefono o nome in codice (radio) di chi chiama
- luogo dove ci si trova e quota

### COS'È SUCCESSO?

Dov'è avvenuto l'incidente

Quando è avvenuto l'incidente?

Numero, gravità e tipo delle ferite?

Quanti soccorsi sono già sul posto?

Condizioni meteo della zona dell'incidente

### VISIBILITÀ:

- meno di 200m
- fino a 1 km
- più di 1 km

### INDICAZIONI PER L'ATTERRAGGIO DELL'ELICOTTERO SUL LUOGO DELL'INCIDENTE:

- terreno aperto?
  - c'è bosco?
  - c'è vento forte?
  - cavi sospesi?
- (linee elettriche, teleferiche, funivie)

## CAI SENIOR

Programma nato e cresciuto grazie alla collaborazione tra le quattro "Sezioni del CAI Montorfano".

Sono gite escursionistiche facili, con vari dislivelli, adatte a tutte le età che si effettuano il primo mercoledì di ogni mese

08 GENNAIO	ZONE
05 FEBBRAIO	ADRO FRANCIACORTA
04 MARZO	CIASPOLATA
01 APRILE	DOSSO ROTONDO
06 MAGGIO	SVO PALAZZOLO - SARNICO
03 GIUGNO	RIFUGIO ALBANI
01 LUGLIO	ALBEN - CIMA CROCE
02 SETTEMBRE	CARONA - PIZZO ZERNA
07 OTTOBRE	PONTE DEL CIELO - SENTIERO DEI PONTI
04 NOVEMBRE	DA LIVEMMO - SENTIERI DELLA RESISTENZA
02 DICEMBRE	VIA VALERIANA



**Sezioni CAI del Montorfano**  
CHIARI • COCCAGLIO • PALAZZOLO s/O • ROVATO

## **Linee di indirizzo e di autoregolazione del CAI in materia di ambiente e tutela del paesaggio.**

Approvato definitivamente dall'Assemblea dei delegati del 25-26 maggio 2013 a Torino, questo documento riassume, in venti punti, le regole che ogni socio CAI si impegna a rispettare in tema di tutela ambientale e di comportamenti etici durante le attività in montagna.

Alla luce dei cambiamenti climatici in atto e del grande interesse che oggi riveste l'equilibrio dell'ecosistema montano, è stato ritenuto doveroso da parte del Sodalizio rivisitare i propri documenti di indirizzo (Mozione di Predazzo, Bidecalogo, Charta di Verona, Tavole di Courmayeur) pervenendo ad un unico ed articolato documento, che riassume le posizioni del Sodalizio in merito alle molteplici e complesse tematiche ambientali.

Il nuovo documento deve essere il punto di riferimento di ogni Socio CAI in tema di tutela ambientale e di comportamenti etici durante le attività in montagna, così proprio come indicato nello Scopo della nostra associazione.

### **IL NUOVO BIDECALOGO**

*“Perché un pensiero cambi il mondo, bisogna che cambi prima la vita di colui che lo esprime. Che cambi in esempio”*: con questa riflessione Albert Camus, nei suoi Taccuini, sottolineava come solo la coerenza, espressa da esempi concreti, possa dare viva forza ad un'idea e consentirle di operare un'autentica trasformazione.

Muovendo da tale considerazione, il Nuovo Bidecalogo, approvato dall'Assemblea dei delegati di Torino in occasione del 150° di Fondazione del CAI, contenente linee di indirizzo e di autoregolamentazione in materia di ambiente e tutela del paesaggio, rappresenta la conferma della nostra persistente sfida culturale, sia all'interno, che all'esterno del Sodalizio.

In un Paese che pure eleva a rango costituzionale, all'art. 9, la tutela del paesaggio, la realtà si presenta ben diversa e proiettata verso il rifiuto di qualsiasi limite, a prescindere da quali possano essere le conseguenze dell'agire e dalla constatazione che questo insegui-



mento esasperato di qualsivoglia appagamento genera solo una perenne insoddisfazione.

Di contro, *“è giunto il momento di prestare nuovamente attenzione alla realtà con i limiti che essa impone, i quali a loro volta costituiscono la possibilità di uno sviluppo umano e sociale più sano e fecondo... L'interpretazione corretta del concetto dell'**essere umano** come signore dell'universo è quella di intenderlo come **amministratore responsabile**”.*

Si tratta di condivisibili riflessioni contenute nella **“Laudato Si”** di Papa Francesco, che vanno di pari passo con le scelte poste alla base del nostro Bidecalogo, orientate nella direzione di un effettivo e corretto sviluppo umano e di una “amministrazione responsabile” dell'ambiente.

Il costante richiamo al senso del limite, inteso, però, come espressione di libertà, nella scelta dei propri comportamenti, rappresenta la grande sfida cui siamo chiamati.

Sobrietà nei comportamenti e attenzione responsabile circa le conseguenze degli stessi, sono la sintesi di questo documento che ben esprime il nostro comune sentire.

A ciascuno di noi tocca ora il compito di darvi corretta e coerente attuazione.

**Vincenzo Torti, Presidente Generale CAI**

Sintetizzare in due paginette il Bidecalogo è un'operazione che non riuscirebbe a dare il senso di profondità dei suoi contenuti che sono la sintesi di riflessioni e dibattiti congressuali.

Ognuno dei 20 punti fondamentali (da qui il termine Bi-decalogo) viene sviluppato con precisione di termini e di concetti difficilmente riassumibili.

Di ogni punto vengono approfonditi i seguenti aspetti:

- ◆ Descrizione
- ◆ La posizione del Cai
- ◆ L'impegno del CAI

Chi fosse interessato alla lettura completa del Bidecalogo che è disponibile sul sito ufficiale del CAI a questo indirizzo:

[www.cai.it/documenti/bidecalogo/](http://www.cai.it/documenti/bidecalogo/)





**AUTOSERVIZI**  
**GRAMMATICA**

Via Fontana 20/a  
25040 Monticelli Brusati (BS)  
Tel. 030.6852193  
Cell. 335.7308447  
[grammaticabus@virgilio.it](mailto:grammaticabus@virgilio.it)

# EVENTI

## SABATO 29 FEBBRAIO

Assemblea degli iscritti per l'approvazione del Bilancio

## SABATO 16/17 MAGGIO

### MONTORFANO

Notte Bianca sul Montorfano

manifestazione per ragazzi organizzata dal gruppo  
CAI MONTORFANO



## SABATO 19 DICEMBRE

Serata della Montagna presso il Salone Marchetti a Chiari



*Vinoedintornienoteca*



CHIARI - ITALIA





# **CALENDARIO CRONOLOGICO ATTIVITÀ 2020**

**TROVERAI LE RELAZIONI DETTAGLIATE DELLE GITE  
IN SEDE OPPURE SUL SITO**

**[www.caichiari.it](http://www.caichiari.it)**



**MER**  
**8 GENNAIO**

Società CAI del Montafano  
PROMOTORE VERBALE VALLESDALE-CAI-MONTAFANO

**CAI SENIOR**  
**ZONE**

**DOM**  
**19 GENNAIO**

Società CAI del Montafano  
PROMOTORE VERBALE VALLESDALE-CAI-MONTAFANO

**SCI DI FONDO - CIASPOLE**  
**S. CATERINA/ ST.MORITZ**

**MER**  
**5 FEBBRAIO**

Società CAI del Montafano  
PROMOTORE VERBALE VALLESDALE-CAI-MONTAFANO

**CAI SENIOR**  
**ADRO - FRANCIACORTA**

**DOM**  
**9 FEBBRAIO**

Società CAI del Montafano  
PROMOTORE VERBALE VALLESDALE-CAI-MONTAFANO

**SCI DI FONDO - CIASPOLE**  
**SAN MARTINO CASTROZZA**

**DOM**  
**23 FEBBRAIO**

**SCI DI FONDO - CIASPOLE**  
**BOSCO CHIESA NUOVA**

**SAB**  
**29 FEBBRAIO**

**EVENTI** ASSEMBLEA ANNUALE  
APPROVAZIONE BILANCIO

**DOM**  
**MARZO**

**ALPINISMO**  
**CASTELLO DI GAINO - CRESTA SUD**

**DOM**  
**1 MARZO**

**CAI FAMILY - ESC. DI BASE**  
**MONTISOLA**

**DOM**  
**4 MARZO**

Società CAI del Montafano  
PROMOTORE VERBALE VALLESDALE-CAI-MONTAFANO

**CAI SENIOR**  
**CIASPOLATA**

**SAB-DOM**  
**7-8 MARZO**

**SCI DI FONDO - CIASPOLE**  
**WEEK-END IN ALTO ADIGE**

**DOM**  
**15 MARZO**

**MOUNTAIN BIKE**  
**ALPE DI NEGGIA**

**DOM**  
**29 MARZO**

Società CAI del Montorfano  
PROM. VERBALE PALAZZO DI SARNICO

**ESCURSIONISMO DI BASE**  
**TRENO TREKKING: SALE MARASINO -**  
**MARONE PER LA VIA VALERIANA**

**MER**  
**1 APRILE**

Società CAI del Montorfano  
PROM. VERBALE PALAZZO DI SARNICO

**CAI SENIOR**  
**DOSSO ROTONDO**

**DOM**  
**26 APRILE**

Società CAI del Montorfano  
PROM. VERBALE PALAZZO DI SARNICO

**CAI FAMILY - ESC. DI BASE**  
**SENTIERO ETNOGRAFICO - RIO CAINO**

**DOM**  
**MAGGIO**

**ALPINISMO**  
**GRIGNETTA DALLA CRESTA SINIGALIA**

**MER**  
**6 MAGGIO**

Società CAI del Montorfano  
PROM. VERBALE PALAZZO DI SARNICO

**CAI SENIOR**  
**SVO PALAZZOLO - SARNICO**

**DOM**  
**10 MAGGIO**

**CAI FAMILY - ESC. DI BASE**  
**RESEGONE DA BRUMANO**

**SAB-DOM**  
**23-24 MAGGIO**

**ESCURSIONISMO**  
**MINITREKKING**  
**PROVAGLIO - MONTE GUGLIELMO**

**DOM**  
**GIUGNO**

**ESCURSIONISMO AVANZATO**  
**CORNONE DI BLUMONE**

**MER**  
**3 GIUGNO**

Società CAI del Montorfano  
PROM. VERBALE PALAZZO DI SARNICO

**CAI SENIOR**  
**RIFUGIO ALBANI**

**DOM**  
**7 GIUGNO**

**CAI FAMILY - ESC. DI BASE**  
**LAGHI DI VALGOGGIO**

**DOM**  
**21 GIUGNO**

**CAI FAMILY - ESC. DI BASE**  
**LAGO DI BOS**

**SAB-DOM**  
**27-28** GIUGNO

**MOUNTAIN-BIKE**  
FANES BRAIES

**SAB-DOM**  
**27-28** GIUGNO

**ESCURSIONISMO**  
MONTE PIANA E LAGO SORAPIS

**DOM**  
LUGLIO

**ALPINISMO**  
CORNİ DI GREVO - FERRATA

**MER**  
**1** LUGLIO



**CAI SENIOR**  
ALBEN - CIMA CROCE

**SAB-DOM**  
**11-12** LUGLIO

**ESCURSIONISMO**  
MINITREKKING  
GIRO DEL CONFIALE

**DOM**  
**19** LUGLIO

**CAI FAMILY - ESC. DI BASE**  
RIFUGIO BOZZI DA CASE DI VISO

**SAB-DOM**  
**25-26** LUGLIO

**ALPINISMO - ESC. DI BASE**  
PETIT MONT BLANC  
PERNOTTAMENTO IN CAMPEGGIO

**LUN-VEN**  
**17-21** AGOSTO

**ESCURSIONISMO**  
TREKKING  
GRAN SASSO

**MER**  
**2** SETTEMBRE



**CAI SENIOR**  
CARONA - PIZZO ZERNA

**SAB-DOM**  
**12-13** SETT

**MOUNTAIN BIKE**  
VAL DI SUSA

**DOM**  
**20** SETTEMBRE



**ESCURSIONISMO AVANZATO**  
MONTE CORNO DA LEDRO

**DOM**  
**27** SETTEMBRE

**MOUNTAIN BIKE**  
PASSO VIVIONE - BORNO

**DOM**  
**27** SETTEMBRE

**ESCURSIONISMO**  
PIZ TRI DA MALONNO

**DOM**  
**4** OTTOBRE

**CAI FAMILY - ESC. DI BASE**  
MONTE MUFFETTO

**MER**  
**7** OTTOBRE



**CAI SENIOR**  
PONTE NEL CIELO - SENTIERO DI PONTI

**SAB- DOM**  
**17-18** OTTOBRE

**CAI FAMILY - ESC. DI BASE**  
OTTOBRATA - RIF. VAL DI FUMO

**DOM**  
**25** OTTOBRE



**ESCURSIONISMO**  
GITA DELLA PACE  
SENTIERO CADUTI PER LA LIBERTÀ

**MER**  
**4** NOVEMBRE



**CAI SENIOR**  
DA LIVEMMO - SENTIERO DELLA  
RESISTENZA

**DOM**  
**8** NOVEMBRE

**ESCURSIONISMO DI BASE**  
DIGA DEL VAJONT

**MER**  
**2** DICEMBRE



**CAI SENIOR**  
VIA VALERIANA

**SAB**  
**19** DICEMBRE

**EVENTI**  
SERATA DELLA MONTAGNA

DATA	META	DIFF	DISL.	ORE TOT
GIO 16-GEN	MONTE AVARO M.2088 DAI PIANI DELL'AVARO (BG)	E	310	04:30
DOM 19-GEN	SANTA CATERINA VALFURVA (SO)			
DOM 9-FEB	SAN MARTINO DI CASTROZZA (TN)			
GIO 13-FEB	TRAVERSATA CANÈ - VIONE - CANÈ	E	400	05:00
DOM 23-FEB	ALPE DI SIUSI (BZ)			
DOM 15-MAR	MONTE PREALBA M.1270 DA LUMEZZANE	E	640	04:00
GIO 19-MAR	RIFUGIO CALVI M.2015 DA CARONA (BG)	E	795	07:00
DOM 29-MAR	SALE MARASINO-VELLO	T	300	03:30
DOM 5-APR	PIETRA PARCELLARA M.827 DA DONCETO (PC)	E;EE	570	05:00
LUN 13-APR	PASQUETTA IN FRANCIACORTA	T		
GIO 16-APR	MONTE STINO M.1435 DA IDRO	E	1060	06:00
DOM 19-APR	FESTA DELL'APERTURA SUL MONTORFANO			
DOM 26-APR	SENTIERO ETNOGRAFICO DI RIO CAINO DA CIMEGO (TN)	T	320	05:00
DOM 3-MAG	ISOLA PALMARIA (SP)	E	360	03:30
GIO 14-MAG	MONTE ALTISSIMO M.2080 DA NAGO (TN)	E	525	04:00
SAB 16-MAG	NOTTE BIANCA			
DOM 24-MAG	MONTE CADELLE M.2483 DA FOPPOLO (BG)	EE	1100	06:30
GIO 4-GIU	CIMA PARÌ M.1991 DA MALGA TRAT - LEDRO (TN)	E	575	05:00
DOM 7-GIU	LAGHI E CIMA DI PONTERANICA M. 2378 DAI PIANI DELL'AVARO (BG)	E	780	05:00
GIO 18-GIU	RIFUGI GNUTTI-BAITONE-TONOLINI DA PONT DEL GUAT	E	1000	06:30
DOM 21-GIU	CIMA VALLUMBRINA M.3222 DAL GAVIA	EE	750	05:30
GIO 2-LUG	RIFUGIO PRUDENZINI M.2020 DA FABREZZA - SAVIORE	E	795	05:30
DOM 5-LUG	S. MESSA ALLA MALGA FORGNUNCOLO (ADM)			
DOM 12-LUG	CIMA D'ASTA M. 2847 DA MALGA SORGAZZA (TN)	EE	1460	08:00
GIO 16-LUG	PASSO DI VAL CANÈ M.2680 DA CANÈ	E	1180	07:00
DOM 26-LUG	SIMILAUN M.3597 DA VERNAGO - VAL SENALES (BZ)	E	1300	04:00
LUN 27-LUG		A	600	06:30
DOM 6-SET	RIFUGIO DELGRANDE-CAMERINI M.2580 DA CHIAREGGIO (SO)	E	950	05:30
GIO 10-SET	RIFUGIO MARIA E FRANCO M.2574 DA MALGA BISSINA (TN)	E	865	06:00
DOM 20-SET	MONTE CORNO M. 1732 DA LEDRO (TN)	E	1100	06:30
DOM 11-OTT	SENDER DE L'ASEN DA GRANO IN VAL GRANDE	E	1200	07:00
GIO 15-OTT	RIFUGI LAENG-SAN FERMO DA BORNO	E	1025	06:30
DOM 18-OTT	OTTOBRATA			
DOM 25-OTT	SENTIERO "CADUTI PER LA LIBERTÀ DI MURA-NASEGO"	E	900	06:00
DOM 8-NOV	MONTE ALBEN M.2019 DAL PASSO DI ZAMBLA (BG)	E	750	05:00
GIO 12-NOV	CIMA PARÈ M.1642 DA ROVETTA (BG)	E	600	04:30
DOM 6-DIC	RIFUGIO OLMO M.1820 DAL PASSO DELLA PRESOLANA (BG)	E	690	05:00
GIO 10-DIC	MONTE LINZONE M.1392 DA AMAGNO (BG)	E	930	05:30



MER. 8/1	ZONE	G.E.S.A
MER. 15/01	PRESEPI IN CAMPO	G.E.S.A
DOM. 19/01	CIASPOLATA E SCI DI FONDO	INTERSEZ.
MER. 22/01	PERIPLO MONTE ORFANO	G.E.S.A
DOM. 26/01	MONTE GIOGO	SOCIALE
MER. 29/01	RIFUGIO MAGNOLINI- MONTE ALTO	G.E.S.A
DOM. 2/02	USCITA SULLA NEVE	GIOVANILE
MER. 5/02	PASSEGGIATE TRA ADRO E FRANCIACORTA	G.E.S.A
DOM. 9/02	CIASPOLE E SCI DI FONDO	SOCIALE
MER. 12/02	PASSEGGIATA IN RIVA AL GARDA	G.E.S.A
MER. 19/02	SENTIERO SVO DA PALAZZOLO A TAGLIUNO	G.E.S.A
SAB. 22/02	TRAMONTO DAL MONTE BRONZONE	SOCIALE
MER. 26/02	LAGO MORO	G.E.S.A
MER. 4/03	CIASPOLATA	G.E.S.A
DOM. 8/03	GITA DELLE DONNE	SOCIALE
MER. 11/03	SENTIERO DELLA VALENA	G.E.S.A
MER. 18/03	ANELLO DELLA VAL BOIONE	G.E.S.A
DOM. 22/03	RIF. PARAFULMINE - PIZZO FORMICO	GIOVANILE
MER. 25/03	CAPRIOLO – S. ONOFRIO	G.E.S.A
DOM. 29/03	TRENO TREKKING	INTERSEZ.
MER. 1/04	DOSSO ROTONDO	G.E.S.A
DOM. 4/04	APERTURA PALESTRA ARRAMPICATA	SOCIALE
MER. 8/04	SENTIERO SVO DA PALAZZOLO A ROCCA FRANCA	G.E.S.A
MER. 15/04	ARRAMPICHIAMO	GIOVANILE
MER. 15/04	INZINO – CROCE DI MARONE	G.E.S.A
SAB. 18/04	PALESTRA DEI MANTOVANI	GIOVANILE
DOM. 19/04	RAPALLO-MONTALLEGRO-CHIAVARI	SOCIALE
MER. 22/04	PARCO DELLE FUCINE	G.E.S.A
DOM. 26/04	RIO CAINO: SENTIERO ETNOGRAFICO	INTERSEZ.
MER. 29/04	COLLI S.FERMO – MONTE TORREZZO	G.E.S.A
SAB. 2/05	STRETTA DI LUINA	SOCIALE
MER. 6/05	SENTIERO SVO - DA PALAZZOLO A SARNICO	G.E.S.A
MER. 13/05	TREKKING SUL MONTE BARRO	G.E.S.A
SAB. 16/05	NOTTE BIANCA	GIOVANILE
MER. 20/05	SALITA AL TORREZZO	G.E.S.A
MER. 27/05	TORBIERE	G.E.S.A
23-30/05	TREKKING IN CORSICA	SOCIALE
MER. 3/06	RIFUGIO ALBANI	G.E.S.A
DOM. 7/06	FESTA BAITA FONTANETO E INAUGURAZIONE GIARDINO BOTANICO "PIATRA DELL'ORSA"	B. FONTANEO
DOM. 14/06	DIRETTISSIMA ALLA GRIGNA	SOCIALE

MER. 10/06	CAREGNO – MONTE GUGLIELMO	G.E.S.A
MER. 17/06	CORNA BLACCA	G.E.S.A
DOM. 21/06	DIGA DEL GLENO	GIOVANILE
MER. 24/06	MADONNA DEL CORNO	G.E.S.A
DOM. 28/06	RIF. GHEZA-LAGHETTO DI MARE	SOCIALE
MER. 1/07	ALBEN – CIMA CROCE	G.E.S.A
MER. 8/07	RIF. LISSONE - RIF. BAITA ADAMÈ	G.E.S.A
SAB. 11/07	SENTIERO DELLE CASCATE	SOCIALE
MER. 15/07	GITA IN VAL MALGA	G.E.S.A
SAB. 18/07	PIZZO TRE CONFINI	SOCIALE
21-25/07	CISTAICOLCAI	GIOVANILE
MER. 22/07	LAGHETTI DI FOPPOLO	G.E.S.A
MER. 29/07	MONTISOLA	G.E.S.A
MER. 2/09	CARONA- PIZZO ZERNA	G.E.S.A
DOM. 6/09	FERRATA MAURIZIO	SOCIALE
MER. 9/09	VAL DI STABIO	G.E.S.A
MER. 16/09	DA FRAZ. GRANO AL SEVERINO OCCHI	G.E.S.A
DOM. 20/09	MONTE CORNO – LAGO DI LEDRO	INTERSEZ.
MER. 23/09	MONTE CENSO	G.E.S.A
DOM. 27/09	LAGHI: GEMELLI, COLOMBO, BECCO, MARCIO, CASERE	SOCIALE
MER. 30/09	MONTISOLA	G.E.S.A
MER. 30/09	ARRAMPICHIAMO	GIOVANILE
DOM. 4/10	LAGO D'AVIOLO	GIOVANILE
MER. 7/10	PONTE NEL CIELO - SENTIERO DEI PONTI	G.E.S.A
MER. 14/10	RIFUGIO VAL DAIONE	G.E.S.A
DOM. 18/10	CASTAGNATA	SOCIALE
MER. 21/10	MONTE PAGANO	G.E.S.A
DOM. 25/10	GITA DELLA PACE - STECLE DI NOFFO	INTERSEZ.
MER. 28/10	CASTAGNATA A VIGOLO - PARZANICA	G.E.S.A
MER. 4/11	DA LIVEMMO - SENTIERI DELLA RESISTENZA	G.E.S.A
DOM. 8/11	PIZZO BACIAMORTI E MONTE ARALALTA	SOCIALE
MER. 11/11	DA CARENNO AL PERTUS	G.E.S.A
DOM. 15/11	USCITA SPELEOLOGICA	GIOVANILE
MER. 18/11	GARDA-EREMO CAMARDOLESI-ROCCA VECCHIA	G.E.S.A
SAB. 21/11	CENA SOCIALE	SOCIALE
MER. 25/11	RIFUGIO NASEGO	G.E.S.A
MER. 2/12	VALERIANA	G.E.S.A
MER. 9/12	ANTICHI SENTIERI GARDESANI	
DOM. 13/12	GIRO DEI 3 SANTUARI	SOCIALE
MER. 16/12	BIENNO – PARCO DEL CERRETO	
VEN. 18/12	SERATA DI CHIUSURA	SOCIALE

12/01	VAL CANÈ BIVACCO VALZEROTE (CIASPOLE) + SAN SIMONE VALLE BREMBANA (SCI ALPIN.)
15/01	G.PPO SENIOR GIRO DELLE MARGHE DI BORNO
19/01	<b>INTERSEZIONALE</b> (FONDO/CIASPOLE - PULLMAN) CHIARI SANTA CATERINA VALF. IN MANCANZA DI NEVE SCI DI FONDO A ST MORITZ O PONTRESINA, CIASPOLE IN VAL ROSEG
02/02	TIMONIO VALSERIANA DA SPIAZZI DI GROMO (CIASPOLE + SCI ALPIN ) REF: MARTINELLI/
09/02	<b>INTERSEZIONALE</b> (FONDO/CIASPOLE – PULLMAN) CHIARI SAN MARTINO DI CASTROZZA
12/02	G.PPO SENIOR MONTE GARDENA MT 2217 VAL DI SCALVE SCHILPARIO
23/02	BONI PRATI DA PIEVE DI BONO VALLE DEL CHIESE (CIASPOLE + SCI ALPIN) REF: REDOGLIO S E C + MARTINELLI PER LO SCI ALPIN.
07/03	NOTTURNA IN GUGLIELMO DA PEZZORO (CIASPOLE ) REF: DIRETTIVO
11/03	G.PPO SENIOR GIRO DEL COSTONE DA BORNO
22/03	MONTE FRERONE MT 2673 DA BAZZENA (CIASPOLE + SCI ALPIN) REF: MAIFREDI/MARTINELLI
29/03	<b>INTERSEZIONALE</b> (TRENO TREKKING) ROVATO DA SALE MARASINO A MARONE FINO A VELLO E RITORNO REF: PEDRALI/FACCHETTI
05/04	SENTIERO DELLE CASCADE LAGO D'IDRO (FESTA DI PRIMAVERA) REF: DIRETTIVO
08/04	G.PPO SENIOR VALLE ARCINA DA CAMPOLARO
19/04	PUNTA LARICI MT 907 LAGO DI GARDA REF: ALBINI /BELOTTI/ CARRARA
26/04	<b>INTERSEZIONALE</b> CHIARI RIO CAINO VALLE DEL CHIESE
03/05	REMEDIO MT 1446 DA GRATICELLE BOVEGNO VAL TROMPIA REF:TOGNOLINI /ALBINI
13/05	G.PPO SENIOR CIMA CORNIZZOLO MT 1241 E ABBAZZIA DI SAN POIETRO DA CIVATE (LC)
16-17/05	MONTI DI PORTOFINO DA CAMOGLI A SANTA MARGHERITA (TRENO) REF: POLONINI/GIOBINI/DELPOZZO
31/05	FERRATE IN GUGLIELMO REF: MAIFREDI/SERINA
10/06	G.PPO SENIOR VAL DI STABIO DA CAMPOLARO
14/06	LAGO DI BELVISO RIFUGIO TAGLIAFERRI REF: ALBINI/TOGNOLINI
27/28	MONTE ADAMELLO MT 3539 DAL PRUDENZINI REF:PAGNONI/ALBINI/REDOGLIO S
08/07	G.PPO SENIOR LAGO DI BOS E CIMA BOAZZO MT 2526
12/07	MONTE LEGNONE MT 2609 DA DERVIO (LC) REF:PAGNONI
25-26/07	ODLE (TRENTINO ALTO ADIGE) SASS RIGAISS MT 3025 GIRO AD ANELLO REF:MAIFREDI/SERINA
01/08	PIZZO ARERA MT 2512 DA VALCANALE (OROBIE)REF:REDOGLIO S
29/08	NOTTURNA ESTIVA REF:REDOGLIO C/DELPOZZO
05/09	VAL BREGAGLIA (SVIZZERA) GIRO AD ANELLO DEL PIZZO BADILE REF:SERINA/PAGNONI
8-9/09	G.PPO SENIOR TREKKING GHIACCIAIO DEI FORNI
20/09	<b>INTERSEZIONALE</b> COCCAGLIO MONTE CORNO MT 1730 DA PIEVE DI LEDRO (VALLE DI LEDRO)
27/09	PASSO DI MEZZAMALGA MT 2332 DAL VOLANO (VALLE CAMONICA) REF: BRESCIANINI/CARRARA
04/10	GITA DELLA MEMORIA PASSO DI POZZERA MT2126 – CAPPELLA SAVINA (PRESOLANA)
11/10	CASTAGNATA IN SEDE REF: DIRETTIVO
14/10	G.PPO SENIOR RESEGONE MT 1875 GIRO DELLE CRESTE DA BRUMANO
25/10	<b>INTERSEZIONALE</b> PALAZZOLO
08/11	MONTE BRONZONE MT 1334 DA VIADANICA (BG) REDOGLIO S
11/10	G.PPO SENIOR MONTE MADDALENA (BS)
15/11	PRANZO SOCIALE "AL REDUCE " ZONE (BS)



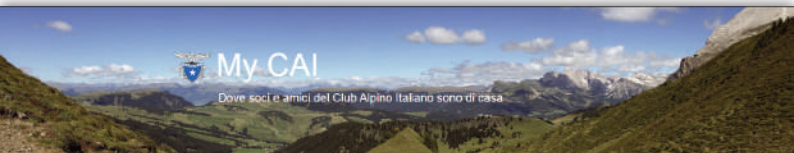


**BANCA VALSABBINA**

**Filiale di CHIARI** - via Mellini 11 - tel. 030 711923  
[www.lavalsabbina.it](http://www.lavalsabbina.it) - [chiari.17@lavalsabbina.it](mailto:chiari.17@lavalsabbina.it)

# MYCAI

Il CAI mette a disposizione di ogni socio uno strumento che gli dà la possibilità di modificare autonomamente il proprio profilo: il portale MyCAI accessibile al seguente indirizzo: <https://soci.cai.it>



## Riservato ai Soci CAI Accesso alla piattaforma on-line

Il Club Alpino Italiano apre i propri sistemi ai Soci. L'accesso è riservato ai Soci maggiorenni. Funzionalità specifiche sono dedicate ai nuclei familiari.

Se non hai ancora le credenziali, [clicca qui](#) per ottenerle.

Se hai dimenticato la password, invece, [clicca qui](#) per generarne una nuova.

[Entra](#)



La registrazione è una procedura semplice, guidata e veloce e prevede la creazione di una password per accedere al proprio profilo.

Dal proprio profilo è possibile visualizzare e modificare  
i propri dati personali  
le proprie preferenze in termini di privacy

Non sarà quindi più necessario passare in sezione per queste richieste.





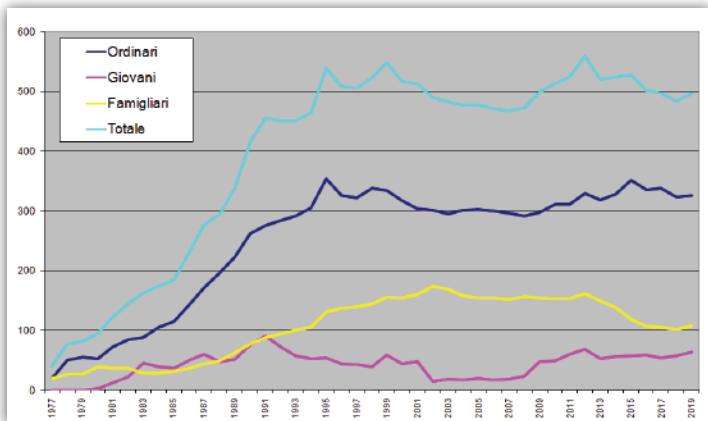
## ANDAMENTO ISCRITTI 2019

### 497 ISCRITTI COSÌ SUDDIVISI:

Soci Ordinari 326  
di cui 33 Juniores (18-25 anni)

Soci Familiari 108

Soci Giovani 63



I soci possono rinnovare l'iscrizione per il 2020 entro il 31 marzo 2020 per non perdere la copertura assicurativa prevista.

Le iscrizioni ed i rinnovi sono aperti  
dal 1 di novembre di ogni anno

Visitando il nostro sito troverete maggiori informazioni  
ed i moduli di iscrizione da consegnare  
presso la nostra sede  
ogni giovedì sera dalle 21 alle 22:30

# BUONI MOTIVI PER ISCRIVERSI

## L'ADESIONE AL CLUB ALPINO ITALIANO OFFRE MOLTI MOTIVI E VANTAGGI:



- ▶ Appartenere ad un'associazione che vanta più di 150 anni di storia
- ▶ Abbonamento gratuito al notiziario mensile "360°"
- ▶ Agevolazioni speciali per il pernottamento nei rifugi
- ▶ Utilizzo Gratuito della App GEORESQ per il tracciamento del percorso e la richiesta di soccorso



- ▶ Copertura assicurativa (vedi tabella sottostante).

Con l'iscrizione o il rinnovo (c.d. bollino)

il Socio CAI risulta automaticamente assicurato per:

- ▼ infortuni in attività «istituzionale»

ovvero organizzata dal CAI (combinazione A)

- ◆ Infortuni Morte, invalidità permanente, spese di cura  
Morte: 55.000 €
- ◆ Invalidità permanente: 80.000 €
- ◆ Rimborso spese di cura: 1.600 €
- ◆ Diaria da ricovero giornaliera € 30,00

- ▶ responsabilità civile in attività istituzionale
- ▶ soccorso alpino endoeuropeo
- ▶ tutela legale in attività istituzionale

Il Socio CAI può accedere a richiesta alle seguenti coperture:

- ▶ infortuni in attività «istituzionale» ovvero organizzata dal CAI (combinazione B)

Infortuni Morte, invalidità permanente, spese di cura

- ◆ Morte: 110.000 €
- ◆ Invalidità permanente: 160.000 €
- ◆ Rimborso spese di cura: 1.600 €
- ◆ Diaria da ricovero giornaliera € 30,00

- ▶ infortuni in attività **personale**, a scelta tra combinazione A o B
- ▶ responsabilità civile in attività **personale**
- ▶ soccorso in spedizioni **extra europee**



## **CLUB ALPINO ITALIANO - SEZ. DI CHIARI**

Via Cavalli, 22 - 25032 Chiari (BS)

Aperta il giovedì dalle 21 alle 23

Tel. 030.7001309 - Cell. 331.4638428



[caichiari.it](http://caichiari.it)  
[caichiaricicloturismo.it](http://caichiaricicloturismo.it)



CAI Chiari  
CAI Chiari Climbing  
CAI Chiari Cicloturismo  
CAI Chiari Nordic Walking