



Club Alpino Italiano

Sezione di Pavia

PROGRAMMA ATTIVITÀ 2023

*Escursionismo, Sci di fondo, Scialpinismo, Ferrate,
Alpinismo, Bicietta, Cultura e Aggiornamenti in sede*

***La sezione del Club Alpino Italiano
di Pavia
viaggia con mezzi***

STAV



www.stavautolinee.it



Per l'anno 2023 ...

Nel corso del 2022 abbiamo visto una buona ripresa delle nostre attività. Il programma previsto è stato svolto completamente e abbiamo avuto anche un apprezzabile

aumento del numero dei Soci.

*L'emergenza sanitaria non è ancora passata ma speriamo che non si torni a livello pandemico. Procediamo allora con la presentazione del programma 2023 preparato dalle commissioni **Scialpinismo**, **Sci di fondo**, **Escursionismo**, **Cultura** e dalla **Scuola intersezionale "G. Grignani"**.*

Sommario del Programma Attività 2023

	pag		pag
ESSERE SOCI CAI	4	SCI DI FONDO	12
TESSERAMENTO	5	APPUNTAMENTI	13
ORGANI STATUTARI	6	SCIALPINISMO	14
LE NOSTRE SERATE	7	GITE COMMISSIONE CULTURA	17
INIZIATIVE CON GUIDA ALPINA	7	ESCURSIONISMO INVERNALE CON CIASPOLE	18
AGGIORNAMENTO AI SOCI	9	ESCURSIONISMO	21
SCUOLA GABRIELE GRIGNANI	11	CALENDARIO ATTIVITÀ	28

RISTORANTE MARECHIARO

Ristorante pizzeria Marechiaro - P.zza Della Vittoria - 27100 Pavia - Tel. 0382 23739

CHIUSO LUNEDI'



Ristorante Pizzeria
Marechiaro

27100 Pavia - Piazza Vittoria, 9
Tel. 0382.23739 - www.ristorantemarechiaro.it

Un locale elegante e caratteristico nel centro storico di Pavia dove lo chef confezionerà una vasta gamma di gustosissimi piatti da soddisfare la clientela più esigente e raffinata



Essere soci CAI a Pavia



I vantaggi

Significa fare parte della principale associazione di cultura e attività della montagna. Il **CLUB ALPINO ITALIANO**, grazie alle numerose sezioni disseminate sul territorio, promuove da sempre le attività in montagna, la sua sicurezza e la tutela dell'ambiente.

La tessera CAI dà diritto a:

- **Assicurazioni CAI soccorso Alpino** valide in Italia e all'estero (anche per soccorso su piste da sci) e **Assicurazioni infortuni per attività CAI**.
- **Agevolazioni e sconti** in tutti i rifugi CAI sul territorio italiano ed in molte strutture estere convenzionate con il Club Alpino Italiano.
- Possibilità di frequentare **corsi di preparazione o approfondimento** e partecipare ad uscite collettive organizzate in sezione e anche da altre sezioni CAI italiane.
- Ricevere ogni mese la rivista del CAI "Montagne 360°".

LA NOSTRA SEZIONE OFFRE INOLTRE I SEGUENTI VANTAGGI

- Ai nuclei familiari con due o più giovani, ai figli minori si applicano quote ridotte di 9€ a partire dal secondo giovane.
- Sconti e offerte speciali degli esercizi commerciali convenzionati.

SERVIZI DISPONIBILI AI SOCI

- La **BIBLIOTECA** offre: manuali tecnici, guide, carte dei sentieri, narrativa di montagna e video, Guida ai Monti d'Italia e la rivista Meridiani Montagne. Per consultazione o prestito, è aperta tutti i martedì sera dalle 21:00 alle 22:30. Chiedere all'incaricato.
- Noleggio **ARTVA, PALA, SONDA e CIASPOLE**.
- **NEWSLETTER MENSILE**. Segnalaci la tua mail.

Tutti i soci ordinari (e i soci giovani che non sono familiari) riceveranno la pubblicazione del Club Alpino Italiano: "Montagne 360°". Il rinnovo del familiare deve avvenire contestualmente a quello del socio ordinario o dopo che l'ordinario ha rinnovato.

Tesseramento 2023

Quote e modalità di iscrizione

Le quote di iscrizione per l'anno 2023 sono:

SOCIO ORDINARIO	€ 45,00
SOCIO ORDINARIO JUNIORES	€ 25,00 (nati dal 1998 al 2005)
SOCIO FAMILIARE	€ 25,00
SOCIO GIOVANE	€ 16,00 (nati nel 2006 e anni seguenti)

Per i SOCI GIOVANI appartenenti a famiglie numerose è prevista la quota agevolata di 9 € a partire dal secondo figlio.

Per i NUOVI SOCI il costo aggiuntivo della tessera è di 6 €.

Chi rinnova l'iscrizione pagando con bonifico, e desidera ricevere il bollino a casa, deve aumentare il totale di 2 € per la spedizione.

È consigliato il rinnovo entro il 31 marzo 2023 per non perdere la continuità delle coperture assicurative !

L'anno di iscrizione coincide con l'anno solare. Sarà possibile iscriversi dal 2 dicembre 2022 fino al 31 ottobre 2023.

Gli associati nel 2022 possono rinnovare l'iscrizione:

- presso la nostra sede dove si ritira contestualmente il bollino ed è inoltre possibile pagare anche tramite POS;
- oppure attraverso un bonifico alle seguenti coordinate bancarie

IBAN: IT 64N056961130000003568X10

Banca Popolare di Sondrio succursale di Pavia

Conto intestato a Club Alpino Italiano sezione di Pavia

Vi preghiamo di indicare nella causale di versamento le vostre generalità e quelle di eventuali soci famigliari e di inviame relativa fotocopia in sede, oppure trasmetteteci tutti i dati tramite e-mail.

Sarà nostra cura spedire il bollino presso il vostro domicilio solo se l'importo totale è maggiorato di 2 €.

I **nuovi iscritti** devono compilare la **domanda di iscrizione** (disponibile in sede o scaricabile on-line dal nostro sito) e consegnarla in sede assieme a **una fototessera**. La consegna della domanda e il pagamento sono fattibili anche on-line, ma la consegna della fotografia, la compilazione della nuova Tessera CAI e il suo ritiro devono esse svolti necessariamente in sede.

Tutti i Soci sono invitati ad attivare il proprio Profilo on line, effettuando la procedura "ACCEDI" attraverso il sito del CAI Nazionale <http://www.cai.it>, indispensabile per l'inserimento nelle attività sociali.



Gli organi statutari

ORGANI STATUTARI

In carica fino a Marzo 2023

CONSIGLIO DIRETTIVO

Presidente: Angelo Goletti

Vicepresidente: Maria Raffaella Sebastiani

Tesoriere: Francesco Rampazi

Segretario: Luigi Saccani

Consiglieri: Elena Bellotti, Stefano Bonfoco, Vittoria Cinquini.

REVISORI DEI CONTI

Presidente: Alberto Paris

Peppino Brusa, Giuseppe Cuttitta.

DELEGATO ALLA SEDE CENTRALE

Alberto Paris.

SCUOLA INTERSEZIONALE DI ALPINISMO

E SCIALPINISMO G. GRIGNANI

tra le Sezioni di Pavia, Voghera, Lodi

Direttore: Gilberto Garbi INA.

STRUTTURE OPERATIVE

In carica fino a Marzo 2023

COMMISSIONE ESCURSIONISMO

Presidente: Elena Bellotti

Stefano Bonfoco, Sabina Gallotti, Stefano Rossetti.

COMMISSIONE SCI DI FONDO

Presidente: Maria Raffaella Sebastiani

Giuseppe Cuttitta, Fabrizio Lanati.

COMMISSIONE CULTURA

Presidente: Vittoria Cinquini

Daniele Cosentino, Claudio Emanuelli, Luisa Raffa, Angelo Goletti.

COMMISSIONE SCIALPINISMO

Presidente: Luigi Mihich

Vicepresidente: Paola Sciarini

Paolo Nora, Andrea Sappino, Paolo Zugnoni.



sistemi e tecnologie per la *sicurezza*

AZ SECURITY s.r.l.

27100 PAVIA - Via Ponzio 44
tel. 0382.472492 - fax 0382.574284
www.azsecurity.it - az@azsecurity.it



Le nostre serate

1° dicembre 2022



Apertura anno sociale 2023

nel corso della serata:

Presentazione del Programma delle Attività 2023.

e

“LA LUNGA STRADA VERSO LA FELICITÀ, IN CIMA ALL’EVEREST CON IL PARATLETA ANDREA LANFRI”

presentazione, con immagini, di Luca Montanari, guida alpina.

Sala conferenze del Palazzo del Broletto.

Ingresso da via Paratici – ore 21

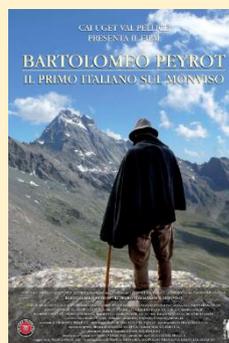
Proiezione del film

13 dicembre 2022

“Bartolomeo Peyrot, il primo italiano sul Monviso”

con la presentazione da parte dell'autore **Marco Frascia**, già presidente del CAI UGET Valpellice e docente presso il Liceo Valdese di Torre Pellice. Serata organizzata in collaborazione con la Comunità Valdese di Pavia.

Sede CAI – ore 21

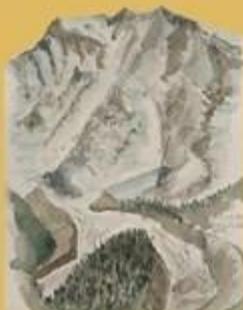


14 marzo

"Un viaggio in America, alcuni parchi e tradizioni"

presentazione e immagini di **Angelo Goletti**. Viaggio effettuato in luglio 2022.

Sede CAI – ore 21



iniziative in collaborazione con guida alpina

La nostra sezione intende continuare la collaborazione, iniziata gli scorsi anni, con la guida alpina **LUCA MONTANARI**, già nostro socio.

Saranno proposti corsi e salite sia nel periodo invernale che in quello estivo.

Vi sarà la possibilità di partecipare anche a trekking in paesi extraeuropei.

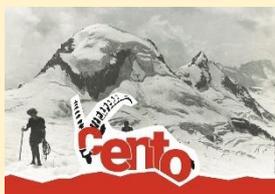
Informazioni più dettagliate saranno disponibili in sede a partire dal mese di dicembre



Le nostre serate

30 marzo

“Quanto vale la natura? I servizi ecosistemici come strumento di conservazione” a cura di Claudia Canedoli, naturalista, Dipartimento di Scienze dell'Ambiente e della Terra, Università degli Studi Milano Bicocca
Aula Magna Collegio Cairoli, piazza Cairoli – ore 21



11 maggio

“Parco nazionale GRAN PARADISO tra passato e futuro” a cura di Antonio Farina, Commissione Tutela Ambiente Montano Liguria Piemonte Valle d'Aosta, già consigliere Parco nazionale Gran Paradiso.
Aula Magna Collegio Cairoli, piazza Cairoli – ore 21

In settembre

In collaborazione con l'Istituto Nazionale di Fisica Nucleare (I.N.F.N.) e l'Università di Pavia, nell'ambito della Notte dei Ricercatori (ultima settimana di settembre)
“Il cambiamento climatico trasforma il volto delle montagne”
Prof. Roberto Seppi; Università degli Studi di Pavia.

Inoltre, verranno organizzate altre serate nella sede CAI.



Aggiornamento ai soci



20 gennaio

Neve e Valanghe; uso dell'ARTVA

(Apparecchio Ricerca Travolti VALanga)

Istruttori di scialpinismo e osservatore AINEVA

ore 21.15, sede CAI

Uso dell'ARTVA

Esercitazione con utilizzo dell'ARTVA

Istruttori di scialpinismo.

ore 9.30, Parco della Vernavola

21 gennaio



27 gennaio

Alimentazione e allenamento

Silverio Barp, istruttore sci di fondo escursionistico.

ore 21.15, sede CAI

21 febbraio

Topografia e orientamento

Gianluigi Biandrate, istruttore sci di fondo escursionistico.

ore 21.15, sede CAI



Numero Unico Emergenza



28 febbraio

Gestione emergenza e primo soccorso

Elio Guastalli, Progetto Sicuri in Montagna

CNSA CAI, Claudio Maraschi, infermiere

Soccorso Alpino, Elena Zaninetta, medico

Soccorso Alpino.

ore 21.15, sede CAI



in primavera

Massaggio cardiaco e uso del defibrillatore

Relatore da definire.

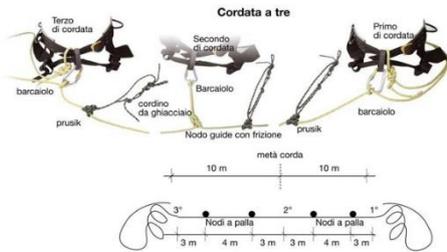
ore 21.15, sede CAI

18 aprile

Puntura di zecca: come si riconosce, rischi e interventi conseguenti

Relatore da definire

ore 21.15, sede CAI.



2 maggio

Progressione su ghiacciaio.

La cordata e i nodi. A cura di Angelo Garlaschelli (IA), Angelo Goletti

ore 21.15, sede CAI.

**Donna Moderna
acconciature**

Clara cell. 328.83.93.194
Nadia cell. 392.84.56.303



Scuola intersezionale di alpinismo e scialpinismo Gabriele Grignani

Sezioni di Lodi, Pavia, Voghera

aprile/maggio

Corso di "Arrampicata libera"



Da effettuarsi nel periodo aprile/maggio del 2023; con lezioni teoriche in sede e uscite in ambiente.

Informazioni precise sul programma saranno disponibili in sede entro il mese di gennaio 2023.

gennaio/febbraio

Fine settimana dedicato allo scialpinismo

La Scuola di alpinismo e scialpinismo Gabriele Grignani organizzerà un fine settimana in ambiente dedicato allo scialpinismo, dove si approfondiranno le problematiche relative a questa disciplina. Le due giornate saranno aperte anche ai soci che vogliono avvicinarsi allo scialpinismo.



a Voghera e Pavia

CFS FACILITY

nasce dalla fusione di due imprese quali la Cooperativa Ferrovieri e la Ditta Stucchi che da oltre 70 anni operano nei settori della gestione energia, manutenzioni ascensori, impiantistica elettrica.

Con CFS continueranno ad essere al vostro servizio



CFS
FACILITY



VOGHERA (PV)

Via Pietro Giuria, 30
tel. 0383 41465

PAVIA

Viale Montegrappa, 14
tel. 800 66 24 14

www.pianet.it

Sci di fondo



CORSO DI AVVIAMENTO ALLO SCI DI FONDO E GITE SCI DI FONDO

Il CAI di Pavia, in collaborazione con la Scuola di alpinismo e scialpinismo Val Ticino "Remo Gulmini", propone per l'anno 2023 un corso di avviamento allo sci di fondo diretto al principiante per l'apprendimento della tecnica di base del "passo alternato" su piste in piano – salita – discesa.

Il corso prevede lezioni teoriche propedeutiche presso la sede C.A.I. e 6 lezioni pratiche con uscite di una giornata (domenica) e di un week-end, presso località alpine (come specificato dal programma che segue); le uscite saranno effettuate con pullman privato e saranno aperte a tutti i soci.

Le attività saranno programmate tra i mesi di gennaio e marzo 2023. Le tecniche di base saranno insegnate da istruttori della Scuola Intersezionale C.A.I. Val Ticino.

Informazioni e iscrizioni dal 22 novembre 2022 presso la sede CAI Pavia al martedì e venerdì dalle 21.00 alle 22.30.

COGNE (AO) 15 gennaio

Le lunghe piste si snodano sotto le cime della Grivola e del Gran Paradiso, per una lunghezza di 80 km, spaziando tra i villaggi di Epinel, Lillaz e Valnontey, proprio nel cuore del Parco Nazionale del Gran Paradiso.



22 gennaio ANDERMATT (CH)

Lungo i fiumi Rodano, Reuss e Reno, che nascono qui, ci sono varie piste da fondo con diversi gradi di difficoltà.

Uscita abbinata ad escursionismo invernale con ciaspole.

5 febbraio

OLTRE IL COLLE (ZAMBLA ALTA)

In totale ci sono circa 16 km di piste che si sviluppano all'ombra del Monte Alben sviluppandosi da Zambla fino a Valpiana.



Sci di fondo



11-12 febbraio

Weekend in ENGADINA (CH)

Fino a 230 chilometri di piste varie dove è possibile vivere in una dimensione molto particolare lo sport dello sci nordico. Pernottamento in Italia.

Uscita abbinata ad escursionismo invernale con ciaspole.

VALGRISENCHÉ (AO) 26 febbraio

Oltre agli 8 km di piste, suddivisi in vari tracciati per la pratica dello sci di fondo, c'è la possibilità di scoprire bellissimi paesaggi con le racchette da neve.

Uscita abbinata ad escursionismo invernale con ciaspole.



Appuntamenti



martedì 20 dicembre '22



AUGURI DI NATALE

Serata in sede con rinfresco offerto dai soci.

LOTTERIA

Estrazione e consegna dei premi ai vincitori.

Nel corso della serata la segreteria rimarrà chiusa.

lunedì 20 marzo

ASSEMBLEA ANNUALE DEI SOCI

per parlare delle attività dell'anno trascorso e del rinnovo delle cariche sociali.

martedì 21 marzo

ELEZIONI DI FINE MANDATO

Rinnovo degli Organi Statutari.

sabato

18 novembre

CENA SOCIALE

La sede rimarrà chiusa dal 22 dicembre 2022 al 8 gennaio 2023, nel mese di agosto 2023.



Scialpinismo



17 dicembre '22

PIZZO D'ORSINO

Svizzera, valle di Andermatt, luogo di partenza Hospental 1452 m.

Dislivello $\uparrow\downarrow$ 1210 m, quota max 2662 m, difficoltà: MS

Organizzatori: Giambattista Ferranti, Andrea Sappino.

Partecipazione alla giornata "SICURI SULLA NEVE"

In Lombardia, con il Soccorso Alpino Lombardo, o in Piemonte con il Soccorso Alpino Piemontese Sono invitati tutti coloro che svolgono attività invernale in montagna. **Uscita organizzata in collaborazione con la Commissione Escursionismo**

15 gennaio



21 gennaio

Esercitazione ARTVA ore 9:30, Parco della Vernavola.

22 gennaio

MONTE PONTERANICA CENTRALE

Val Gerola (Valtellina), luogo di partenza Pescegallo 1454 m.

Dislivello $\uparrow\downarrow$ 918 m, quota max 2372 m, difficoltà: BS.

Organizzatori: Simone Pedrazzini, Paolo Zugnoni



OTTICA



G. Turconi



PAVIA - Strada Nuova, 98 - Tel. 038.225.381



4 febbraio

PIZZO CORZENE

Luogo di partenza: Albergo Grotta (strada per il passo della Presolana); salita dalla Valle dell'Ombra, discesa dal versante Sud-Ovest passando dal Colle della Presolana, o, in alternativa discesa dal Canale del Dito e Valle dell'Ombra. Dislivello $\uparrow\downarrow$ 1000 m, quota max 2196 m, difficoltà: BS. **Organizzatori:** *Giambattista Ferranti, Simone Pedrazzini*

MONTI SIBILLINI

3-5 marzo

Partenza il pomeriggio del 2 marzo

1° giorno: Traversata dal Monte Prata a Frontignano. Dislivello \uparrow 1410 m, \downarrow 1 719 m, difficoltà: BS.

2° giorno: Monte Argentella, luogo di partenza Pian Perduto di Castelluccio.

Dislivello $\uparrow\downarrow$ 867 m, quota max 2200 m, difficoltà: MS.

3° giorno: Monte Vettore, luogo di partenza Aie Capate. Dislivello $\uparrow\downarrow$ 1093 m, quota max 2476 m, difficoltà: BS. **Organizzatori:** *Andrea Sappino, Paolo Zugnoni*



19 marzo

GUGGILIHORN (CH)

Zwischbergental (zona val Divedro), luogo di partenza Bord 1359 m.

Dislivello $\uparrow\downarrow$ 992 m, quota max 2099 m, difficoltà: BS

Organizzatori: *Andrea Sappino, Paola Sciarini*

HAGELSTOCK E ROSSSTOCK 1-2 aprile

Pernottamento alla Lidernenhütte, Svizzera, a nord del Passo del Gottardo, Alpi Urane. 1° giorno:

Hagelstock, luogo di partenza Lidernenhütte 1727 m. Dislivello $\uparrow\downarrow\uparrow$ 450 m, quota max 2177 m,

difficoltà: MS. 2° giorno: Rossstock, luogo di partenza Lidernenhütte 1727 m

Dislivello \uparrow 740m \downarrow 1250m, quota max 2460m, difficoltà: BS.

Organizzatori: *Andrea Sappino, Paolo Zugnoni*





22-23 aprile

GRAN PARADISO

Salita su ghiacciaio all'unico 4000 tutto italiano, in Valsavarenche

1° giorno: dislivello \uparrow 770 m (da Pont Valsavarenche al rifugio Vittorio Emanuele)

2° giorno: salita al Gran Paradiso \uparrow 1331 m \downarrow 2101 m, quota max 4061 m, difficoltà: BSA

Organizzatori: Giambattista Ferranti, Simone Pedrazzini

Tutte le uscite sono organizzate dalla *Commissione Scialpinismo* in collaborazione con gli amici della *Sezione di Lodi*. Le destinazioni e le date potranno subire variazioni in base alle condizioni meteo e di innevamento.
LEGENDA: MS = medi sciatori, BS = buoni sciatori, BSA = buoni sciatori alpinisti.

FARMACIA F.A.P.A.



STRADA NUOVA, 100 - 27100 PAVIA - Tel. 0382-23001 - Fax 0382-33802
email: farmaciasapa@libero.it - www.farmaciasapa.it

*Dal 1826 nel cuore di Pavia
farmacisti preparatori,
effettuiamo ECG, Holter Cardiaco
e Holter Pressorio*



Orari di Apertura:

dal Lunedì al Venerdì: 8:30-13:30 / 15:00-19:00 - Sabato: 8:30-12:30



Gite Commissione Cultura



14 maggio

Villa del Balbianello, Lago Di Como

Visita a questa villa bene FAI, Lenno. Situata su una penisola da cui si godono scorci incantati del Lario, questa elegante e romantica dimora del XVIII secolo e il suo stupefacente giardino hanno ospitato letterati e viaggiatori fino al suo ultimo proprietario, Guido Monzino. Nel pomeriggio passeggiata lungo il lago e salita all'Abbazia dell'Acquafredda

Organizzazione: Commissione Cultura

BICICLETTATA

In compagnia un giro in bicicletta nelle nostre campagne

Organizzazione: Giuseppe Cuttitta e Claudio Emanuelli

27 maggio



24 settembre BERGAMO

Visita guidata a *Bergamo Alta*, con i suoi monumenti famosi, che impreziosiscono un tessuto urbano di rara qualità. Al pomeriggio possibilità di salire al Colle S. Vigilio a piedi o in funicolare.

Organizzazione: Commissione Cultura

7-9 ottobre

URBINO E ZONA DEL MONTEFELTRO

Visita al centro storico di Urbino, tutelato come Patrimonio Mondiale dell'Umanità dall'UNESCO e ad altri centri della zona.

Organizzazione: Commissione Cultura



11 novembre

VISITA GUIDATA AL MUSEO POLDI PEZZOLI

Una mattinata a Milano: accompagnati da Daniele Cosentino, nostro Socio, guida abilitata, visiteremo il Museo Poldi Pezzoli, noto per la varietà e ricchezza delle raccolte e per il fascino degli ambienti.

Organizzazione: Commissione Cultura





Escursionismo

invernale con le ciaspole



15 gennaio

Partecipazione alla giornata "SICURI SULLA NEVE"

Sono invitati tutti coloro che svolgono attività invernale.

Uscita organizzata in collaborazione con la Commissione Scialpinismo

22 gennaio ANDERMATT (CH)

Con numerosi percorsi con segnaletica per ciaspole e i diversi sentieri escursionistici invernali permettono di rilassarsi. Difficoltà EAI

Uscita abbinata con Sci di Fondo.



11-12 febbraio

Weekend in ENGADINA (CH)

Andare con le ciaspole in Engadina, per chi ama la natura invernale con i suoi silenzi, è qualcosa di magico. Pernottamento in Italia. Difficoltà EAI

Uscita abbinata con Sci di Fondo.

VALGRISENCHÉ (AO) 26 febbraio

Sono passeggiate molto facili che vi faranno scoprire dei paesaggi suggestivi, immersi nel bianco e nel silenzio. Difficoltà EAI

Uscita abbinata con Sci di Fondo.



OTTICA



G. Turconi



PAVIA - Strada Nuova, 98 - Tel. 038.225.381



9-10-11-12 marzo VAL DI FUNES



Escursioni con le ciaspole immersi in un paesaggio da favola, nella splendida Val di Funes che si estende ai piedi delle Odle. Dislivello e sviluppo da definire sul posto in merito alle condizioni di innevamento e meteoriche. Durata: variabili a seconda della scelta dei percorsi. Difficoltà EAI.

Organizzatori: Elena Bellotti, Stefano Bonfoco

L'attrezzatura di sicurezza richiesta per le escursioni in ambiente innevato prevede una dotazione obbligatoria personale di ARTVA (Apparecchio Ricerca Travolti in Valanga), pala e sonda che sono gli strumenti necessari per l'autosoccorso nel caso di travolgimento proprio o di un compagno sotto una valanga.

LEGENDA: EAI escursionismo in ambiente innevato.

Cravotti

arredamenti
BELGIOIOSO (PV)

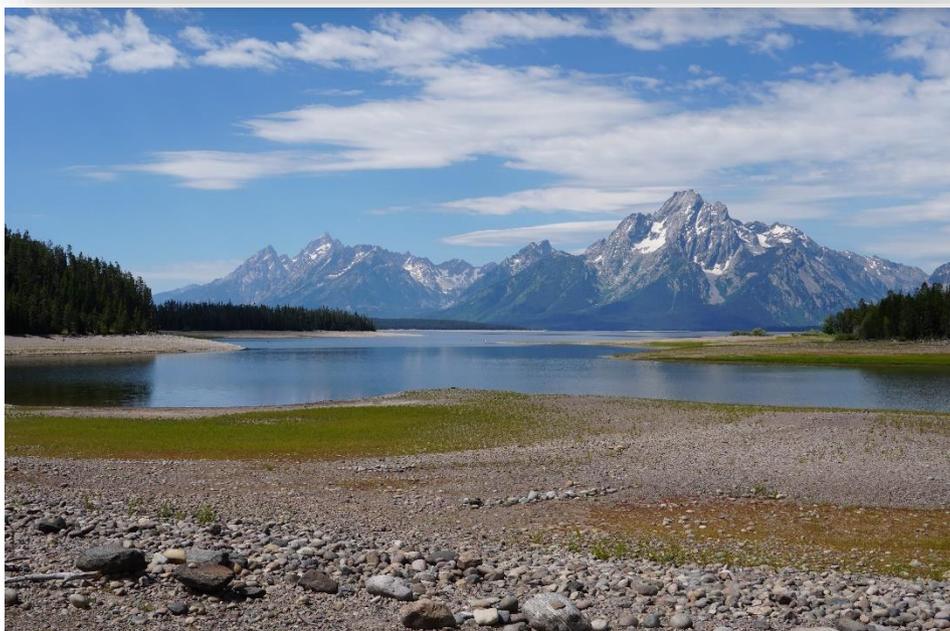
CRAVOTTI ARREDAMENTI s.r.l. - V.le Dante, 19 - 27011 Belgioioso (PV)

Tel. e Fax: 0382 969356

**Se vuoi allenarti per scalare le grandi montagne
Campus Aquae è il posto giusto per te!
Piscina e palestra con istruttori altamente qualificati.**



Campus Aquae ■ Strada Cascinazza 29, Pavia ■ 0382.38361 ■ www.campusaquae.it



Grand Teton National Park, Wyoming, luglio 2022.

Escursionismo

dalla primavera all'autunno escursioni trekking viaggi



26 marzo

Da VERNAZZA a LEVANTO (SP)

Seguendo il sentiero lungo la costa, da Vernazza, il luogo più meraviglioso delle Cinque Terre, e passando per Monterosso giungeremo a Levanto. Dislivello $\uparrow\downarrow$ 650 m circa; Difficoltà E; ore 5.

Organizzatori: Elena Bellotti, Stefano Bonfoco

16 aprile

Monte CANTO ALTO 1146 m (BG)

Escursione a anello sulla cima più elevata del territorio del Parco dei Colli di Bergamo, situato tra Val Brembana e Val Seriana. Dislivello $\uparrow\downarrow$ 650 m circa; Difficoltà E; ore 4:30.

Organizzatori: Elena Bellotti, Sabina Gallotti



riNO
sport PER TUTTI GLI SPORT
UN NOME, UNA GARANZIA

ATTREZZATURA TECNICA

e ABBIGLIAMENTO

per ALPINISMO
SCI DI FONDO
SCIALPINISMO
TREKKING

CORSO GARIBALDI, 1 - TEL 038228343
CORSO GARIBALDI, 4 - TEL 038326976

PAVIA

**A TUTTI I SOCI CAI
SCONTO DEL 10%**

Escursionismo



dalla primavera all'autunno escursioni trekking viaggi



7 maggio

Ponte tibetano "Carasc" Val Sementina (CH)

Escursione collinare dai molteplici punti di interesse: il passaggio da brividi su uno dei più lunghi ponti Svizzeri (m270), la scoperta degli affreschi della chiesetta romanica di S. Bernardo, la visita di Curzùtt, nucleo montano magnificamente restaurato. Itinerario ad anello.

Dislivello ↑↓ 550 m; Difficoltà E; ore 4 ca.

Organizzatori: Sabina Gallotti, Elena Bellotti.

21 maggio

Monte Moncucco 1920 m

Panoramica cima della Val d'Ossola da dove è possibile ammirare i vicini monti svizzeri, il Monte Rosa, la valle del Toce e la Valle Vigezzo. Dislivello ↑↓ 800 m; Difficoltà E; ore 4 ca.

**Organizzatori: Stefano Rossetti,
Francesco Rampazi**



Dal 1958

NUOVA CARCOLOR s.n.c.
di Carboni Giancarlo, Rossano & C.



Via Turati, 24 - 27028
S. Martino Siccomario (Pavia)
e-mail: nuovacarcolor@nuovacarcolor.it

www.nuovacarcolor.it
tel: 0382.49.86.29
fax: 0382.55.94.02

Escursionismo



dalla primavera all'autunno escursioni trekking viaggi

02-03-04 giugno



Val Sarentino – Alto Adige

La Val Sarentino è un luogo incantevole a nord di Bolzano, dalla natura ancora incontaminata. Tanti sentieri per escursioni tra splendidi rifugi tradizionali, praterie silenziose e laghi alpini, ammirando le vicine Dolomiti.

Organizzatori: Elena Bellotti, Stefano Bonfoco

Gran Balconata del Cervino **18 giugno**

Trekking estetico ad ammirare la cima più iconica delle Alpi, il maestoso Cervino, passando per alcuni dei villaggi più caratteristici della Valtournanche
Dislivello $\uparrow\downarrow$ 600 m; Difficoltà E; ore 5.

Organizzatori: Sabina Gallotti, Alessio Pelle



2 luglio Rifugio e Passo Andolla (VB)



Escursione nel parco naturale della valle Antrona. Si parte da Cheggio (1508 m), si costeggia il lago dei Cavalli e si sale al rifugio Andolla (2061 m). Possibilità di arrivare al passo Andolla (2418 m) ed ammirare la Weissmies.
Dislivello $\uparrow\downarrow$ 550+350 m; Difficoltà E; Tempo di salita ore 2+1.

Organizzatori: Francesco Rampazi, Luigi Saccani

8-9 luglio

Capanna Margherita m 4554 - il rifugio più alto d'Europa

ALPINISTICA - Salita abbastanza semplice dal punto di vista alpinistico, ma impegnativa fisicamente.

Organizzato dalla guida alpina Luca Montanari



Escursionismo



dalla primavera all'autunno escursioni trekking viaggi

22-23 luglio

Valsavarenche – Gran Paradiso

Due giorni in Valsavarenche nel Parco Nazionale del Gran Paradiso tra laghi, torrenti e viste mozzafiato. Dislivelli: 1000m ca / 860 m ca. Difficoltà: E.

Organizzatori: Stefano Rossetti, Stefano Bonfoco



2-3 settembre

Traversata Alpe Devero – Alpe Veglia

Primo giorno, salita da Goglio a Devero, dove si pernotta. Secondo giorno, si sale la val Buscagna fino alla Punta d'Orognia e poi al passo di Valtendra; quindi si scende all'alpe Veglia e si percorre il Sentiero dei Fiori fino all'alpe Ciamporino e poi a San Domenico.

Dislivello: 520 m (sabato) + 800 m (domenica)

Tempo: 2 ore (sabato) + 7 ore (domenica) - Difficoltà E-EE

Organizzatori: Francesco Rampazi, Stefano Rossetti

17 settembre

Monte Bieteron 2764m - Val d'Ayas

Punta con panorama spettacolare su tutti i 4000 della Val d'Aosta, dal Bianco al Cervino all'intero gruppo del Rosa, oltre alla sottostante conca dei laghi Palasinaz. Dislivello: 900m; Difficoltà: EE per la cima; Tempo di salita ore 3.

Percorso breve fino al Lago e Alpe Literan 2228m. Dislivello 450m

Organizzatori: Stefano Rossetti, Stefano Bonfoco



1° ottobre

Corna Trentapassi 1244 m

Salita ad una cima panoramica sopra il lago d'Iseo, e ritorno con percorso ad anello.

Dislivello: 560 m; Tempo di salita ore 2; Difficoltà E.

Organizzatori: Francesco Rampazi, Tiziana Pozzi

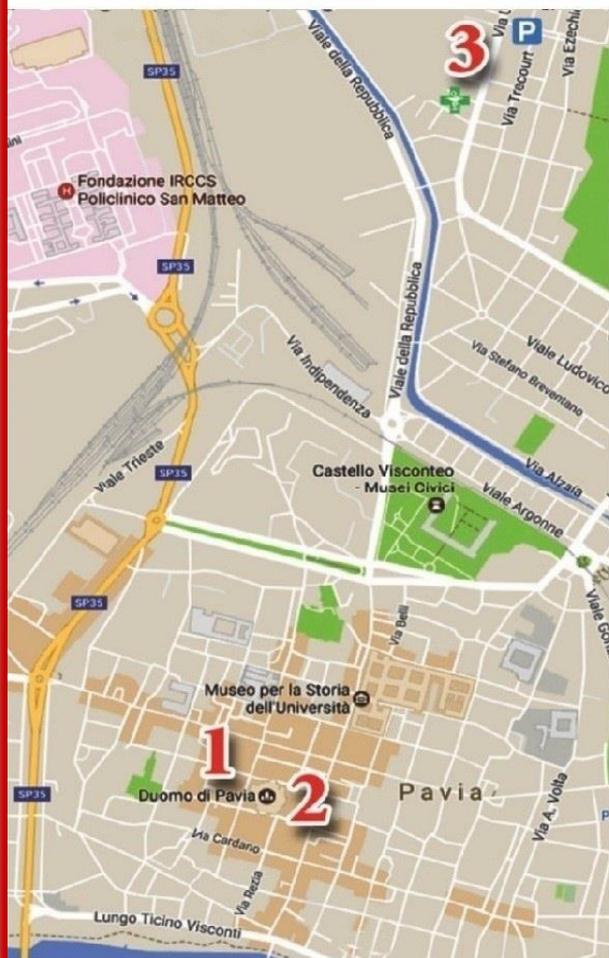
- T H E -
BURONI
- S H O P S -

CORSO CAVOUR 25

PIAZZA VITTORIA 16

OUTLET: VIA OLEVANO 84 PAVIA

ottant'anni di storia dentro le nostre borse



1

BURONI c.so Cavour 25

www.buroni.it

0382 32164



Buroni Pelletterie Valigeria CorsoCavour25

2

BURONI p.zza Vittoria 16

e-commerce: www.buronipelletterie.com

0382 24749



Buroni Pelletterie - Borse e Accessori

3

BURONI OUTLET via Olevano 84

buronioutlet@libero.it

0382 575838



Buroni Outlet Shop

Escursionismo



dalla primavera all'autunno escursioni trekking viaggi

15 ottobre

INTERSEZIONALE "TICINUM"

Itinerario proposto da CAI Codogno e CAI Vittuone che invita tutte le sezioni CAI aderenti alla conferenza stabile "Ticinum".

Organizzatori:

Commissione Escursionismo



29 ottobre

Traversata Bassa delle Grigne



Bellissimo itinerario che si sviluppa a mezza costa lungo i pendii orientali della Grignetta e del Grignone, collegando i Piani Resinelli con la località Pialeral.

Discesa a Colle Balisio.

Dislivello ↑ 350 m ↓ 800 m;

Difficoltà E; ore 4:30.

Organizzatori: Elena Bellotti, Sabina Gallotti

Gli organizzatori si riservano la facoltà di variare date, località o annullare le escursioni previste.

LEGENDA DIFFICOLTÀ PROGRAMMA ESCURSIONISMO:

E = sentiero escursionistico,

EE = escursionisti esperti,

EEA = escursionisti esperti attrezzati.



CAI

Sezione
di Pavia



*Intersezionale TICINUM
svoltasi a Varzi
il 16 ottobre 2022.*



Calendario attività

Dicembre 2022

1	Apertura anno sociale 2023. Palazzo Broletto.	C
13	Proiezione film BARTOLOMEO PEYROT	C
17	PIZZO D'ORSINO	SA
20	AUGURI di NATALE in Sede	

Calendario attività 2023



Gennaio

15	Partecipazione alla giornata "SICURI SULLA NEVE"	SA/CIA/E
20-21	Neve e Valanghe; uso dell'ARTVA	AG
22	ANDERMATT Svizzera	SF+CIA
22	MONTE PONTERANICA CENTRALE	SA
27	Alimentazione e allenamento	AG

Febbraio

4	PIZZO CORZENE	SA
5	OLTRE IL COLLE (ZAMBLA ALTA)	SF
11-12	Weekend in ENGADINA (CH).	SF+CIA
21	Topografia e orientamento	AG
26	VALGRISENCHE (AO)	SF+CIA
28	Chiamata e gestione emergenza	AG



Venezia, ottobre 2022



Calendario attività 2023

Marzo

<i>In primavera</i>	Massaggio cardiaco e uso del defibrillatore	C
3-5	MONTI SIBILLINI	SA
9-12	VAL DI FUNES	CIA
14	Un viaggio in America, alcuni parchi e tradizioni	C
19	GUGGILIHORN (CH)	SA
20	ASSEMBLEA ANNUALE DEI SOCI	
21	Elezioni degli Organi Statutari	
26	Da VERNAZZA a LEVANTO (SP)	E
30	Quanto vale la natura? I servizi ecosistemici . . .	C

Aprile

1-2	HAGELSTOCK E ROSSSTOCK	SA
16	Monte CANTO ALTO 1146 m (BG)	E
18	Puntura di zecca: come si riconosce, rischi e . . .	C
22-23	GRAN PARADISO	SA

Maggio

2	Progressione su ghiacciaio.	AG
7	Ponte tibetano "Carasc" Val Sementina (CH)	E
11	Parco nazionale GRAN PARADISO tra passato e futuro	C
14	Villa del Balbianello, Lago Di Como	C
21	Monte Moncucco 1920 m	E
27	BICICLETTATA	C

Giugno

2-4	Val Sarentino – Alto Adige	E
18	Gran Balconata del Cervino	E

Calendario attività 2023



Luglio

2	Rifugio e Passo Andolla (VB)	E
8-9	Capanna Margherita m 4554 - il rifugio più alto d'Europa	EEA
22-23	Valsavarenche – Gran Paradiso	E

Agosto

Settembre

2-3	Traversata Alpe Devero – Alpe Veglia	E/EE
17	Monte Bieteron 2764m- Val d'Ayas	E/EE
24	BERGAMO	C
Ultima settimana	Il cambiamento climatico trasforma il volto delle . . .	C

Ottobre

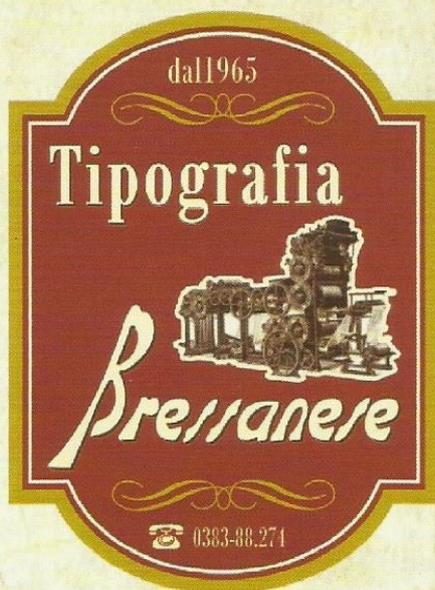
1	Corna Trentapassi 1244 m	E
7-9	URBINO E ZONA DEL MONTEFELTRO	C
15	Intersezionale "TICINUM"	E
29	Traversata Bassa delle Grigne	E

Novembre

11	VISITA GUIDATA AL MUSEO POLDI PEZZOLI	C
18	CENA SOCIALE	

LEGENDA ATTIVITÀ:

SF sci di fondo, SA scialpinismo, E escursionismo, C cultura,
AG aggiornamenti, CIA ciaspole, EE escursionismo esperti,
EEA escursionisti esperti attrezzati.



dal 1965 stampiamo le vostre idee
stampati commerciali e pubblicitari
in offset o digitale
adesivi per auto - vetrofanie
cartellonistica - timbri e targhe

INSEGNE ANTICHE

Via Depretis, 282 - Tel. 0383.88274 - 27042 Bressana Bottarone (PV)
e-mail: info@tipografiabressanese.com

CAI

Sezione di
Pavia



Via Colesino, 16 - 27100 Pavia

Tel. 0382 460450

Email: caipavia@caipavia.it

www.caipavia.it

Sede aperta martedì e venerdì dalle 21:00 alle 23:00

Grafica e fotografie di copertina cdi Bellotti e Goletti