



**CLUB ALPINO ITALIANO**

dal 1875 SEZIONE di VERONA

# notiziario *ai soci*

Poste Italiane S.p.A. - Spedizione in abbonamento postale - D.L. 353/2003 (conv. in L. 27/02/2004 n°46) art. 1, comma 2 e 3 CNS VERONA.



## CLUB ALPINO ITALIANO dal 1875 SEZIONE di VERONA *Notiziario ai soci*

### Direttore responsabile:

Andrea Etrari.

### Direzione e redazione:

C.A.I. Club Alpino Italiano  
Via S. Toscana, 11 - 37129 Verona  
tel. e fax 045/8030555  
e-mail segreteria: info@caiverona.it  
www.caiverona.it

### Progetto grafico:

Lime Solutions S.r.l.  
Via Fenil Novo, 21 - 37036 S. Martino B.A. (Verona)  
tel. +39 045 8781684 - fax +39 045 9786664  
e-mail: info@limesolutions.it  
www.limesolutions.it

### Stampa:

Arti Grafiche Biemmedi s.n.c.  
Via Fenil Novo, 9/A - 37036 S. Martino B.A. (Verona)  
tel. 045 992731 - fax 045 8797798  
e-mail: info@grafichebiemmedi.com  
www.grafichebiemmedi.com

Autorizzazione Tribunale C.P. di Verona, n° 78 del 20.08.1955.  
Spedizione in abbonamento postale riservato alle associazioni  
ONLUS e no profit (Art. 1, commi 2 e 3 del D.L. 353/03,  
convertito in Legge no. 46 del 27.02.2004).

Foto di copertina: prima neve in Val Badia



## 5 PER MILLE AL C.A.I. DI VERONA

Cari Soci e Simpatizzanti,  
la Legge finanziaria 2007 ha confermato le provvidenze in favore delle associazioni di volontariato, tra le quali figura anche la Sezione di Verona del Club Alpino Italiano.

Se volete sostenere la sua attività, nella prossima dichiarazione dei redditi (MOD. 730 o UNICO) sottoscrivete l'opzione del 5 per mille indicando il Codice Fiscale  
**00804420230.**

## QUOTE ASSOCIATIVE 2010

Soci ordinari Euro 45,00

Soci ordinari over 80 Euro 39,00

Soci familiari Euro 25,00

Soci giovani  
(nati nel 1993 e seguenti) Euro 16,00

Suppl. per i soci residenti all' estero Euro 45,00

Abbon. alle "Alpi Venete" (facoltativo) Euro 4,00

**NUOVI SOCI:** l'assicurazione viene attivata dalle ore 24 del giorno di iscrizione, e comporta una maggiorazione di € 5,00 per il costo della nuova tessera.

## APERTURA DELLA SEDE:

MARTEDÌ  
dalle **16.30 alle 19.30**  
e dalle **21.00 alle 22.30**

MERCOLEDÌ, GIOVEDÌ E VENERDÌ  
dalle **16.30 alle 19.00**

## HAI RINNOVATO IL BOLLINO ? LO PUOI FARE !

RIVOLGENDOTI ALLA SEGRETERIA

OPPURE CON UN VERSAMENTO

SUL C/C POSTALE N. **14445373** o

C/C BANCARIO : **IT 91 Y 02008 11704**

**000004751516.**

## JOB & ORIENTA

La manifestazione, particolarmente rivolta ai giovani, ed alla quale partecipano enti ed associazioni, anche quest'anno si svolgerà in Fiera il **25-26-27 novembre 2010**. La nostra Sezione sarà presente con uno stand nel quale saranno evidenziate le varie attività.

## S. MESSA di NATALE

Il consueto appuntamento natalizio avrà luogo il 24 dicembre, ore 22, presso la chiesa Santa Maria del Paradiso in Via G. Trezza. Accompagnerà la Messa il Coro Scaligero dell'Alpe. Poi ci riuniremo in sede per scambiarsi i tradizionali AUGURI!

**RINNOVI :** Il bollino CAI vale dal giorno dell'acquisto fino al 31 marzo dell'anno successivo. Si raccomanda ai soci di rinnovare per tempo l'iscrizione e comunque entro il 30 marzo, altrimenti si perdono i benefici previsti. Infatti dopo tale data vengono a mancare le coperture assicurative e cessa la spedizione delle riviste sociali.

I soci che comunque non rinnovano il tesseramento entro il 31 ottobre, sono considerati dimissionari a norma del Regolamento Generale e Sezionale, fatta salva la possibilità di recuperare nel corso del 2010 il bollino dell'anno o degli anni precedenti. In alternativa il socio può ripartire in qualità di nuovo socio, perdendo però l'anzianità acquisita. Il tesseramento può essere fatto anche tramite c/c postale n. 14445373 intestato al CAI Sezione di Verona, aggiungendo 1,00 euro al versamento, per rimborso spese di spedizione a domicilio del bollino. Tutti i soci sono invitati a segnalare alla Sezione eventuali irregolarità nella spedizione delle riviste sociali.



## CARE SOCIE E CARI SOCI,

si sta concludendo il 2010 che ha visto, ancora una volta, la nostra sezione molto attiva nel proporre diverse attività, escursioni e corsi, quasi tutti andati a buon fine.

È vero che la frequentazione escursionistica estiva ed invernale della montagna è generalmente in crescita e c'è la prospettiva di un ulteriore incremento, ma pensiamo che questo successo derivi dal fatto che le varie iniziative organizzate annualmente dalla sezione sono improntate ad accontentare la più ampia fascia del corpo sociale.

Questo gradimento è testimoniato dalla crescita, anche nel 2010, del numero dei soci che, seppure più contenuto rispetto all'anno precedente, ha superato il centinaio portandoci molto vicini alla soglia dei tremila.

All'interno del nostro sodalizio, nel corso dell'anno, ci sono stati avvenimenti rilevanti, alcuni positivi altri, pur se inevitabili, un po' meno. L'Assemblea Generale dei delegati di Riva del Garda, nel maggio scorso, ha nominato Umberto Martini nuovo Presidente Generale del CAI. Cresciuto nella sezione di Bassano, di cui è stato giovane presidente, Martini ha scalato tutti i gradini di responsabilità con passo regolare ma sicuro fino alla presidenza generale. "Intendo la mia nuova carica istituzionale – dice il neo presidente – come un'occasione, una meravigliosa opportunità d'incontro e valorizzazione delle realtà territoriali del CAI: le Sezioni, i Gruppi Regionali, le scuole e tutte le altre, promuovendo e sostenendo attività, interessi e fermenti coltivati all'interno di questo mondo".

Auguri Presidente!  
E subito Martini si è ricordato di Verona, proponendo la nostra città quale sede di un'assemblea generale straordinaria per il prossimo 19 dicembre.

Purtroppo, però, l'Assemblea di Riva ha portato, **nota dolente, anche un aumento della quota associativa di tre euro per la copertura assicurativa delle varie attività, a seguito di un rilevante incremento dei**

**sinistri denunciati (alcuni anche mortali) e di un euro per l'aumento delle tariffe postali relative alla spedizione della stampa sociale. Tariffe che, purtroppo, sono aumentate tantissimo penalizzando non solo noi, ma tutte le associazioni di volontariato. In accordo con la Sezione "Cesare Battisti" e le altre sottosezioni abbiamo ritenuto di spalmare questo aumento sui prossimi due anni in modo da attenuarne gli effetti negativi sui nostri soci.**

Tra le note negative dobbiamo segnalare pure che a tutt'oggi non sono ancora stati definiti i rapporti con la Provincia di Bolzano per la gestione dei rifugi ex MDE.

Noi abbiamo in concessione da decenni i rifugi Biasi, nelle Alpi Breonie, e Fronza, sul Catinaccio, nei quali abbiamo investito risorse umane e finanziarie.

Ci saremmo sinceramente aspettati un trattamento più rispettoso, soprattutto nei confronti dei nostri gestori.

Una ricorrenza che ci è molto gradita e a cui abbiamo voluto dedicare una serata celebrativa è il 135° anniversario di fondazione della nostra Sezione.

Nata nel 1875, è annoverata tra le sezioni "storiche" del CAI ed ha contribuito in modo significativo alla crescita del mondo alpinistico veronese favorendo la conoscenza, la frequentazione e il rispetto della montagna e acquisendo quindi credibilità e prestigio.

Grazie al Club Alpino Italiano veronese, in tutte le sue articolazioni territoriali, molti soci e non, giovani e meno giovani, hanno avuto l'opportunità di frequentare la montagna in sicurezza.

Con l'augurio che continuerete a frequentarci anche nella prossima stagione invernale per la quale verranno proposte iniziative di sci di discesa, fondo e ciaspole anche in ambienti nuovi, unitamente ad un variegato programma di "serate culturali" in sede il martedì, mi è grata l'occasione per porgergli i più cordiali saluti

*Il Presidente*  
*Piero Bresaola*



## ASSEMBLEA ORDINARIA DEI SOCI DELLA SEZIONE C.A.I. DI VERONA

*È indetta presso la sede di Via S. Toscana n. 11  
per giovedì 10 Marzo 2011 alle ore 12.00  
in prima convocazione IL GIORNO VENERDI' 11 MARZO  
2011 ALLE ORE 20.30 IN SECONDA CONVOCAZIONE  
(valida con qualsiasi numero di soci).*

*L'ordine del giorno è il seguente:*

- 1. nomina del Presidente, del Segretario e di tre scrutatori;*
- 2. approvazione del verbale dell'Assemblea del 27.03.2010;*
- 3. elezione di 1/3 dei componenti il Consiglio Direttivo (n. 5);*
- 4. premiazione dei soci cinquantennali e venticinquennali;*
- 5. relazione del presidente e dei Reggenti le sottosezioni;*
- 6. bilancio consuntivo 2010 e preventivo 2011; relazione del Tesoriere e del Collegio dei Revisori dei Conti – votazione dei bilanci;*
- 7. nomina dei Delegati alle Assemblee Nazionali e Regionali;*
- 8. quote sociali 2012;*
- 9. varie ed eventuali.*

*Il Presidente*

### **NORME PER LE VOTAZIONI:**

*Hanno diritto al voto tutti i soci maggiorenni in regola con il pagamento della quota sociale per l'anno 2010.*

*Ogni socio può farsi rappresentare in Assemblea e votare, da altro socio che non sia membro del Consiglio Direttivo, mediante rilascio di delega scritta.*

*Il sottoscritto.....  
impossibilitato a intervenire, delega  
il socio.....  
a rappresentarlo all'Assemblea generale  
ordinaria del 10 marzo 2011*

*Data.....*

*Firma.....*



## SCUOLA SCI DI FONDO ESCURSIONISMO

La Scuola di Sci Fondo Escursionismo del C.A.I. di Verona propone anche quest'anno l'ormai collaudato corso di Sci di Fondo. Con questa iniziativa la Scuola assolve ad un compito che va oltre il mero insegnamento della tecnica. Guardarsi intorno, entrare nel clima, essere investiti dalla disciplina sportiva quale accattivante mezzo per conoscere la montagna: essa infatti riserva, a chi la sa leggere, grandi suggestioni ed emozioni nascoste nei suoi più reconditi aspetti, in un ambiente incontaminato.

### PRESCIISTICA

Prima dell'avvio dei corsi verrà organizzata una serie di incontri domenicali di preparazione fisica ed atletica, al fine di affrontare al meglio l'impegno sciistico.

L'attività è aperta a tutti, anche a chi non intende proseguire con i corsi, e si svolgerà sulle colline veronesi nei seguenti giorni:

**Domenica 21 Novembre 2010**

**Domenica 28 Novembre 2010**

**Domenica 5 Dicembre 2010**

RITROVO: Ore 9.30 presso la sede C.A.I.

### SERATE A TEMA

Si svolgeranno in sede alle ore 21.00

**Martedì 9 novembre 2010**

**La neve e le sue metamorfosi.**

**Martedì 16 novembre 2010**

**I pericoli della montagna invernale.**

**Martedì 30 novembre 2010**

**Presentazione delle attività invernali.**

### CORSO SCI FONDO ESCURSIONISMO

RESPONSABILI: **Mariano Rizzonelli - Ezio Etrari**

Il corso viene suddiviso in due livelli (base e perfezionamento) per fornire all'allievo una preparazione tecnica adeguata alla pratica dello sci di fondo anche a livello escursionistico. I materiali utilizzati saranno sci e scarpe da fondo, con possibilità di noleggio.

### LEZIONI TEORICHE in sede

Si svolgeranno alle ore 21.00

**Giovedì 16 Dicembre 2010**

**Presentazione del corso**

**Giovedì 23 Dicembre 2010**

**Equipaggiamento e attrezzatura**

### LEZIONI TEORICHE a Dobbiaco

Si svolgeranno alle ore 21.00

**Lunedì 3 Gennaio 2011**

**Nozioni di ambiente alpino.**

**Martedì 4 Gennaio 2011**

**Cartografia e orientamento.**

**Mercoledì 5 Gennaio 2011**

**Il C.A.I. - Flora e fauna di montagna.**

### PREPARAZIONE TECNICA SULLA NEVE

**Soggiorno a DOBBIACO (BZ)**

**da domenica 2 a giovedì 6 Gennaio 2011**

**Domenica 16 Gennaio 2011**

**Forte Cherle - Altipiano di Folgaria Lavarone Luserna**

QUOTA - È comprensiva di:

- lezioni teoriche e pratiche
  - manuale sci di fondo escursionistico
  - assicurazione infortuni
  - ingresso piste di fondo
  - soggiorno in albergo (mezza pensione)
- La quota non comprende i trasferimenti.

### PROGRAMMA GITE INVERNALI SCI FONDO - CIASPOLE

**DOMENICA 19 dicembre 2010**

Alpe di Siusi

**DOMENICA 9 gennaio 2011**

**Vezena Millegrubbe - Altipiano di Folgaria Lavarone Luserna**

**DOMENICA 16 gennaio 2011**

**Forte Cherle - Altipiano di Folgaria Lavarone Luserna**

**DOMENICA 23 gennaio 2011**

**Dobbiaco-Cortina - Val di Landro**

**DOMENICA 30 gennaio 2011**

**Boscovareale - Appennino Tosco-Emiliano**

**DOMENICA 6 febbraio 2011**

**Oclini-Lavazè-Pietralba - Altipiano di Nova Ponente**

**DOMENICA 13 febbraio 2011**

**Enego - Altipiano dei sette Comuni**

**VENERDI' 18 febbraio 2011**

**Notturba in Lessinia con le ciaspole - Prealpi Veronesi**

**DOMENICA 20 febbraio 2011**

**Anterselva - Alta Pusteria**

**SABATO 26 e DOMENICA 27 Febbraio 2011**

**Slingia - Alta Val Venosta**

ACCOMPAGNATORI SCI FONDO

*Luciano Fumagalli, Paolo Massarola, Gino Sorbini,  
Adriano Angeri, Marta Maroldi, Antonella Righetto*

ACCOMPAGNATORI CIASPOLE

*Lorenzo Costantini, Zoe Bressan, Paola Rizzardi,  
Corrado Andreoli, Ugo Cecchetto*

A tutte le uscite sarà presente un ISTRUTTORE ISFE per dare la possibilità di migliorare la tecnica dello sci di fondo.

Con un sufficiente numero di richieste possibilità di organizzare uscite sci fondo escursionistiche.

### ISCRIZIONI CORSO SCI FONDO ESCURSIONISMO

Si effettueranno in sede nei seguenti giorni:

**MARTEDÌ 16 - 23 - 30 Novembre 2010**

dalle 21.00 alle 22.30

### ISCRIZIONI GITE

Si effettueranno in sede nei seguenti giorni:

**MARTEDÌ'**

dalle 16.30 alle 19.00

dalle 21.00 alle 22.30

**MERCOLEDÌ' GIOVEDÌ' VENERDÌ'**

dalle 16.30 alle 19.00

Per i non soci C.A.I. l'iscrizione alle gite dovrà essere effettuata entro giovedì.

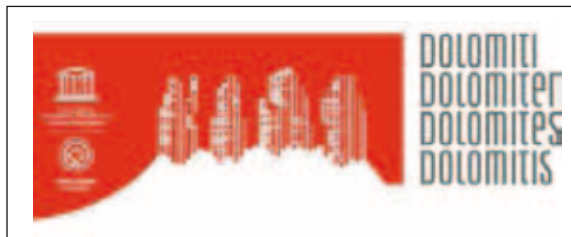


## I 135 ANNI DELLA SEZIONE.

Il 22 ottobre la Sezione ha festeggiato con una significativa cerimonia, non scevra da una punta d'orgoglio, i 135° anni dalla sua fondazione. La serata svoltasi presso l'auditorium dell'Istituto Don Bosco, è stata allietata dalle "cante" del nostro "Coro Scaligero dell'Alpe", onorata dalla presenza del Presidente Generale del CAI Umberto Martini, e dagli Assessori Comunali Polato e Sboarina, gratificata dalle stupende foto magistralmente commentate da Antonella Fornari. Con immagini e parole, Ezio Etrari ha tracciato anche un breve excursus della storia del nostro sodalizio, illustrandone i più significativi episodi verificatisi durante questi 135 anni. Alla serata era stato invitato il Gen. Lucio Alberto Fincato, al quale il Presidente Piero Bresola, ha consegnato una targa per ringraziarlo dell'impegno profuso durante gli anni in cui è stato appassionato e fattivo consigliere del nostro Sodalizio. Sono stati poi ricordati i meriti acquisiti da Lucio per la sua attività letteraria: precise ed esaurienti pubblicazioni hanno fatto conoscere ad un più vasto pubblico le peculiarità, ed i più interessanti itinerari della Val Pusteria. Ma un particolare riconoscimento glielo si deve anche per aver saputo trasmettere ai suoi Alpini l'amore per i monti. Una bella ed intensa serata che ha avuto momenti di commozione quando è stato ricordato il sacrificio del Padre di Lucio, Colonnello Giovanni Fincato, Medaglia d'Oro della Resistenza. Il Generale ha ringraziato per la bella cerimonia che gli ha consentito di ricordare, tra l'altro, i gioiosi momenti vissuti al CAI.



## LOGO DOLOMITI-UNESCO AVANGUARDIA O BRUTTURA?



Quando ci è stato sottoposto questo logo, vincitore del concorso indetto dalla Fondazione Dolomiti-Unesco, logo che doveva rappresentare graficamente i Monti Pallidi, a prima vista lo abbiamo scambiato per quello di una proposta edilizia. L'impressione, quindi, è stata totalmente negativa, ma poi riguardandolo, lo abbiamo dovuto apprezzare perché si tratta indubbiamente di un simbolo coraggioso. Quattro cime che simboleggiano altrettante culture presenti sul territorio dolomitico: italiana, tedesca, ladina, friulana. Un logo che denota la bravura e l'inventiva del designer valdostano Arnaldo Trani vincitore del concorso. Egli ha saputo presentare visivamente la geomorfologia delle Dolomiti, evitando la riconoscibilità di cime specifiche per dare rappresentatività all'insieme dei 9 sistemi. Le figure emergono dal bianco e prendono forma e disegno all'interno del rettangolo orizzontale: un "territorio" racchiuso in un perimetro per tutelare meglio un ambiente unico e mitico... Queste, ed altre, sono le motivazioni che hanno portato la giuria a questa non facile e coraggiosa scelta. Ma noi, semplici e vecchi alpinisti, non riteniamo che le vecchie Dolomiti possano essere identificate, e pubblicizzate con questo modernissimo simbolo, troppo difficile da interpretare. Rispettiamo quindi la scelta fatta dalla commissione preposta, ma non la condividiamo. La lunga e dettagliata descrizione del logo, teso a farci capire cosa questo rappresenta, non ci ha del tutto convinti: ci sarebbe piaciuto capirlo da soli, senza aver bisogno di tortuosi ammenicoli, per convincerci sulla validità della scelta, che certamente sarà stata ritenuta migliore delle altre 420 "banali" proposte partecipanti

al concorso. Forse la dimensione moderna ha sviato la nostra opinione, ma molti sono concordi nell'affermare che quel reticolo ricorda più i grattacieli, che le rocce plasmate nei millenni dagli agenti atmosferici.

Numerosissime critiche, anche feroci, sono giunte da ogni parte, intervallate solo da pochissimi apprezzamenti. Eccone uno: lo

trovo inaspettatamente straordinario, finalmente si muove l'estetica tradizionale dell'ambiente montano. Ci volete con le caprette e i vestitini tirolesi? Ci volete Kaserjaeger? Largo all'avanguardia! Come si deve le opinioni sono diverse, e vanno rispettate.

e.e.

## PREMIO G. BIASIN

La commissione preposta ha scelto tra le segnalazioni pervenute l'alpinista **Valentino Segà** quale vincitore del premio Giancarlo Biasin 2010, per la qualificata attività da lui svolta negli ultimi anni. Componente della scuola di alpinismo G. Priarolo del C.A.I. Sezione di Verona, ha al suo attivo 40 vie di roccia, 15 cascate di ghiaccio, 12 salite d'alta montagna e 13 salite Scialpinistiche.

La consegna del premio sarà effettuata il 17 gennaio 2011, ore 20,30, presso la Gran Guardia, dal noto alpinista tedesco Stefan Glowacz, che presenterà con immagini e parole le sue imprese.

Allieterà la serata il coro "Stella Apina".





## SCUOLA NAZIONALE DI ALPINISMO E ARRAMPICATA LIBERA GINO PRIAROLO

### CORSO FERRATE

La Scuola Nazionale di Alpinismo "Gino Priarolo" ha tenuto nei mesi di maggio, giugno e luglio 2010 il 1° CORSO FERRATE. Il corso era rivolto prevalentemente a persone che intendevano avvicinarsi alla montagna attraverso questa forma di pratica alpinistica in ambiente. Sono stati accettati 15 allievi (10 maschi e 5 femmine), su un totale di 21 richieste complessive.

Tra gli allievi, previo un colloquio preliminare, una prova pratica in palestra di roccia artificiale ed una verifica assicurativa con la sede centrale del CAI a Milano, è stata accettata anche una persona diversamente abile dotata di protesi alla gamba destra, già olimpionico alle Paralimpiadi di Atene e Pechino. Nel caso specifico, tale scelta pur comportando una inevitabile ri-modulazione delle difficoltà inizialmente previste in fase di programmazione, non ha pregiudicato in alcun modo il buon andamento del corso.

Il corso prevedeva sia lezioni teoriche (materiali ed equipaggiamento, meteorologia alpina, preparazione di una salita, la catena di assicu-

razione, topografia e orientamento, sicurezza in ferrata, pronto soccorso e corpo nazionale soccorso alpino) sia lezioni pratiche (nodi, impostazione in parete, tecnica di arrampicata individuale, corda doppia, salita di ferrate).

Le lezioni teoriche si sono svolte insieme a quelle del corso di alpinismo, ottimizzando in tal modo le risorse della Scuola. A nostro giudizio l'esperienza di tenere i due corsi, alpinismo e ferrate, in parallelo è stata sicuramente positiva e da ripetere per il futuro.

Erano inoltre previste in programma almeno 3 salite in ambiente: la prima sul Carega, la seconda in Tofana e la terza in Civetta. Il programma si è dovuto necessariamente adattare alle condizioni meteo. Causa condizioni meteorologiche decisamente proibitive la seconda uscita, inizialmente prevista di due giorni con ferrata Lipella e galleria del Castelletto si è svolta in un'unica giornata sulla ferrata Tridentina al Pisciadù nel gruppo del Sella, mentre l'ultima uscita si è svolta in due giorni nel gruppo del Catinaccio consentendo di percorrere due ferrate: Passo Santner e Catinaccio d'Antermoia per i due versanti raggiungendo una cima dolomitica di 3000 m con grande soddisfazione da parte di tutti.

Ideale anche il periodo scelto, da fine maggio ai primi di luglio, in quanto consente di poter pernottare in rifugio, e quindi in ambiente, ad inizio stagione, e quindi avendo poi gli allievi tutta l'estate davanti per fare attività in montagna.

Si ritiene che per un corso del genere, sia opportuno garantire un rapporto istruttore – allievi pari a 1:3 per i titolari e pari a 1:2 per i sezionali, e che pertanto il numero di 15 allievi (massimo 16) sia l'ideale, anche per non avere troppe persone su uno stesso tratto di ferrata.

Gli istruttori che hanno dato la loro disponibilità al corso, tra lezioni teoriche e lezioni pratiche sono stati complessivamente 11: Gigi Baltieri (segretario), Leonardo Dal Prete, Mario Sandri, Nicola Garonzi, Pierpaolo Bazzani, Remigio Fedrigo, Roberto Castaldini, Toni Pernigo, Ugo Franceschetti, Umberto Furioni, Valentino Segà.

La finalità del corso era duplice:

fornire le conoscenze teoriche, culturali e pratiche per far sì che l'allievo alla fine del corso fosse in grado di salire in sicurezza e con piena consapevolezza le ferrate in ambiente alpino. Trasmettere agli allievi la passione per la montagna avvicinandole alla pratica dell'alpinismo. Per tale motivo le uscite pratiche si sono svolte su ferrate in ambiente dolomitico evitando accuratamente le ferrate di fondo valle.

Con soddisfazione si ritiene di poter dire che tali finalità siano state raggiunte, confermate tra l'altro dall'entusiasmo, la passione, la disponibilità ad apprendere e l'affiatamento dimostrato dagli allievi.

*Il Direttore del corso  
INA Roberto Castaldini*

*Per l'anno 2011 la Scuola di Alpinismo organizzerà i seguenti corsi:*

**1. Corso di arrampicata su cascate di ghiaccio:**

direttore Paolo Butturini; (Gen-Feb)

**2. Corso di alpinismo:**

direttore Nicola Garonzi; (Apr-Mag-Giu)

**3. Corso ghiaccio:**

direttore Leonardo Dal Prete; (Giu-Lug)

**4. Corso di arrampicata libera:**

direttore Ugo Franceschetti; (Sett-Ott)

Programmi dettagliati sul sito: [caiverona.it](http://caiverona.it)





CAI D'ARGENTO

## PROGRAMMA GITE DEL GIOVEDÌ CHE SI EFFETTUERANNO IN DICEMBRE 2010

(Quelle programmate per il 2011 si potranno trovare sul sito: [www.caiverona.it](http://www.caiverona.it))

### Giovedì 2 dicembre 2010

#### Gita escursionistica Gaium - Rivoli

Attiraglio ore 8,45

Difficoltà: E

Tempi: 5 ore

Accompagnatori: **Coppola - Favazza**

### Giovedì 9 dicembre 2010

#### Gita escursionistica Località Molini - Belluno Veronese

Attiraglio ore 8,45

Difficoltà: E

Tempi: 4 ore

Accompagnatori: **Lorenzi - Borghese**

### Giovedì 16 dicembre 2010

#### Gita escursionistica Madonna della Corona - Braga-Spiazzi

Lgd. Attiraglio ore 8,15

Difficoltà: E

Tempi: 4 ore

Accompagnatori: **Sabaini - Favazza**

### Giovedì 23 dicembre 2010

#### Gita escursionistica Montorio - Parona

Gavagnin ore 8,45

Difficoltà: E

Tempi: 5 ore

Accompagnatori: **Sabaini - Mattielli A.**

### Giovedì 30 dicembre 2010

#### Gita escursionistica Lazise-Bardolino-Cisano

Attiraglio ore 8,45

Difficoltà: T

Tempi: 4 ore

Accompagnatori: **Mattielli Antonio e Luigi**

*Per partecipare alle gite è necessario essere in regola con la tessera CAI.*

*Chi non è iscritto, il giorno precedente entro le ore 18 deve telefonare alla segreteria CAI 045/8030555 e fornire i dati per l'assicurazione obbligatoria che è di Euro 6 e verrà ritirata al momento della partenza dal capogita che ha la facoltà di non aggregare chi non è in regola.*

## PRIMO CONVEGNO NAZIONALE SOCI SENIORES

Organizzato dalla Commissione Centrale per l'Escursionismo, il 23 ottobre si è svolto al Palamonti di Bergamo il Primo Convegno dei Soci Seniores. Il corposo programma prevedeva, tra l'altro, l'intervento del Presidente Generale Umberto Martini, a riprova dell'interesse che il CAI manifesta per questa iniziativa. Ai Seniores ha dato il benvenuto il Presidente della Sezione di Bergamo Paolo Valoti; lo stato maggiore della Commis-

sione Centrale per l'Escursionismo era rappresentato dal Presidente Luigi Cavallaro, che da qualche tempo dedica risorse e attenzioni a questa fascia crescente di appassionati di montagna, con una prospettiva a breve termine, cioè quella di inserire nelle Sezioni CAI la figura dell'accompagnatore senior di escursionismo (Ass). Erano inoltre presenti i Presidenti dei Gruppi Regionali Seniores che avevano aderito all'iniziativa (GR LOM, GR LPV, GR TAA/VFG, GR TER, e GP CMI): ognuno ha portato le esperienze della propria zona illustrando le variegate realtà, il costante aumento del numero dei soci seniores aderenti, lo stato dell'arte, il gradimento delle proposte escursionistiche che le varie sezioni organizzano.

I quasi 200 soci, arrivati da ogni parte d'Italia, hanno riempito la capiente sala del Palamonti, apportando il loro contributo di idee e di proposte tendenti a valorizzare, ed organizzare al meglio questa realtà che, insinuandosi tra quelle esistenti, potrà portare non pochi benefici ai soci anziani. Questi infatti troveranno nei vari Gruppi sezionali nuove amicizie

e nuove opportunità per frequentare i monti: andare in montagna allunga la vita ed è un piacere che aggiunge vita agli anni. Un'espressione di un escursionismo tutto speciale, fatto di persone accumulate più che dall'anzianità di frequentazione della montagna, da capacità specifiche, spiccatamente orientate alla condivisione, alla socializzazione, e al volontariato.

L'incontro ha messo a fuoco questa importante attività che, oltretutto, ha riflessi positivi su un'Italia destinata sempre più ad invecchiare, con un cittadino su 5 che ha più di 65 anni, e il 38%, secondo l'Istat, che ha una patologia cronica. Accolta con grande interesse, è stata l'iniziativa "Montagna Amica della Salute" (Mas) che rientra nel progetto Integre italo-svizzero Vetta.

Dopo il pranzo si sono trattati altri argomenti come: rappresentatività e pari dignità nelle strutture CAI; ruolo e profilo specifico, e piano didattico dei Seniores sezionali; albo regionale; percorso verso la qualifica e titolarità Senior; progetti formativi con il primo percorso ASS. Molto animata e produttiva è stata la Tavola Rotonda con la quale si è concluso il Convegno.

Purtroppo le sezioni Veronesi, nonostante i numerosi Soci Seniores, erano scarsamente rappresentate: un Convegno assai interessante e che meritava una loro più larga partecipazione.

e.e.



## MONTAGNA E PATOLOGIE

Dott. Gianpaolo Nadali - Società Italiana di Medicina di Montagna - CAI Sezione di Verona

La Medicina di Montagna è in grado oggi di offrire alcune raccomandazioni alle persone affette da diverse malattie che desiderino recarsi in quota. Alcuni tabù sono ormai stati definitivamente cancellati dall'esperienza di soggetti portatori di patologie o di età avanzata che hanno ottenuto prestazioni in quota una volta ritenute impossibili. Non è peraltro possibile generalizzare l'esperienza di singoli atleti e quindi i prossimi consigli sono destinati al pubblico più vasto dei frequentatori della montagna.

### DIABETE

Andare in montagna può essere di beneficio per i diabetici di tipo II, ma ancora poco si conosce degli effetti collaterali dei farmaci. La terapia dei diabetici di tipo II è poco flessibile e spesso questi pazienti sono portatori di altre patologie.

Per i diabetici di tipo I si può affermare che la qualità di vita migliora in montagna, ma sono da considerare alcune caratteristiche dell'ambiente montano che possono interferire con la loro malattia. La lontananza da posti di soccorso implica scarse possibilità di correzione di errori, aumentati rischi di scompenso metabolico se intervengono complicanze (diarrea, infezioni). Gli effetti dell'ipossia sul controllo glicemico non sono ben conosciuti. Quindi le richieste di insulina potrebbero aumentare e i dati di alcune spedizioni in alta quota sono contraddittori. La suscettibilità alle patologie da alta quota e i sintomi sono simili tra diabetici e non diabetici, ma male acuto di montagna (AMS) severo, edema polmonare d'alta quota (HAPE) e edema cerebrale acuto d'alta quota (HACE) possono influenzare il controllo metabolico e favorire la chetoacidosi.

### ASMA

L'asma bronchiale e la broncopneumopatia cronica ostruttiva (BPCO) sono le patologie respiratorie più diffuse. Il clima di montagna presenta caratteristiche che possono interferire in senso sia positivo sia negativo con l'apparato

respiratorio. La ridotta densità dell'aria riduce il lavoro muscolare necessario per la respirazione. La minore presenza di inquinamento e di allergeni riduce l'infiammazione delle vie aeree e la ridotta umidità può migliorare le caratteristiche delle secrezioni bronchiali. D'altra parte, il clima freddo e secco e l'iperventilazione che si produce durante l'attività fisica possono indurre delle crisi di asma nei soggetti predisposti. Per quanto riguarda i soggetti con bronchite cronica, la minore umidità riduce la quantità delle secrezioni bronchiali.

La montagna, intesa come medie quote cioè fino a 2500 m, può essere un ambiente favorevole per lo svolgimento dell'attività fisica in questi soggetti. Infatti, per ambedue le patologie viene raccomandata l'attività fisica regolare con scopi sia riabilitativi sia preventivi. Si consiglia attività aerobica (camminare, andare in bicicletta) per almeno 30-40 minuti, 3-5 volte alla settimana. Quote superiori ai 2500 m sono sconsigliate per la ridotta concentrazione di ossigeno nell'aria.

La conoscenza dei problemi sanitari connessi con l'attività in altitudine e con la loro gestione può contribuire ad estendere, in modo consapevole, la fruizione della montagna tra fasce sempre più ampie di popolazione. Nel 2007 la regione Valle d'Aosta ha istituito, nell'ambito della sanità pubblica, un Ambulatorio di Medicina di Montagna rivolto ad appassionati e professionisti della montagna che desiderino una consulenza qualificata per quanto riguarda i problemi di salute e la necessità o il desiderio di recarsi in quota. Si tratta della prima esperienza in Italia e sta ottenendo un grande apprezzamento da parte dei sempre più numerosi utenti.

(Sul prossimo numero: "MONTAGNA ED ETÀ")

## IL CIPPO RITROVATO DURANTE LA MANUTENZIONE SENTIERI.

La bellezza dell'andare in montagna si riscopre ogni volta in cui soli o in compagnia, ci si accinge a salire verso una cima, un passo o si percorrere un sentiero. La passione per l'ambiente montano è l'elemento stimolante che accompagna chi decide di incamminarsi verso i ripidi versanti dei monti. Il silenzio, spesso interiore, accompagna la salita e permette di godere in tutta la sua intensità le emozioni che si vivono passo dopo passo. Anche quest'anno, nell'ambito della giornata dedicata alla manutenzione dei sentieri, alcuni soci della Sezione guidati dal responsabile Romeo Motta, muniti di attrezzi e colore per la segnatura dei sentieri, si sono ritrovati in una bella giornata di maggio per dedicarsi a questa attività. L'escursione prescelta è stata effettuata in una zona del Baldo scarsamente frequentata ma ricca di suggestioni.

L'itinerario si snoda a partire da località Braga di Caprino Veronese lungo il segnavia n. 63 Val

## LE CIASPE

Con la riscoperta delle racchette da neve, riemerge una pratica proveniente dal grande Nord. Fra infatuazione del mito, ritorno alla tradizione e seducente modernità, grazie ad una attrezzatura tecnologicamente sempre più elevata e pubblicizzata, ecco confezionato il nuovo-vecchio attrezzo per mezzo del quale si riesce a camminare sulla neve senza sprofondare più di tanto. Ecco, quindi, comparire sempre più frequenti, per sentieri, fra i boschi e lungo aperti crinali alpini, nuove figure di escursionisti invernali, solitari, o organizzati in gruppi e comitive, anche numerose e spesso formate da giovani, attratti dal fascino discreto delle racchette. Un attrezzo dal facile uso, dal modesto costo, che offre all'appassionato molteplici opportunità per proseguire e prolungare l'attività escursionistica estiva anche nella stagione delle nevi.

Dietro all'uso delle "ciaspe", oggi rivalutato e scoperto, c'è sempre il richiamo della mon-



di Giare. Dopo avere oltrepassato il borgo di Pradonego il gruppo è salito in direzione nord – ovest e, oltrepassando ampi prati ricchi di fiori è giunto nei pressi di una malga diroccata collocata in località Rioltello. La zona è caratterizzata dalla presenza di ippocastani secolari che in quel periodo dell'anno erano in piena fioritura. Continuando la salita e dopo aver superato un bosco, il gruppo ha raggiunto una distesa erbosa nelle vicinanze di Malga Montesel (1231 m.) dove, con grande sorpresa, ha avuto la fortuna di ammirare delle bellissime peonie rosa fucsia. Dopo alcuni tornanti la comitiva ha incrociato il sentiero 64 in direzione sud – ovest raggiungendo la malga Colonei di Pesina (1372 m.) ristrutturata e di proprietà del Comune di Caprino Veronese, in consegna alla nostra Sottosezione G.E.M., collocata in suggestivo punto panoramico.

Dopo una vivace sosta per il pranzo al sacco il gruppo è sceso in direzione sud sul sentiero 662 raggiungendo i prati di Priore - Località Fabbrica dove vi erano alcuni cavalli al pascolo. Scendendo lentamente verso valle e su indicazione di un socio caprinense, che conosce



molto bene quei luoghi, in prossimità di una località chiamata Pozza Laguna, il gruppo si è imbattuto in un cippo nascosto tra gli alberi e posto a memoria di un socio C.A.I. che proprio in quel luogo è deceduto nel lontano 1907. Il fatto era noto ma non si sapeva dove il cippo esattamente fosse stato posto: il ritrovarlo è stata un'emozione e un ritornare a quel lontano luttuoso avvenimento che tanto eco aveva avuto al C.A.I. e in città.

*Laura Zomer*

#### *L'epigrafe:*

*Il 25 maggio 1907  
colpito da improvviso maleore  
durante una gita  
qui spirava nel fiore della virilità  
ORESTE ROHONGZY  
La Sezione di Verona del Club  
Alpino Italiano  
in ricordo del socio lacrimatissimo  
27 ottobre 1907*

tagna invernale, e la voglia di entrare facilmente in ambienti non più esclusivi, riservati a pochi specialisti. Emerge quindi la naturale curiosità di assaporare emozioni diverse, di ricercare nuovi stupori, per ascoltare i silenzi dell'inverno, lontani dalle affollate e rumorose piste da sci.



Attenti però! A differenza dell'escursionismo estivo, quello invernale comporta una maggiore fattore di rischio, in una situazione ambientale dove numerose possono essere le insidie. Notevoli sono, infatti, d'inverno le avversità e le variabili ambientali: necessarie diventano allora le conoscenze del manto nevoso, la valutazione delle condizioni climatico-ambientali, la preliminare conoscenza dei luoghi proponibili per le escursioni e, non ultime, risultano indispensabili le capacità d'orientamento. Ciò nonostante, è del tutto sconsigliabile l'inoltrarsi su terreni prettamente alpinistici, che richiedono particolare esperienza e adeguate attrezzature.

Il CAI conscio del ruolo che gli spetta in materia di sicurezza, si avvale di preparati accompagnatori che possono dare ai



fruitori di questa nuova disciplina, serene e sicure escursioni arricchite dall'indispensabile conoscenza dell'ambiente invernale, con particolare attenzione alla sua delicata ecologia.

*e.e.*

## IL PROGETTO "VALLE DELL'ORSA"

Baldofestival è una associazione culturale che opera da quasi un decennio per far conoscere, apprezzare e salvaguardare l'intero territorio del Baldo-Garda, compreso il Baldo trentino e la valle dell'Adige.

Nell'ambito delle sue diverse e variegate iniziative culturali, ambientali, sportive, didattiche, musicali e scientifiche, negli ultimi due anni Baldofestival ha presentato il progetto "Valle dell'Orsa", l'ormai ben conosciuto vajo che da Ferrara di monte Baldo scende fino a Brentino in Valdadige.

Il progetto è stato parte integrante di una più ampia azione denominata "Terre di confine" che comprendeva quattro progetti volti alla valorizzazione ed alla promozione di un turismo "consapevole" di quattro siti ambientali situati sulla linea di confine tra il crinale orientale del monte Baldo ed il fiume Adige e che costituiscono un unicum per conformazione geomorfologia, bellezza ambientale e ricchezza naturalistica e culturale.

I quattro siti: la valle dell'Orsa, la valle del torrente Tasso (nella vallata caprinese) il complesso ecclesiale di S.Michele di Gaium (nel comune di Rivoli) e le falesie della Valdadige (nel territorio di Brentino-Belluno) sono compresi in un territorio abbastanza vasto che, negli ultimi anni, cerca di uscire dal suo isolamento con una gamma di iniziative e proposte sia ricreative-sportive che culturali spesso però occasionali e slegate tra loro, a volte sovrapposte che quindi non permettono al turista, all'escursionista, all'appassionato di conoscere a fondo ed apprezzare il territorio nel suo complesso.

Di qui la proposta di Baldofestival di riordinare, collegare, dare coesione a tutto ciò che questi siti già offrivano ed in particolare, col progetto "Valle dell'Orsa" iniziare una azione di promozione turistica competente ed efficace che, utilizzando anche le tecniche di pubblicizzazione più attuali, costituisse un primo e perfettibile esempio per offrire la ricchezza di un territorio, considerato a torto marginale, ad un pubblico e ad un turismo più ampio.

Il progetto "Terre di confine" è stato sottoposto nel suo complesso alla Regione Veneto ed ha

ottenuto un plauso per la potenziale novità ed efficacia tanto da meritare alcuni finanziamenti sia per il restauro della chiesetta di Gaium che per il progetto "Valle dell'Orsa".

Quest'ultimo progetto si è posto anche l'obiettivo della formazione per far acquisire, ai giovani interessati, le competenze di base per la valorizzazione e la promozione turistica dell'area. E' stato perciò organizzato un corso di formazione, in collaborazione con MAG (Società Mutua per l'Autogestione) e con "X Mountain", l'associazione di guide che era già operativa con il canyoning nell'Orsa. Le materie di insegnamento sono state marketing territoriale, web marketing, sicurezza nella pratica sportiva e pratiche per l'autogestione, un insieme di competenze e di conoscenze che permettesse ai giovani partecipanti di muoversi in modo innovativo su un ambiente particolarmente impegnativo ma anche stimolante.

L'altro obiettivo del progetto è stata la realizzazione di un video divulgativo (creato da diversi esperti del settore) che documentasse la bellezza dell'area, la particolarità del sito e l'offerta turistica che essa offre.

Il video che è stato realizzato anche con l'aiuto degli esperti di "X Mountain" documenta lo snodarsi del vajo dell'Orsa da Ferrara di monte Baldo fino a Brentino con una prima parte ac-



cessibile a tutti ed una seconda più stretta ed impervia che può essere percorsa soltanto con l'accompagnamento di guide che garantiscano la sicurezza ai partecipanti.

Baldofestival ritiene in tal modo di aver contribuito con un pur piccolo ma importante tassello a far conoscere ed amare un territorio ed un ambiente di grande suggestione e bellezza, da apprezzare e fruire subito ma da lasciare intatto per le future generazioni.

*Leo Pericolosi  
(presidente Baldofestival)*

## GEAZ (GRUPPO ESCURSIONISTICO ALPINISTICO ZEVIO)

### Chi saranno costoro ?

Come l'acronimo del nome lascia ben intendere, l'origine del gruppo che entrerà come sottosezione nella famiglia del Cai Verona ha origini e radici nel sud est veronese, e più precisamente nella "terra dei pomi" o "il paese degli occhi", come veniva chiamato dai nostri vecchi il paese di Zevio.

e attenta analisi chiediamo al Cai di Verona la disponibilità a farci entrare nel novero delle sottosezioni. Il resto è storia recentissima con la presentazione nello scorso anno di un programma all'interno di quello della sezione di Via Santa Toscana e il placet del Consiglio Regionale alla costituzione del Cai Geaz Zevio.

Un grazie sentito a tutti quelli che ci hanno aiutato e incoraggiato, specialmente a Michelan-

Tutto nasce dalla passione per la montagna e dalla voglia di mettersi in gioco di una ventina di persone, che il 18 marzo del 2003 decidono di dar vita ad un sodalizio che si ispiri negli ideali e nelle finalità al Cai.

Dopo i primi incoraggianti anni di attività decidiamo nel 2006 di costituirci in ASD (associazione sportiva dilettantistica) e di affiliarci al Coni, di modo da regolamentare anche l'incipiente attività che curiamo per conto dell'amministrazione comunale sulla piccola parete artificiale delle scuole.

Tutto ciò però non ci basta e dopo maturata

gelo Gozzo che fin dalla fondazione non ha mai smesso di fare il tifo per noi.

Ci auguriamo di ospitarvi qualche volta nelle nostre gite, portate la vostra esperienza e allegria, al resto penseremo noi.

*Daniele Spiniella  
Pres, Geaz Zevio*

*p.s.*

*È simpatico notare come anche la sede del Geaz sia in Piazza Santa Toscana, che di Zevio è anche patrona. Evidentemente eravamo predestinati !!*

## PROGRAMMA SCIDISCESA 2010-11

### 2010

**23 Novembre**

Presentazione programma 2010/11

**28 Novembre**

Passeggiata (sulle colline del Lago di Garda)

**08 Dicembre**

Gita Alleghe

**18 Dicembre**

Ciaspolata

**26 Dicembre**

Gita Racines

### 2011

**23 Gennaio**

Gita Folgarida

Soggiorno e corso Sci Racines

**05-06 Febbraio**

Corso

**12-13 Febbraio**

Corso

**20 Febbraio**

Gita Plose

**06 Marzo**

Gita Plan de Coronas

Soggiorno a Ischgl e St.Anton Arlberg (Austria)

**11-12-13 Marzo**

Gita di chiusura

**26 Marzo**

Cena di fine stagione





## SERATE CULTURALI 2010/2011

(ore 21:00 Sala Convegni del CAI - Via S.Toscana n°11 - Verona)  
A cura di L.Fumagalli e L.Costantini

- 09/11/2010** - **Nivologia**  
a cura di Leonardo Magalini
- 16/11/2010** - **A.R.V.A. Sistema di sicurezza contro le valanghe**  
a cura di Leonardo Magalini
- 23/11/2010** - **Presentazione corso e gite Sci Discesa**  
a cura della commissione Sci Discesa
- 30/11/2010** - **Presentazione corso e gite Sci Fondo-Ciaspole**  
a cura della commissione Sci Fondo ed Escursionismo
- 14/12/2010** - **Da Verona a Pechino in bicicletta -  
In collaborazione con la RAI** a cura di Gianni Siroto
- 21/12/2010** - **Medicina di Montagna**  
**Il progetto AL.P.I. per lo studio del male acuto  
di montagna in Italia** a cura del dott. Nadali
- 11/01/2011** - **Cammino di Santiago**  
a cura di Marta, Chiara, Gigi
- 25/01/2011** - **In montagna: "i segni dell'uomo"**  
a cura di Gianni Frigo
- 08/02/2011** - **Islanda: "trekking nel nero, bianco e....verde"**  
a cura di Daniela Molinari
- 22/02/2011** - **presentazione I parte gite estive**  
a cura della Commissione di escursionismo
- 08/03/2011** - **Kilimangiaro**  
a cura di Gino Sorbini
- 15/03/2011** - **"Le nostre radici: storia e storie dell'alpinismo"**  
**Nell'età d'oro delle conquiste nasce anche a  
Verona il Club Alpino Italiano** a cura di Ezio Etrari
- 22/03/2011** - **Alpinismo nascosto**  
a cura di Leo, Nico e Pier
- 10/05/2011** - **Presentazione II parte gite estive**  
a cura della Commissione di Escursionismo



## ALPINISMO GIOVANILE

### 33° CORSO DI AVVICINAMENTO ALLA MONTAGNA "PIERO PAULON"

Per ragazzi/e da 11 a 18 anni

Direttore del corso: **Michelangelo Gozzo (ANAG)**

Direttori Tecnici: **Daniele Mascanzoni (AAG), Matteo Previdi (AAG)**

### GITE INVERNALI

**06/02/2011** - Escursione con ciaspole: Monte Pasubio – Rif. Lancia

**20/02/2011** - Escursione con ciaspole: Folgaria – Passo Coe

### GITE ESTIVE

**06/03/2011** - Gita di presentazione aperta a tutti.

**19/03/2011** - Presentazione del corso: Open Day in sede, dal pomeriggio alla sera.

**03/04/2011** - Escursione sulla neve in Lessinia

**17/04/2011** - Vaio nelle Prealpi Venete.

**01/05/2011** - Marciaga: arrampicata in falesia.

**22/05/2011** - Ferrata in zona Riva del Garda.

**12/06/2011** - Escursione nel Gruppo dei Lagorai.

**02-03/07/2011** - Ferrata nel Gruppo del Sella e del Sasso Piatto.

**28/08/2011** - Dolomiti di Fassa.

**10-11/09/2011** - Dolomiti Ampezzane.

**01-02/10/2011** - Gita di chiusura in malga e TransLessinia.

### MONTAGNA RAGAZZI ESTATE 2011

**10-17/07/2011**

Settimana Escursionistica nel gruppo del Brenta in collaborazione con la Famiglia Alpinistica, presso il campeggio a Sant'Antonio di Mavignola.

