



CLUB ALPINO ITALIANO
Sezione di Verona
2024



SEGNALI INTERNAZIONALI DI SOCCORSO ALPINO

CHIAMATA DI SOCCORSO

Emettere richiami acustici e/o ottici in numero di SEI OGNI MINUTO (un segnale ogni 10 secondi) seguiti da un minuto di intervallo. Continuare l'alternanza di segnali ed intervalli fino alla certezza di essere stati ricevuti e localizzati.

RISPOSTA DI SOCCORSO

Emettere richiami acustici e/o ottici in numero di TRE OGNI MINUTO (un segnale ogni 20 secondi) seguiti da un minuto di intervallo. Continuare l'alternanza di segnali ed intervalli fino alla certezza di essere stati ricevuti e localizzati.

SEGNALI VERSO L'ELICOTTERO

È opportuno farsi individuare dall'elicottero con indumenti di colori vivaci e restare in contatto visivo col pilota.

POSIZIONE SÌ

In piedi con le braccia alzate e le gambe unite per formare una "Y". Poi abbassarsi e restare immobili finché non è atterrato.



POSIZIONE NO

In piedi con un braccio alzato e uno abbassato

Il numero attivo sul territorio nazionale in caso di incidente in montagna o in grotta è il 118 o il 112 (nelle regioni in cui questo è attivo)

I numeri del 2019: Le missioni del CNSAS, nel 2019, si sono svolte per il 75% in terreno montano, impervio e ostile. Gran parte delle richieste di soccorso hanno riguardato persone ferite, ma ci sono stati anche 950 ricerche di persone disperse, 280 casi classificabili come interventi di Protezione civile, 164 incidenti stradali che hanno richiesto l'intervento del Soccorso Alpino e Speleologico, 42 valanghe, 30 soccorsi in forra, 10 nelle grotte e 2 interventi per l'evacuazione di impianti a fune. Le false chiamate sono state 117.



Club Alpino Italiano Sezione di Verona

Via Santa Toscana 11 – 37129 Verona

Tel. e Fax 045 8030555

www.caiverona.it

info@caiverona.it - verona@pec.cai.it



Codice Fiscale e Partita IVA 00804420230

Conto corrente bancario:

Banco Popolare sede di Verona

IBAN: IT 26 D 05034 11750 000000003300

Orari apertura sede:

Martedì dalle 16:30 alle 22:30

Mercoledì dalle 10:00 alle 12:30

Giovedì e Venerdì dalle 16:30 alle 19:00

Sostieni le nostre attività di volontariato sociale destinando la quota del 5‰ (5permille) dell'imposta dovuta sul reddito delle persone fisiche (mod. 730 o UNICO) e indica il codice fiscale della sezione.

SCELTA PER LA DESTINAZIONE DEL CINQUE PER MILLE DELL'IRPEF (in caso di scelta FIRMARE in UNO degli spazi sottostanti)

Sostegno del volontariato o delle altre organizzazioni non lucrative di utilità sociale, delle associazioni di promozione sociale e delle associazioni e fondazioni riconosciute che operano nei settori di cui all'art. 10, c. 1, lett a), del D.Lgs. n. 460 del 1997 FIRMA _____ Codice fiscale del beneficiario (eventuale) 00804420230	Finanziamento della ricerca scientifica e delle università FIRMA _____ Codice fiscale del beneficiario (eventuale) _____
Finanziamento della ricerca sanitaria FIRMA _____ Codice fiscale del beneficiario (eventuale) _____	Sostegno delle attività sociali svolte dal comune di residenza FIRMA _____ Codice fiscale del beneficiario (eventuale) _____

INDICE

5	La Sezione: Rifugio e informazioni generali
20	Commissione Culturale e Biblioteca
24	Scuola Intersezionale di Escursionismo Veronese
26	Commissione Escursionismo
52	Gruppo Cai d'Argento - Escursionismo Seniores
58	Scuola Nazionale di Alpinismo e Arrampicata Libera
68	Gruppo Speleo
70	Corpo Nazionale Soccorso Alpino e Speleologico
73	Commissione Medica Sezionale
74	Scuola Nazionale Sci Fondo Escursionismo
78	Alpinismo Giovanile
82	Coro Scaligero dell'Alpe
84	Commissione Sentieri
86	Montagnaterapia

Il saluto del Presidente

Care Socie e cari Soci,

eccoci nuovamente qua a presentare il programma delle attività, in questo caso, per l'anno 2024. Non mi sembra che siano passati quasi 6 anni dalla mia prima nomina a presidente. Il tempo vola. Il 2023 è stato, per la sezione, un buon anno. Nuovamente raggiunto un record di iscritti, 3950, ed anche le attività sono andate bene. Posso affermare che le attività della sezione sono ulteriormente aumentate sia in quantità che in tipologie. Tra le novità possiamo citare la Commissione medica. Tutto questo merito di una squadra di persone che ha lavorato con passione e competenza. Il prossimo 22 marzo ci saranno le elezioni per il rinnovo del consiglio, la nomina del nuovo presidente e il rinnovo dei delegati. Qualsiasi sia l'esito, spero che la squadra non cambi e la sezione possa continuare ad usufruire del suo lavoro. L'unica cosa che cambierà, ha finito i due mandati, sarà il presidente. In quale, al 23 di marzo, tirerà un sospiro di sollievo. Devo dire che tutto sommato è stata un'esperienza interessante e mi sono anche divertito, una volta imparato a fare il presidente. Il problema è stato proprio questo: è necessario imparare e magari ci impieghi un mandato e ti rimane il secondo per lavorare, e questo tempo, purtroppo, non basta. Ma la sezione di Verona sta per compiere 150 anni e continuerà ad andare avanti.



Antonio Guerreschi

BUONA MONTAGNA A TUTTI!

ACQUISTA ONLINE
nico.it



**AMPIO REPARTO
TREKKING CON I
MIGLIORI MARCHI**



**SCONTO 10%
AI SOCI C.A.I.**

AFFI - VR
Tel. 045 7236344

nico
abbigliamento calzature



Il Rifugio della Sezione

G. Barana al Telegrafo

Monte Baldo (m 2147), Prealpi Venete



Rifugio CAI, Sezione di Verona, Categoria D

Posti letto: 68 - Suddivisione camere:

- 1 da 4 posti con 1 letto matrimoniale e 1 castello;
- 3 da 8 posti con letti a castello (queste diventano camere da 4 posti nei giorni infrasettimanali);
- 1 da 16 posti con letti a castello
- 1 dormitorio/mansarda con 24 posti letto.
- Bagni ai piani. Doccia non presente

Nel periodo di chiusura è a disposizione un bivacco invernale non riscaldato con 6 posti letto con materasso, cuscino e coperte.

Calendario apertura 2024

Dai primi di maggio in base a copertura nevosa e condizioni meteo fino all'ultima domenica di ottobre, rifugio aperto tutti i giorni con servizio di ristoro e possibilità di alloggio.

Nei mesi di maggio e ottobre le aperture o gli orari di apertura potranno essere condizionati o rivisti in funzione dell'eventuale presenza di neve e delle condizioni di sicurezza per raggiungere il rifugio. ➔



Gestore:
EquipENatura

Responsabile
della struttura:

Alessandro Tenca
tel. 349 1389629
alessandro.tenca@
equipenatura.it

Telefono rifugio:
0457731797
(risposta solo nel periodo
di apertura!)

www.rifugiotelegrafo.it
info@equipenatura.it


RifugioTelegrafo
MonteBaldo


@rifugiotelegrafo



La filosofia del rifugio è quella di rappresentare la situazione della tipica “capanna alpina” con servizi di ristorazione (con piatti della tradizione montana rivisti e rielaborati usando prodotti locali) e accoglienza con pernottamento, caratterizzati da semplicità e genuinità. Una accurata descrizione degli accessi si può reperire alla pagina “COME RAGGIUNGERCI” del sito www.rifugiotelegrafo.it

Numerosi gli avvicinamenti (da un minimo di 2 a oltre 5 ore) che permettono di raggiungere il Telegrafo sia dal versante Est (che sale dalla Val d’Adige), da quello Ovest (che sale dal Garda), che lungo la bellissima Alta Via del Baldo che lo collega a tutti gli altri rifugi presenti sul massiccio montuoso.

Nel corso del 2022, ha riaperto la telecabina-seggiovia “Prada-Costabella”, che rappresenta una via di ingresso facilitato a tutte le creste del Baldo ed al rifugio stesso, offrendo la possibilità di raggiungere la #capannadivetta attraverso un accesso ora più semplice (300 m di dislivello positivo, 4 km circa su strada forestale e buona mulattiera, 1 ora di cammino) e assai suggestivo dal punto di vista paesaggistico, con ampi panorami su gran parte dell’arco alpino, sulle Dolomiti di Brenta e sulla Alpi Orientali.

La riapertura della seggiovia ha consentito anche alla gestione di proporre escursioni naturalistiche guidate di accesso al rifugio. Programmi ad hoc sono stati studiati per le scuole o per i gruppi di alpinismo giovanile del CAI; escursioni di una giornata rivolte principalmente ad un pubblico di turisti vengono proposte con cadenza settimanale.



I Rifugi Sentinella



Nel corso della stagione estiva 2023 è stato raggiunto un importante obiettivo in cima al Baldo: il rifugio Telegrafo è entrato a far parte della rete dei “Rifugi Sentinella”!

Si tratta di una rete, di una vera e propria “selezione” di 25 tra rifugi e presidi di alta quota scelti in tutta la penisola dal Comitato Scientifico del CAI e dal CNR (Centro Nazionale del Ricerche) per portare avanti progetti di ricerca e studi il più possibile continuativi sul clima e sull’ambiente in cui questi rifugi si trovano e di cui sono e vogliono essere parte attiva. Lo scopo è mettere a sistema i dati e le attività scientifiche raccolti e realizzati in infrastrutture già esistenti al fine di ottenere un quadro aggiornato sullo stato del clima e dell’ambiente delle nostre montagne. Solo attraverso un monitoraggio costante e una seria raccolta dati si possono sviluppare opportune ipotesi e soluzioni per i grandi cambiamenti che attendono noi e le Montagne nell’immediato futuro!

Perciò al rifugio Telegrafo, nel corso dell’estate, è stata installata una stazione meteo completamente automatizzata e autonoma dal punto di vista energetico, nei pressi della cresta sommitale, in corrispondenza del locale generatore. Stazione che trasmette i propri dati parametrici e le immagini della più alta webcam della provincia di Verona online, in maniera completamente automatizzata e per 365 giorni all’anno!



Domenica 8 ottobre, il progetto è stato presentato al pubblico direttamente in rifugio, nel corso del primo incontro nazionale di introduzione a questo progetto: qui l'articolo!

<https://rifugisentinella.cai.cnr.it/presentazione-del-progetto-al-rifugio-telegrafo/>

Mentre a questo link è possibile monitorare i dati raccolti in cima al Baldo: <https://www.equipenatura.it/rifugio-telegrafo-monte-baldolago-di-garda/meteo-rifugio-telegrafo/>

A questo link tutti i siti attivi: <https://rifugisentinella.cai.cnr.it/>

Si tratta di una grande opportunità per il nostro rifugio che entra a far parte di una élite fortunata e selezionata di rifugi di alta quota, cui viene riconosciuta l'appartenenza ad un importante contesto ambientale e cui vengono concesse la responsabilità e l'onere di osservare e monitorare la situazione ambientale delle nostre montagne per i prossimi decenni! Sarà anche compito dei soci stessi della sezione di Verona, lasciarsi coinvolgere e, magari, trascinare in queste raccolte dati, spesso organizzate seguendo i principi della "citizen science": azione che punta a coinvolgere nelle raccolte dati appassionati di scienze ambientali o, più semplicemente, escursionisti attenti al patrimonio ambientale che abitualmente frequentano e che desiderano svolgere un ruolo attivo e fondamentale per la ricerca scientifica e i suoi risultati futuri!



Responsabile:
Sara Bianchi

La segreteria

Nel libretto precedente avevamo annunciato la nuova presenza in segreteria: Sara. In questa edizione confermiamo la presenza attiva di Sara che, ormai, ha preso in mano la segreteria ed è diventata totalmente autonoma. Ha anche proposto un nuovo orario di apertura della segreteria: il mercoledì apriamo alla mattina invece del pomeriggio, dalle ore 10,00 alle 12,30. Questo a partire dal primo novembre con l'inizio del tesseramento 2024.

La segreteria è aperta:

Martedì dalle 16,30 alle 22,30
Mercoledì dalle 10,00 alle 12,30
Giovedì e Venerdì dalle 16,30 alle 19,00

Quote associative anno 2024

	1 ^a associazione Euro	Rinnovo Euro
Socio ordinario	55,00	50,00
Socio over 80	48,00	43,00
Socio familiare	32,00	27,00
Socio Juniores (18-25)	32,00	27,00
Socio giovane (<18)	22,00	17,00
Maggiorazione per invio bollino a domicilio	2,00	2,00

A tutti i **nuovi nati** che abbiamo almeno un genitore iscritto al CAI, la sezione **regala la tessera** per il primo anno.

I **rinnovi** si possono effettuare presso la sede o con versamento su conto corrente bancario, le **nuove adesioni** esclusivamente presso la sede con una foto tessera e il codice fiscale, è possibile pagare anche con il POS.

Bisogna ricordarsi di **rinnovare la tessera entro il 31 marzo** per evitare l'interruzione della copertura assicurativa.

I nuovi soci devono sottoscrivere il consenso al trattamento dei dati (art. 23 D. Lgs. 196/2003). I modelli sono disponibili in sezione o sul sito: www.caiverona.it/segreteria

SOCI al 31/10/2023	ordinari	familiari	giovani (<18)	totale
Sezione	2144	694	146	2984
Famiglia Alpinistica	250	112	121	483
GASV	78	39	2	119
Giovane Montagna	36	13	0	49
GEAZ	199	79	37	315
Totale	2707	937	306	3950
Femmine 1673		Maschi 2276		

I nostri soci hanno diritto:

- A usufruire dei rifugi del Club Alpino Italiano e delle associazioni alpinistiche italiane ed estere con le quali è stabilito un trattamento di reciprocità, a condizioni preferenziali rispetto ai non soci (sconti sulle consumazioni, sconto del 50% sul pernottamento);
- A usufruire gratuitamente del soccorso alpino-speleologico e delle assicurazioni (infortunio, responsabilità civile) stipulate dagli organi centrali ricorrendone le condizioni regolamentari;
- A ricevere le pubblicazioni sociali: LA RIVISTA DEL CAI;
- Ad avere libero ingresso nelle sedi delle sezioni e delle sottosezioni ed a partecipare a tutte le manifestazioni da loro organizzate, a norma dei rispettivi regolamenti;
- A usufruire di materiale tecnico, bibliografico, foto-cinematografico degli organi centrali, delle sezioni e delle sottosezioni a norma dei rispettivi regolamenti;
- Di essere ammessi alle scuole ed ai corsi istituiti dagli organi centrali, dalle sezioni e dalle sottosezioni, a tutte le manifestazioni didattiche e tecnico-culturali organizzate dai suddetti organismi, sempre a norma dei rispettivi regolamenti;
- A usufruire di particolari sconti negli esercizi commerciali di abbigliamento e di attrezzature sportivo-alpinistiche convenzionati e che si reclamizzano tramite l'annuale libretto delle attività delle attività sezionali.



Assicurazioni

Il Club Alpino Italiano offre sia ai **soci** che ai **non soci** le seguenti polizze assicurative per chi vuole partecipare alle attività organizzate dalle Sezioni.

Per chi è Socio

L'iscrizione al CAI attiva automaticamente le coperture assicurative relative a:

- **Infortuni soci:** assicura i Soci esclusivamente nell'attività sociale per infortuni (morte, invalidità permanente e rimborso spese di cura). È valida esclusivamente in attività organizzata.
- **Soccorso alpino:** prevede per i soci il rimborso di tutte le spese sostenute nell'opera di ricerca, salvataggio e/o recupero, sia tentata che compiuta. È valida sia in attività organizzata che personale.
- **Responsabilità civile:** assicura il C.A.I., le sezioni ed i partecipanti ad attività sezionali, i Raggruppamenti Regionali, gli Organi Tecnici Centrali e Territoriali. È valida **esclusivamente** in attività organizzata. Mantiene indenni gli assicurati da quanto siano tenuti a pagare a titolo di risarcimento per danni involontariamente causati a terzi e per danneggiamenti a cose e/o animali.

Polizze personali per i soci

- **Infortuni in attività individuale:** è possibile attivare anche una polizza personale che copre tutti gli ambiti di attività (alpinismo, escursionismo, scialpinismo, speleologia, ecc.) senza limiti di difficoltà e di territorio che avrà durata annuale, 1° gennaio-31 dicembre, al costo di € 126,50 per la combinazione A e di € 252,90 per la combinazione B. Tale copertura è attivata dalla Sezione su richiesta del socio.
- **Responsabilità civile in attività individuale:** è possibile attivare anche una polizza personale che mantiene indenni da quanto si è tenuti a pagare a titolo di risarcimento per danni involontariamente cagionati a terzi, purché connessi alle finalità del CAI, durante l'attività individuale. Avrà durata annuale, dal 1° gennaio al 31 dicembre. Costo € 12,50. Tale copertura è attivata dalla Sezione su richiesta del socio.

Inoltre può essere attivato, su richiesta specifica della Sezione organizzatrice o patrocinante, il **Soccorso Spedizione Extraeuropea** che assicura i soci di spedizioni organizzate o patrocinate dal Club Alpino Italiano e dalle sue Sezioni in Paesi extraeuropei. Rimborsa le spese per la ricerca, il trasporto sanitario dal luogo dell'incidente al centro ospedaliero, e il trasferimento delle salme fino al luogo della sepoltura. Rimborsa le spese farmaceutiche, chirurgiche, ricovero, il prolungamento del soggiorno in albergo. Viene attivata su richiesta specifica della Sezione organizzatrice o patrocinante.

Garanzie e massimali

Esistono due diverse combinazioni di copertura:

- **Combinazione A**
 - Morte € 55.000
 - Invalidità permanente € 80.000
 - Spese di cura € 2.500
- **Combinazione B**
 - Morte € 110.000
 - Invalidità permanente € 160.000
 - Spese di cura € 3.000

Franchigia: € 200 per le spese di cura, sia per la combinazione A che B

Costi per i soci:

Combinazione A: è automatica e gratuita con il pagamento del bollino

Combinazione B: supplemento annuale di € 5,50

Per chi non è Socio

Per partecipare all'attività sociale è obbligatorio attivare presso la sezione le seguenti coperture assicurative:

- **Infortuni:** assicura i non Soci nell'attività sociale per infortuni (morte, invalidità permanente e rimborso spese di cura).
- **Soccorso alpino:** prevede il rimborso di tutte le spese sostenute nell'opera di ricerca, salvataggio e/o recupero, sia tentata che compiuta.

Consiglio direttivo	In carica fino all'assemblea primaverile del 2024 quando ci sarà un rinnovo completo.	
Presidente	Antonio Guerreschi	
Vicepresidente	Giacomo Raffa	
Vicepresidente	Carlo Voltan	
Consigliera Segretaria	Lucia Burlini	
Consigliere Tesoriere	Efrem Basso	
Consiglieri	Andrea Bellini	
	Alessandro Camagna	
	Lelio La Verde	
(Giovane Montagna)	Franco Lonardi	
	Lorenza Lorenzi	
	Emanuela Marchi	
(GASV)	Flavio Poli	
(Famiglia Alpinistica)	Diego Romorelli	
	Gino Sorbini	
(GEAZ)	Giorgio Taioli	
Revisori dei Conti	Gabriele Rodriquez	
Segretaria verbalizzante	Elena Amadini	
Direttori e referenti delle Scuole		
	– Scuola Nazionale di Alpinismo “G. Priarolo”: Giacomo Raffa	
	– Scuola Nazionale Sci Fondo Escursionismo: Leonardo Magalini	
	– Scuola Intersezionale di Escursionismo: Gino Sorbini (referente)	
	– Scuola intersezionale di Alpinismo Giovanile Davide Residori (referente)	

Commissione Alpinismo Giovanile
– Stefano Malaffo
Commissione Escursionismo
– Gino Sorbini e Emanuele Brunelli
Commissione Sentieri
– Filippo Rizzotti
Biblioteca
– Lucia Burlini e Lelio La Verde
Cicloescursionismo
– Zoe Bressan
Coro Scaligero dell’Alpe
– Maurizio Zandonà (presidente)
Gruppo C.A.I. d’Argento
– Carlo Voltan (portavoce)
Gruppo speleologico
– Antonio Fornalè
Montagnaterapia
– Mauro Albano e Aldo Silvio Rizzotti
Rifugio Barana al Telegrafo
– Alessandro Camagna (Referente per il Consiglio)
Verona Mountain Film Festival
– Alessandro Camagna e Elena Amadini

Responsabili Commissioni e Gruppi



CONTATTI

Segreteria

info@caiverona.it
verona@pec.cai.it

Alpinismo giovanile

ag@caiverona.it

Commissione Culturale

commissioneculturale@caiverona.it

Commissione Escursionismo

escursionismo@caiverona.it

Commissione Tutela Ambiente Montano

tam@caiverona.it

Coro Scaligero dell'Alpe

info@corosaligerodellalpe.com

Corpo Nazionale Soccorso Alpino e Speleologico

verona@cnsas.veneto.it

Gruppo speleologico

gruppospeleo@caiverona.it

Scuola Intersezionale di Escursionismo Veronese

siev.caivr@gmail.com

Scuola Nazionale di Alpinismo "G. Priarolo"

priarolo@caiverona.it

Scuola Nazionale di Sci Fondo Escursionismo

scifondoesca@caiverona.it

Mountain Film Festival

festival@caiverona.it

Deleghe

Rifugio

Alessandro Camagna

Legale e Terzo settore

Giacomo Raffa

Segreteria

Carlo Voltan

Una sezione funziona finché ci sono soci fedeli nel tempo, non con i soci mordi e fuggi. Perciò, come avviene in tutte le sezioni, vengono premiati i soci fedeli che hanno 25 anni di presenza continuativa, assieme a coloro che ne hanno 50 e 60. Inoltre quest'anno premiamo anche una socia iscritta da 70 anni, grande!

Tanti auguri a tutti loro!

Alta fedeltà

Soci Venticinquennali

Adami Elisabetta
Bagnasco Maria Luisa
Benzon Cristina
Biondani Gloria
Biondani Valerio
Bonato Anna Maria
Brentegani Paola
Brescianin Tommaso
Camagna Alessandro
Cinquetti Daniela
Danieli Corrado
Foroni Andrea
Giacomello Elisabetta
Giacomello Francesca
Lavagnoli Nives
Lonardoni Alberto
Maino Andrea
Menghin Silvano
Menna Nembrotte Evelina
Mirandola Fabio
Padovani Francesco
Padovani Sergio
Pesarin Roberto
Sasso Dino
Scudella Marco
Soave Maristella
Sorpresa Alessandro
Zanoni Giulio
Zocca Vincenza

Soci Cinquantennali

Antonini Gianluigi
Bergamini Franco
Biondani Federico
Bocchi Franco
Clementi Stefano
Marzari Alvaro
Peruzzi Antonio
Pistaffa Laura
Scognamillo Enrico
Suppi Donata
Trentin Tiziano

Soci sessantennali

Ferroni Paolo

Soci settantacinquennali

Benciolini Alberto

Avviso di convocazione

Assemblea Ordinaria dei Soci

È convocata l'assemblea ordinaria dei soci, in prima convocazione, nel giorno 21 marzo alle ore 19 e per **venerdì 22 marzo 2024 alle ore 20,30** in seconda convocazione, presso la sede della sezione in via Santa Toscana 11

Ordine del Giorno:

- Esibizione del Coro Scaligero dell'Alpe
- Nomina del Presidente e del Segretario dell'assemblea e di tre scrutatori
- Approvazione del verbale dell'Assemblea del 24/03/2023
- Presentazione dei candidati per il Consiglio sezionale
- Presentazione dei candidati a delegati alle assemblee nazionali e regionali Apertura delle operazioni di voto
- Relazione del Presidente e dei Reggenti le Sottosezioni
- Premiazione dei Soci venticinquennali, cinquantennali, sessantennali e settantennali
- Approvazione dei programmi sezionali e sottosezionali 2024
- Bilancio consuntivo 2023 e preventivo 2024
- Relazione del Tesoriere e del Revisore dei Conti
- Votazione dei Bilanci
- Quote sociali
- Varie ed eventuali
- Lettura dei risultati delle votazioni e nomina degli eletti



La Cultura di Montagna dal 12 al 16 marzo 2024 torna in città, come ogni anno alla fine dell'inverno l'**Auditorium della Gran Guardia** apre le sue imponenti porte per ospitare l'**ottava edizione del Verona Mountain Film Festival**. Una manifestazione-concorso, voluta e organizzata dalla sezione di Verona in collaborazione con l'Associazione Montagna Italia, rivolta a registi e produttori che abbiano girato e prodotto film, cortometraggi e documentari ispirati dalla magia delle "terre alte", per cinque imperdibili serate alpinismo, arrampicata ed esplorazione domineranno la scena. Come auspicato all'inizio di questa avventura il Verona Mountain Film Festival è diventato una grande vetrina per una diffusione corretta e gratuita della cultura di Montagna, "mission" fondamentale del Club Alpino Italiano che ha come scopo costitutivo e finalità educare alla conoscenza della Montagna.

Organizzazione:

Sezione di Verona
Sottosezione GEAZ
Sottosezione GASV



Direzione artistica

MONTAGNA



Responsabili:
Alessandro Camagna
Elena Amadini



Responsabili:
Andrea Bellini
Lelio La Verde

Dopo il successo dell'anno scorso riproponiamo la rassegna culturale "I Martedì del CAI". Quest'anno si arricchisce, articolandosi su sedici incontri: la sessione autunnale – quattro serate tra ottobre e novembre – e la sessione invernale/primaverile con altri 12 incontri tra gennaio e giugno. Il giorno della settimana e l'orario (martedì ore 21:00) rimangono invariati. La rassegna proporrà due interessanti proiezioni e tratterà sia argomenti di prevalente interesse montano che tematiche storiche, geografiche, climatologiche, biografiche ed altro, sempre con la presenza di personaggi di grande spessore e in grado di stimolare la curiosità degli intervenuti. Di seguito il programma completo: a scadenza bimestrale sarà emesso un volantino più dettagliato.

I Martedì del CAI

ore 20:45, presso la sede

PARTE PRIMA		
10 ottobre 2023	Dario Colombo	Boemia un esodo dimenticato, nonché una straordinaria storia di fratellanza
24 ottobre 2023	Gioia Battista Nicola Ciaffoni	I guardiani del Nanga gli arditi esploratori che hanno perso la sfida con la montagna
7 novembre 2023	Ugo Scortegagna	Vajont: l'acqua imprigionata 1963-2023, per non dimenticare a 60 anni dalla tragedia
21 novembre 2023	Alfredo Savino	Alla scoperta della Mongolia una straordinaria e secolare cultura maturata in un ambiente dal paesaggio mozzafiato
PARTE SECONDA		
9 gennaio 2024	Annamaria Gremmo Francesco Sisti Marco Soggetto	L'ultimo vallone selvaggio in difesa del vallone delle Cime Bianche in alta val d'Ayas
23 gennaio 2024	Sara Bonfanti	"Sentiero Italia" CAI più di 7000 km da Nord a Sud percorsi in solitaria dalla protagonista
6 febbraio 2024	Beppe Pighi Rossella Baldin	Viaggio alla fine del mondo in Patagonia sulle tracce di esploratori, alpinisti e avventurieri
20 febbraio 2024	Carlo Bortolon	Storie e leggende dei Monti Sibillini a spasso tra Demoni, Fate e Sibille



PARTE TERZA		
5 marzo 2024	Sara Simeoni	La scalata di una donna ai vertici dello sport una storia vincente, in barba ai pregiudizi
19 marzo 2024	Ines Millesimi	Croci di vetta dall'Appennino alle Alpi un simbolo familiare oggetto di dibattito
2 aprile 2024	Fabio Gaggia	Quel treno per Garda la vecchia cara linea ferroviaria Verona-Caprino-Garda
16 aprile 2024	Michele Nardelli	Inverno liquido quello che sta accadendo alle nostre terre alte per effetto della crisi climatica

PARTE QUARTA		
30 aprile 2024	Giovanni Morelli	Alberi monumentali tra natura e cultura: giganti, narranti e testimoni
14 maggio 2024	Gruppo Speleo	proiezione docufilm: L'Abisso un viaggio verso il centro della Terra, nella Spluga della Preta
28 maggio 2024	Antonia Stringher	La foresta di Giazza e il suo territorio tra geologia e dissesto idrogeologico
11 giugno 2024	Marino Chemello	Sul filo dei 4000 emozioni in quota nelle Alpi

La Biblioteca della Sezione



La Biblioteca della Sezione è a disposizione per prestiti, consultazioni, ricerche, con la disponibilità di circa 5000 pubblicazioni tra cartine, libri, guide, saggistica, manuali, libri vecchi e molto vecchi e libri per la gioventù.

La biblioteca è aperta il martedì dalle ore 16:30 alle ore 22:00.

La Biblioteca Sezionale è associata alla Biblioteca Civica, sezione CBV (Catalogo Biblioteche Veronesi) e tutti gli utenti del Sistema Bibliotecario Urbano possono usufruirne; il catalogo, in continuo aggiornamento, è consultabile al portale seguente: <https://cbv-comune.verona.it/biblioteche/cai-club-alpino-italiano-verona/> per vedere il nostro catalogo, cliccare sulla barra inferiore.

Per avere ulteriori informazioni sulle pubblicazioni non ancora inserite in catalogo, per avere suggerimenti per buone letture, per prepararvi a piacevoli escursioni, per documentarvi o semplicemente esplorare territori sconosciuti documentati o di fantasia scrivere a: biblioteca@caiverona.it

Carlo, Lucia e Lelio lavorano affinché biblioteca non sia solo un deposito di materiale librario ma possa diventare un luogo d'incontro, di dibattito, di cultura, dove poter trascorrere liberamente qualche ora; a tale scopo è stato attrezzato un angolo appartato, tranquillo, caldo, dove potersi accomodare ed immergersi nella lettura o conversare amabilmente. La Biblioteca offre l'opportunità a studenti e studentesse degli Istituti Scolastici di Secondo Grado, di poter svolgere gli stage nell'ambito dei PCTO, "Percorsi per le Competenze Trasversali e l'Orientamento" o più semplicemente attività di volontariato per i crediti formativi. C'è uno spazio dedicato per lo scambio informale dei libri: "Libri in Cammino". Questo è usufruibile liberamente in qualunque momento: si possono portare i propri libri per metterli in cammino e/o dare ospitalità a quelli che si desiderano. In questo spazio non ci sono limiti di argomento per i libri da portare o di numero. La Biblioteca accoglie ben volentieri le donazioni di libri o riviste riguardanti la montagna e le sue genti, materiale cartografico, documenti e foto sulla montagna, materiale sulla nostra sezione, su Verona e suoi dintorni.

biblioteca@caiverona.it



Responsabili
Lucia Burlini
Lelio La Verde





Direttore:
Paolo Bertolotto - ANE
www.sievr.it
sievr.caivr@gmail.com

Abate Rosario ASE
Bendazzoli Gianluca ASE
Benin Nicoletta ASE-ONCN
Bertolin Stefano ASE-IA
Brunelli Emanuele AE-EEA
Cappellin Denis ASE
Cavallo Eugenio ASE
Ceradini Angelo AE-EEA-EAI
Donisi Pierantonio ASE
Gemma Bart INA-INSA
Giacopuzzi Paola AE-ONCS
Guerreschi Antonio ANE
Lavagnoli Paolo ASE
Maimeri Graziano AE-EEA-EAI
Paier Augusto ASE
Righetti Sonia AE
Rizzotti Filippo AE-EEA
Sorbini Gino AE-EEA
Teboni Andrea ASE
Vincenzo Francesco ANE-IA
Zampicini Nicola ASE
Zenorini Lorenzo ASE

La Scuola Intersezionale di Escursionismo Veronese costituita nel 2013, a norma dello Statuto e del Regolamento Generale del CAI e della Commissione Centrale per l'Escursionismo, è formata dalle otto sezioni veronesi e dalle sottosezioni della sezione di Verona.

I principali obiettivi che la Scuola si prefigge sono:

- diffondere la cultura, l'etica, i valori del Club Alpino Italiano;
- promuovere e diffondere la cultura della sicurezza e della prevenzione degli incidenti in ambiente montano;
- collaborare allo svolgimento delle attività sociali anche allo scopo di orientare tecnicamente l'attività di Escursionismo svolta dalle Sezioni.

L'attività della Scuola è rivolta principalmente, in funzione delle esigenze delle Sezioni e Sottosezioni, all'organizzazione di Corsi di Escursionismo.

La Scuola si identifica come punto di riferimento tecnico-culturale per tutti i soci delle Sezioni stesse.

Le lezioni teoriche di tutti i corsi si tengono presso la sede della Sezione di Verona, alle ore 21:00

Collaboratori della Scuola

Bonmartini Giacomo, Busolo Federico, Colautti Dmitrij, Tosadori Carlotta

■ 9° CORSO DI ESCURSIONISMO BASE (E1)

Per la frequentazione in autonomia e in sicurezza dell'ambiente montano.

Mercoledì 24 gennaio, ore 21

Presentazione del corso e apertura iscrizioni

Presso la sede di Verona

Il Corso di Escursionismo Base (E1), rivolto ai Soci Cai, si prefigge di educare alla conoscenza, al rispetto, alla tutela e alla frequentazione consapevole e in sicurezza dell'ambiente montano, per coloro che in montagna non ci sono mai stati oppure ritengono di dover migliorare la loro esperienza con nozioni culturali, tecniche e pratiche per saper organizzare in autonomia e con competenza le proprie escursioni in ambiente.

■ 4° CORSO FERRATE EEA

Per la frequentazione di itinerari impegnativi su vie ferrate (difficoltà massima "D": difficile)

Martedì 23 aprile, ore 21

Presentazione del corso e apertura iscrizioni

Presso la sede di Verona

Il 4° Corso sulle Vie Ferrate EEA, rivolto ai Soci del Cai, si prefigge di formare escursionisti preparati tecnicamente e culturalmente alla percorrenza di ferrate (EEA-D), in grado di agire anche in ambito di autosoccorso o messa in sicurezza e che possano sviluppare una leadership personale a favore del gruppo amicale o in sezione con una buona autonomia.

■ 8° CORSO NATURALISTICO-CULTURALE

"L'architettura in Lessinia"

Storie, tradizioni architettoniche, vita sociale ed economica delle nostre montagne

Mercoledì 25 settembre, ore 21

Presentazione del corso e apertura iscrizioni

Presso la sede di Verona

Direttore del corso:
Angelo Ceradini
AE-EEA-EAI
angelocera66@gmail.com

Direttore corso:
Emanuele Brunelli
AE-EEA
emanuelebrunelli@hotmail.it

Direttori del corso:
Nicoletta Benin
ASE-ONCN
Paola Giacopuzzi
AE-ONCS
Graziano Maimeri
AE-EEA-EAI
studioburatobenin@gmail.com



COMMISSIONE DI ESCURSIONISMO

Responsabili:
Gino Sorbini
Emanuele Brunelli

Organico

Andreoli Corrado
Beghelli Roberto
Bellamoli Paolo
Bertolin Stefano | ASE-ISA
Bertossi Giovanni | ISFE
Bressan Zoe
Brunelli Emanuele | AE-EEA
Busato Maddalena
Cavallo Eugenio | ASE
Ceresola Gianni
Colautti Dmitrij
Dal Piero Sonia
Dall'Acqua Dora
Ferron Roberto
Fontana Romano
Forlin Fabio
Guerra Francesco
Lovato Roberto
Mantovanelli Sergio
Maroldi Marta
Natale Susanna | SEZ. SFE
Paier Augusto
Righetti Sonia | AE

Salve, eccoci all'inizio di un nuovo anno di attività escursionistiche. La stagione 2023 ha fatto vedere un'ottima ripresa della frequentazione delle attività da parte di soci e non soci, anche grazie al grande numero di nuovi iscritti, ormai siamo quasi 4000, e ciò ha contribuito ad avvicinarci ai numeri degli anni precovid permettendoci, per esempio, di effettuare quasi tutti gli spostamenti per le escursioni con i pullman. È proseguita con buon successo l'iniziativa "pedala con Zoe".

Per quanto riguarda il nuovo programma, la novità più rilevante è l'insediamento di una uscita su via ferrata ogni mese, a queste, se possibile, verrà affiancato un itinerario escursionistico.

Un altro progetto nuovo, molto importante, è di iniziare a gettare le basi per la creazione di un "Gruppo Giovani", necessario a soddisfare le loro esigenze più specifiche, chi di voi fosse interessato si faccia avanti...

Per quanto riguarda la sicurezza, come sempre, la sezione, tramite la Scuola Intersezionale di Escursionismo, proporrà una serie di corsi la cui frequentazione permetterà ai partecipanti un approccio alla montagna più preparato e consapevole, cosa più che mai necessaria ed urgente visto i numeri in forte e costante ascesa degli interventi del Soccorso Alpino, che ringraziamo per la sua preziosissima opera.

Un doveroso ringraziamento va a tutti i componenti della Commissione Escursionismo in particolare ai nuovi entrati infatti i due corsi per reclutare nuovi volontari hanno dato buoni frutti, ed in Commissione sono entrate nuove forze e con loro nuovo entusiasmo ed idee. Ragazzi e ragazze che come volontari mettono a disposizione parte del loro tempo, passione e capacità per accompagnare gli escursionisti nelle varie uscite ed attività con la dovuta sicurezza e assistenza.

Sperando di vedervi partecipare numerosi alle attività proposte vi saluto augurandovi buona montagna!



Buone pratiche dell'escursionista

Dobbiamo ricordare che in montagna, e non solo, noi siamo ospiti e tutti gli ospiti dovrebbero comportarsi con rispetto ed attenzione. Su queste due cose si deve basare la nostra frequenza montana.

Rispetto per l'ambiente: non dimentichiamo mai che siamo ospiti e perciò evitiamo ogni comportamento che possa alterare l'ambiente (non abbandonare rifiuti di alcun tipo, non prelevare esemplari di specie protette, non accendere fuochi...).

Rispetto per gli animali: qualora incontrassimo qualsiasi esemplare di animale selvatico evitiamo di spaventarli e in caso di cuccioli non cerchiamo alcun tipo di contatto con loro; ciò potrebbe provocare l'abbandono da parte della madre.

Attenzione verso i compagni di escursione: la velocità del passo deve essere adeguata ai compagni ed anche le difficoltà devono essere adeguate; non stiamo partecipando ad una gara.

Rispetto per le persone che si incontrano: in montagna si saluta sempre, non ci sono estranei. Se ci vengono chieste informazioni sul percorso rispondiamo con gentilezza e solo se siamo sicuri, evitiamo assolutamente di dare indicazioni delle quali non siamo certi; prestiamo sempre aiuto.

Attenzione per il lavoro di chi vive in montagna: cerchiamo sempre di "lasciare" qualcosa a chi lavora in montagna. Magari prendendo un semplice caffè: ci sono persone che vivono di questo, evitiamo la frequentazione mordi e fuggi.

Rispetto per la tranquillità del luogo: evitiamo di produrre rumori o schiamazzi inutili.

Righetto Antonella
Rizzotti Filippo | AE-EEA
Ruggeri Tiziano
Schiavetti Enrico Maria
Sciessere Ylenia
Sorbini Gino | AE-EEA
Sperandio Alessandra
Tiezzi Erika
Tosadori Carlotta
Z.E.

Rispetto per te stesso e per chi lavora per la tua sicurezza: mettiamo in pratica quanto consigliato sulla preparazione di un'uscita; scelte azzardate potrebbero esporre a rischi notevoli noi, i nostri compagni di escursione e infine le persone preposte al nostro soccorso; Rispetto per le persone che lasciamo a casa: comunichiamo accuratamente ai familiari l'itinerario che andremo a percorrere.

Rispetto per le persone che lasciamo a casa: comunichiamo accuratamente ai familiari l'itinerario che andremo a percorrere;

Rispetto per la funzione e le norme dei rifugi: manteniamo un comportamento corretto e rispettoso; non pretendiamo cosa da ristorante cittadino, il rifugista fa sempre del suo meglio ed inoltre siamo in un luogo dove altri si stanno riposando in attesa di rimettersi in marcia.

Rispetto per bivacchi e rifugi incustoditi: un bivacco, anche se incustodito, può rappresentare in condizioni di emergenza un riparo fondamentale per la nostra incolumità, quindi usufruiamone senza lasciare traccia e se possibile lasciamo qualche genere di conforto utile a chi ci passerà dopo di noi.

Equipaggiamento

Un'escursione in montagna, oltre che donare grandi sensazioni e grande piacere, può essere molto molesta in quanto, spesso, non si è preparati ai cambiamenti meteorologici che possono avvenire, anche in tempi molto rapidi. Una buona preparazione può ridurre di molto i fastidi che si possono incontrare e una delle cose fondamentali della preparazione è l'equipaggiamento. Nello zaino ci sono delle cose che devono essere sempre presenti, indipendentemente dalla stagione, ossia quello che serve per ripararsi dalla pioggia, da un improvviso abbassamento della temperatura, dal far tardi e per chiamare soccorso. Perciò giacca a vento impermeabile, guanti, cappello di lana magari anche un tubo in tessuto che può essere usato in varie maniere, una pila frontale (con batterie cariche), un fischietto e un piccolo pronto soccorso. Non importa che stagione sia e dove si pensa di andare. Ovviamente poi ci sono le calzature (normalmente scarponi alti), meglio i pantaloni lunghi anche se fa caldo, un pile, cappello da sole, occhiali da sole, bastoncini telescopici, per chi li usa e un eventuale ricambio. Non dobbiamo scordare alimenti e bevande. A questo si deve aggiungere attrezzatura specifica se si va in ferrata: casco omologato, guanti da ferrata, imbrago e dissipatore omologati. Se si va a camminare sulla neve ovviamente le ciaspole. Consigliabile portare la tessera CAI e, se si dorme in rifugio, il sacco lenzuolo. Alcune delle attrezzature elencate vanno adattate alla stagione. Io consiglio anche di attivare l'app GeoResQ che può essere usata anche per tener conto dei dati dell'escursione che si fa e non solo per chiamare soccorso.

Estratto Regolamento Escursionismo

Le iscrizioni sono valide solo se accompagnate dal versamento dell'intera quota, si chiudono entro le ore 22 del martedì precedente la gita e possono essere protratte solo per il completamento dei posti disponibili.

Il giorno di apertura delle iscrizioni non si accettano prenotazioni telefoniche. Nei giorni successivi, le prenotazioni sono accettate con riserva fino al saldo della quota di partecipazione che deve essere versata in segreteria entro il giorno seguente oppure tramite bonifico bancario mediante il codice IBAN riportato a pagina 1 del presente programma o sul sito web della sezione (www.caiverona.it). In questo caso la distinta del versamento dovrà essere inviata alla segreteria a mezzo mail o fax. Dopo tale termine la prenotazione sarà annullata.

In caso di impossibilità a partecipare alla gita la quota già versata sarà restituita senza la necessità di avere un sostituto solo se comunicata entro le ore 22 del martedì precedente l'escursione.

È fatto obbligo a tutti l'uso di un equipaggiamento adatto al tipo di percorso, come indicato nel programma delle singole escursioni.

I direttori hanno facoltà per ragioni tecniche o logistiche di modificare gli orari, gli itinerari, le soste o addirittura di interrompere il proseguimento della gita.

Il testo completo del Regolamento Escursionismo è consultabile sul sito web della Sezione.



Scala di difficoltà delle escursioni

T = Turistico. Percorsi su carrarecce, mulattiere o evidenti sentieri che non pongono incertezze o problemi di orientamento, con modeste pendenze e dislivelli contenuti. Richiedono conoscenze escursionistiche di base e preparazione fisica alla comminata. Sono comunque richiesti adeguato abbigliamento e calzature adatte.

E = Escursionistico. Percorsi che rappresentano la maggior parte degli itinerari escursionistici, quindi tra i più vari per ambienti naturali. Si svolgono per mulattiere, sentieri e talvolta tracce, su terreno diverso per contesto geomorfologico e vegetazionale (es. pascoli, sottobosco, detriti pietraie). Sono generalmente segnalati e possono presentare tratti ripidi. Si possono incontrare facili passaggi su roccia non esposti, che necessitano l'utilizzo delle mani per l'equilibrio. Eventuali punti esposti sono in genere protetti. Possono attraversare zone pianeggianti o poco inclinate su neve residua. Richiedono senso dell'orientamento, esperienza escursionistica ed adeguato allenamento. È richiesto idoneo equipaggiamento con particolare riguardo alle calzature.

EE = Escursionisti Esperti. Percorsi quasi sempre segnalati che richiedono capacità di muoversi lungo sentieri e tracce su terreno impervio e/o infido (pendii ripidi e/o scivolosi di erba, rocce o detriti sassosi), spesso instabile e sconnesso. Possono presentare tratti esposti, traversi, cenge o tratti rocciosi con lievi difficoltà tecniche e/o attrezzati, mentre sono escluse le ferrate propriamente dette. Si sviluppano su pendenze medio-alte. Può essere necessario l'attraversamento di tratti su neve, mentre sono esclusi tutti i percorsi su ghiacciaio. Necessitano di ottima competenza escursionistica, capacità di orientamento, conoscenza delle caratteristiche dell'ambiente montano, passo sicuro e assenza di vertigini, capacità valutative e decisionali nonché di preparazione fisica adeguata. Richiedono equipaggiamento e attrezzature adeguati all'itinerario programmato.

EEA = Escursionisti Esperti con Attrezzature (Ferrate). Per ferrata si intende un itinerario i cui tratti su roccia sono appositamente attrezzati con strutture metalliche: cavi, catene, scale, pediglie e staffe, che ne facilitano e consentono la progressione. Prevedono l'uso di dispositivi di protezione individuali certificati secondo le normative vigenti (imbragatura, kit da ferrata e casco) e una adeguata preparazione tecnica. Sono segnalate alla partenza da apposita tabella e rispettano precisi criteri costruttivi e normativi.

Sono suddivise in **5 classi di difficoltà** progressive: **EEA-F** (ferrata facile), **EEA-PD** (ferrata poco difficile), **EEA-D** (ferrata difficile), **EEA-TD** (ferrata molto difficile), **EEA-ED** (ferrata estremamente difficile).

EAI = escursionismo in ambiente innevato (con racchette da neve)

Percorsi che si svolgono in ambiente innevato con l'utilizzo di racchette da neve, entro i limiti dell'escursionismo e quindi su pendenze medio basse ($\leq 25^\circ$). Sono suddivisi su tre livelli di difficoltà (facile, poco difficile, e difficile) in ragione del dislivello, del contesto ambientale in cui si svolgono, della preparazione tecnica richiesta e delle problematiche relative alla valutazione del pericolo valanga che presentano. Prevedono tutte le cautele derivanti dalle specifiche e contestuali condizioni ambientali, tipiche dell'ambiente innevato, differenti a seconda dell'altitudine e latitudine dell'itinerario.

EAI-F (facile), **EAI-PD** (poco difficile), **EAI-D** (difficile.)

Nelle uscite in ambiente innevato è necessario tenere presente il seguente decreto legislativo.

Nelle uscite in ambiente innevato è necessario tenere presente il seguente decreto legislativo

Decreto Legislativo 28 febbraio 2021, n.40

Attuazione dell'articolo della legge 8 agosto, n. 86, recante misure in materia di sicurezza nelle discipline sportive invernali (21G00047) Entrata in vigore del provvedimento: 03/04/2021.

Omissis

Art. 26. Sci fuori pista, sci-alpinismo e attività escursionistiche

1 Omissis

2. I soggetti che praticano lo sci-alpinismo o lo sci fuori pista o le attività escursionistiche in particolari ambienti innevati, anche mediante le racchette da neve, laddove, per le condizioni nivometeorologiche, sussistano rischi di valanghe, devono munirsi di appositi sistemi elettronici di segnalazione e ricerca, pala e sonda, per garantire un idoneo intervento di soccorso.





Il cicloturismo in chiave smart che stavi aspettando!

Con il nuovo programma siamo felici di annunciare che per la stagione estiva 2024 ci sarà tanto da pedalare in compagnia di Zoe! Di mese in mese saranno comunicate le date precise e i programmi dettagliati sul nostro sito e sui nostri canali social.

L'organizzatrice si riserva la facoltà di cambiare programma in base alle condizioni climatiche o meteo.

Le pedalate con Zoe si terranno preferibilmente nelle giornate di sabato.

Il ritrovo avverrà direttamente al luogo di partenza o con accordi precedentemente scritti per ottimizzare il trasporto delle bici in auto. Cicloescursioni riservate solo ai soci. Uscite non soggette ad iscrizione ma solo previa comunicazione all'organizzatrice.

Costo 1 euro.

PROGRAMMA

- **Marzo**
San Giovanni Lupatoto, Parco Menago, San Giovanni Lupatoto
km 55, dislivello irrisorio
- **Aprile**
Cognola ai Colli, Cazzano, Cognola ai Colli
km 45, dislivello m 540
- **Maggio**
Giro dei Colli Euganei
km 63, dislivello m 210
- **Giugno**
Terre del Custoza
km 60, dislivello m 520
- **Settembre**
Giro dei Prati Stabili
km 70, dislivello m 400
- **Ottobre**
Albaredo d'Adige, Buso della Giaretta, Lonigo, Albaredo
km 51, dislivello m 300
- **Novembre**
San Giovanni Lupatoto, Sorgà, San Giovanni Lupatoto (risottata finale)
km 63, dislivello irrisorio



INTRODUZIONE ALL'ESCURSIONISMO INVERNALE

Per la frequentazione in autonomia e in sicurezza dell'ambiente innevato con l'utilizzo delle racchette da neve.

Questa Introduzione all'Escursionismo in Ambiente Innevato, rivolto ai soli Soci del Cai Verona, si prefigge di educare alla conoscenza, al rispetto, alla tutela e alla frequentazione consapevole e in sicurezza dell'ambiente montano innevato, attraverso la trasmissione delle nozioni di base tecniche e pratiche finalizzate alla organizzazione in autonomia e competenza di escursioni in ambiente su percorsi con difficoltà (EA) che necessitano dell'ausilio delle racchette da neve (ciaspole).

Presentazione dell'iniziativa il 13 dicembre, alle ore 21

Lezioni teoriche

- 31 gennaio Caratteristiche dell'escursionismo invernale
Equipaggiamento e materiali
- 06 febbraio Nivologia e valanghe
- 13 febbraio Scala pericolo e interpretazione bollettino valanghe
- 20 febbraio Autosoccorso in valanga
- 27 febbraio Organizzazione di una escursione invernale
- 05 marzo Fisiologia del freddo
Soccorso organizzato

Sono inoltre previste 4 uscite in ambiente che verranno decise in base all'innnevamento.



Escursioni sci di fondo

- 2-7 gennaio
Settimana bianca a Dobbiaco
- Domenica 14 gennaio
Passo Coe
- Domenica 21 gennaio
Bondone: Centro Fondo Viote
- Domenica 28 gennaio
Altopiano di Asiago - Campolongo
- Domenica 4 febbraio
Passo S. Pellegrino
- Domenica 11 febbraio
Passo di Lavazè
- Domenica 18 febbraio
S. Vigilio di Marebbe
- Domenica 25 febbraio
Val di Vizze
- Sabato/Domenica 2/3 marzo
Val Fiscalina e Anterselva
- Domenica 10 marzo
Val Vermiglio

Nota bene: Fermo restando le date indicate, le località di destinazione potranno subire variazioni in base all'innnevamento.



domenica
21 gennaio

Ciaspolata ammirando le Odle - Val Gardena

Difficoltà: EAI - F
Dislivello: 600 m circa
Quota massima: m 2300
Tempo: 6 ore circa
Pranzo: al sacco
Direttori: D. Colautti, E. Brunelli

Ciaspolata attraverso i paesaggi montani profondamente innevati del Parco Naturale Puez-Odle, nel cuore del Patrimonio Mondiale UNESCO. Sarà un'occasione per respirare il silenzio, percepire la natura nella sua perfezione e ammirare le montagne nella loro veste invernale. Passeremo per il rifugio Juac, il rifugio Firenze e Malga Peralongia.



domenica
25 febbraio

Altopiano di Asiago, Casere Ongara
Monte Baldo di Gallio

Difficoltà: EAI
Dislivello: 250 m circa
Quota massima: m 1680
Tempo: 4 ore circa
Pranzo: al sacco
Direttori: S. Bertolin e D. Dall'Acqua

In collaborazione con le sezioni di S. Pietro in Cariano e di Tregnago
Una dolce salita tra due ali di bosco ci consentirà di guadagnare la dorsale larga, aperta e soleggiata delle Casere Ongara, dove il panorama spazia dal Monte Zebio al Portule, da Cima D'Asta alle Pale di San Martino. Rientreremo ad anello, attraverso una forestale tra gli abeti, su tracciati in inverno non frequentati.

Vajo dell'Acqua - Piccole Dolomiti

domenica
10 marzo

Imponente canalone che da bocchetta Zevola sprofonda in direzione, fino a spegnersi, nella testata dell'Agno di Lora, poco a sud del rif. Cesare Battisti, versante vicentino del gruppo del Carega. Il toponimo attuale era tradizionalmente in uso tra i malgari e riferito a una sorgente che sgorga quasi al termine del vajo. Dalla cima dello Zevola si apre un grandioso panorama dalla Lessinia al Lago di Garda, Baldo, Gramolon, Catena 3 Croci, Gruppo del Carega, Altopiano di Asiago, Pale di San Martino.

Difficoltà: A
Dislivello: 750 m circa
Quota massima: m 1976
Tempo: 7 ore circa
Pranzo: al sacco
Direttori: D. Colautti, R. Beghelli e R. Ferron

Buso della Rana - Monte di Malo

Domenica
24 marzo

Il Buso della Rana è una grotta tra le più estese in Italia. L'ingresso si trova nel comune di Monte di Malo in provincia di Vicenza, presso Contrà Maddalena, lungo la strada che da Monte di Malo porta verso la frazione di Priabona. La temperatura è di circa 12 °C. Il numero massimo di partecipanti sarà di 10 persone maggiorenni, è richiesta una buona capacità alpinistica. A chi sprovvisti verranno forniti caschetto ed imbrago.

Difficoltà: Speleo
Tempo: 4 ore circa
Pranzo: al sacco
Direttori: Gruppo Speleo Verona



Lunedì
1 aprile

Pasquetta - Lungo la roggia e l'Alta Via di Marleno - Val Venosta

Difficoltà: E
Dislivello: 450 m circa
Quota massima: 880 m
Tempo: ore 4,5 circa
Pranzo: al sacco
Direttori: M. Busato
E Zorzin

Il Marlinger Waalweg, il più lungo dell'Alto Adige, risale a circa 250 anni fa e segue il tracciato della roggia, costruita per irrigare i campi della Val Venosta, assieme ad altri canali. I "Waalwege" sono percorsi realizzati lungo questi canali, detti "Rogge", per consentire ai guardiani di controllare il regolare scorrere delle acque. Durante l'escursione percorreremo un tratto del Marlinger Waalweg, tra Marleno e Tel, per poi rientrare a Marleno attraverso l'Alta Via. Il sentiero della roggia offre splendide vedute panoramiche sulle catene montuose circostanti e sulla Val Venosta.



domenica
7 aprile

Ferrata Corno di Caspai - Prealpi Bresciane

Difficoltà: EEA-PD/MD
Dislivello: 550 m circa
Quota massima: m 1391
Tempo: 6 ore circa
Pranzo: al sacco
Direttori: R. Beghelli,
R. Ferron, D. Colautti,
T. Ruggeri

Nelle prealpi Bresciane, sopra il paese di Lodrino, si erge una catena di monti di origine dolomitica originata da sedimenti marini, che ospita vari itinerari. La ferrata si sviluppa sull'esposto fianco roccioso del monte Corno di Caspai che si affaccia sul paese.

Da Caprino al Monte Sparavero

domenica
14 aprile

Un percorso ad anello che dalla piazza di Caprino porta alla Cima Sparavero lungo le creste di i Naole. Il Sentiero 662 si snoda attraverso la più antica e usata via di accesso alla parte meridionale del Monte Baldo. Interessante per l'ambiente, la flora di Naole, le malghe e il bel terrazzo prativo di Priore. L'itinerario si presenta impegnativo ma di grande soddisfazione con ambienti variopinti e panorami grandiosi. Il percorso proposto presenta un considerevole sviluppo e dislivello sia in salita che in discesa. Consigliato esclusivamente agli escursionisti allenati.

Difficoltà: EE
Dislivello: 1400 m circa
Quota massima: 1516 m
Tempo: ore 8 circa
Pranzo: al sacco
Direttori: A. Paier e
S. Righetti

Anello Breonio-Monte Pastello

domenica
21 aprile

Itinerario ad anello con partenza da Breonio. Si attraversa il Monte Crocetta, Pastelletto, Molane e Pastello. Durante tutto il percorso, per arrivare fino alla sommità del monte, è possibile godere di scenari di rara bellezza, come quelli sulla Val d'Adige e sulla Valpolicella.

Difficoltà: E
Dislivello: 520 m
Quota massima: 1120 m
Tempo: 5 ore
Pranzo: al sacco
Direttori: F. Forlin,
M. Maroldi, R. Fontana



domenica
28 aprile

Sentiero dei Briganti - Seconda parte
da Vernasca a Castell'Arquato (PC)

Difficoltà: ET
Dislivello: 350 m
Quota massima: 450 m
Tempo: 3,5 ore
Pranzo: al sacco
Direttori: A. Righetto,
E. Zorzin, S. Dal Piero

Escursione sulle colline dell'Appennino Piacentino sul secondo tratto del "Sentiero dei Briganti", tra l'abitato di Vernasca e il borgo di Castell'Arquato, che ha conservato nel tempo la magia dei borghi medievali fra i più belli d'Italia, con le torri, i vicoli acciottolati e le piazzette circondate da palazzi in mattoni rosati. Il sentiero, con segnavia CAI 931, si sviluppa sulle creste delle colline lungo la Val d'Arda, nella Riserva Regionale del Piacenziano, con alcuni passaggi sul filo di cresta dei calanchi della Riserva tra siepi di ginestre, con vista sui calanchi del Monte Giego e sulle morbide colline della valle del Torrente Ongina.



domenica
5 maggio

Ferrate Viali e Ferrari al Gramolon
Prealpi Vicentine

Difficoltà: EEA - PD/D
Dislivello: 590 m circa
Tempo: 5,5 ore circa
Quota massima: 1814 m
Pranzo: al sacco
Direttori: E. Brunelli,
F. Forlin e E. Bologna

La Ferrata Viali risale un canalone sotto il Monte Gramolon, risulta varia e di media difficoltà. Avvicinamento e rientro sono piuttosto brevi. La naturale prosecuzione della Ferrata Viali è la successiva Ferrata Ferrari, non obbligatoria. La Ferrata Ferrari, per quanto breve, viene considerata atletica e impegnativa. Si sviluppa prevalentemente su impegnativi traversi obliqui di roccia levigata.



Denti della Sega di Ala - Parco della Lessinia

domenica
12 maggio

Avvolti da un'incantevole cornice paesaggistica, percorriamo il sentiero che ci porta sui Denti della Sega, catena di asperità che domina la Lessinia trentina, separandola dalla sottostante Valle dell'Adige. Il percorso è su una cresta con continui sali e scendi che ci permette di giungere al punto spettacolare detto Passo della Morte, una magnifica cengia, molto esposta, ma protetta da un parapetto che permette di ammirare la Valle dell'Adige e la catena del Baldo.



Difficoltà: E
Dislivello: 300 m
Quota massima: 1354 m
Tempo: 5 ore circa
Pranzo: al sacco
Direttori: M. Maroldi
E. Zorzin, A. Sperandio

Spurga delle Cadene - Monti Lessini

domenica
19 maggio

La Spurga delle Cadene è una sorgente esplorata negli anni '20 nel tratto asciutto e poi allungata con l'esplorazione degli speleosubacquei negli anni '60-70. L'ingresso si trova a 525 metri di quota nel Vajo delle Fontane e per arrivarci si deve attraversare una prima piccola sorgente captata da un vecchio acquedotto. Il numero massimo di partecipanti sarà di 10 persone maggiori, è richiesta una buona capacità alpinistica. A chi ne fosse sprovvisto verranno forniti caschetto ed imbrago.

Difficoltà: Speleo
Tempo: 5 ore circa
Pranzo: al sacco
Direttori: Gruppo Speleo Verona



domenica
26 maggio

**Dalla Val Lagarina alla Vallarsa
attraverso il Passo Buole**

Difficoltà: EE
Dislivello: ↑1145 m ↓1762 m
Quota massima: 1460m
Tempo: 5,30 ore
Pranzo: al sacco
Direttori: C. Tosadori,
E. Cavallo

In collaborazione con la Giovane Montagna

Il Passo Buole (1460 m) è un valico alpino delle Prealpi venete, fra il Gruppo del Carega e il Coni Zugna, in provincia di Trento. È passato alla storia come le Termopili d'Italia, per gli aspri combattimenti che vi ebbero luogo nel maggio-giugno del 1916 durante la Strafexpedition ed ancora se ne possono vedere i segni degli aspri combattimenti. Dal Santuario di S. Valentino (336 m), passando per il passo Buole, scenderemo a Riva di Vallarsa.



domenica
16 giugno

**Cicloescursionistica: “La Vecia Ferovia”
Dal Passo di San Lugano a Ponte Gardena**

Difficoltà: CT
Lunghezza: 50 km circa
Dislivello: ↓ 900 m
↑ 200 m
Tempo: 4,30 ore circa
Pranzo: al sacco
Direttore: Z. Bressan

In collaborazione con la sezione di S. Pietro in Cariano

La “Vecia Ferovia de la Val de Fiemme” si snoda lungo il tracciato del vecchio treno della Val di Fiemme da Ora fino a Molina di Fiemme. Noi ne percorreremo solo una parte in discesa dal Passo S. Lugano a Ora, godendoci il meraviglioso paesaggio alpino del Parco Naturale Monte Corno e la vista sulla Bassa Atesina. Si prosegue poi per Bolzano e Ponte Gardena.

**Valfredda - Forca Rossa
Dolomiti di Fassa/ Val de Biois**

domenica
23 giugno

Meravigliosa escursione ad anello tra le Dolomiti di Fassa e la Val de Biois (Falcade). Partendo dal Passo San Pellegrino, attraverso i caratteristici casoni della Valfredda si sale in cima alla Forca Rossa per ritornare poi al passo attraverso il famoso rifugio Fuciade. Durante tutto il percorso, conosciuto anche come l'Alta Via dei Pastori, potremo ammirare le Pale di San Martino e la Marmolada.

Difficoltà: E
Dislivello: 700 m circa
Quota massima: 2490 m
Tempo: 5 ore circa
Pranzo: al sacco
Direttori: M. Busato,
R. Lovato, A. Sperandio



**Giro delle cascate di Vallesinella
Madonna di Campiglio**

domenica
30 giugno

Un bellissimo e facile itinerario che fa il giro completo delle cascate di Vallesinella partendo dal centro di Madonna di Campiglio. Al cospetto delle Dolomiti di Brenta, raggiungiamo prima le cascate Alte e poi in discesa le cascate di Mezzo e Malga Brenta Bassa. Il rientro in paese avverrà passando prima per il suggestivo sentiero delle forre e delle cascate Basse e poi lungo il sentiero Arciduca Albrecht. Spettacolare escursione da non perdere!

Difficoltà: E
Dislivello: ↑520 m ↓560 m
Quota massima: 1688 m
Tempo: 6 ore circa
Pranzo: al sacco
Direttori: G. Sorbini,
R. Fontana, A. Sperandio

domenica
7 luglio

Cascate di Gares - Orrido delle Comelle
Viaz del Bus - Pale di S. Martino

Difficoltà: EE
Dislivello: 700 m
Quota massima: 2000 m
Tempo: 5,30 ore circa
Pranzo: al sacco
Direttori: S. Bertolin e D. Dall'Acqua

Inoltrandoci in profondità nella valle di Garés, superato il salto della cascata, visitiamo uno dei luoghi più suggestivi delle Pale, l'Orrido delle Comelle, che sbuca in una fiumara larga e ghiaiosa chiusa tra pareti a picco, apparentemente senza via d'uscita. Lì, un antico sentiero invisibile, il Viaz del Bus, ci consentirà il ritorno.

sabato-domenica
13-14 luglio

Ferrata Catinaccio d'Antermoia
Val di Fassa

Difficoltà: EEA/PD
Dislivello: 1° giorno
↑1645 m ↓426 m
2° giorno ↑652 m ↓187 m
Quota massima: 3002 m
Tempo: 1° giorno 5 ore
2° giorno 9 ore circa
Pranzo: al sacco/rifugio
Direttori: E. Tiezzi,
F. Rizzotti

Attraversando la Valle del Vajolet raggiungeremo prima il Rifugio Vajolet e Preuss, successivamente il Rifugio Re Alberto per poi proseguire verso il Rifugio Passo Principe dove pernosteremo. L'indomani proseguiremo con la ferrata Catinaccio d'Antermoia caratterizzata da cenge esposte, balzi, roccette attrezzate e una cresta non protetta a 3000 m circa, scenderemo nel Vallone Antermoia per raggiungere l'omonimo lago di origine glaciale che si trova a 2495 m di quota. Continueremo poi il cammino in un paesaggio lunare, verso il Passo de Lausa, Passo delle Scalette e la Ferrata delle Scalette.



Ferrata Schuster al Sassopiatto
Gruppo del Sassolungo

domenica
21 luglio

Il gruppo del Sassolungo è il simbolo della Val Gardena, essendo ben visibile sino da Ortisei. È un piccolo gruppo caratterizzato da una notevole quantità di torri e contrafforti. La Schuster è una delle prime ferrate aperte nelle Dolomiti, si sviluppa in un ambiente di alta montagna salendo sul versante est del Sassopiatto fino ai quasi 3000 metri della sua cima. L'itinerario presenta tratti non attrezzati con passaggi di I grado.

Difficoltà: EE/PD
Dislivello: 700/1000 m
Quota massima: 2964 m
Tempo: 7 ore circa
Pranzo: al sacco
Direttori: R. Beghelli,
R. Ferron, D. Colautti,
T. Ruggeri



Fantastico giro del Pelmo
Dolomiti Bellunesi

domenica
27 luglio

Il giro del Monte Pelmo (rectius: l'anello del Pelmo) è un itinerario ameno, percorso molto scenografico e impegnativo per escursionisti esperti e ben allenati, mai banale, che porta ad ammirare tutti e quattro i versanti del monte: le imponenti e giallastre pareti meridionali, l'enorme vallone orientale, (da qui il soprannome "El Caregòn del Padreterno"), l'articolato fianco settentrionale, per concludere con l'imponente e severa parete nord-ovest. Una delle poche vette dolomitiche completamente "circumnavigabile".

Difficoltà: EE
Dislivello: 1000 m
Quota massima: 2476 m
Tempo: 7 ore circa
Pranzo: al sacco
Direttori: EM Schiavetti,
T. Ruggeri

domenica
25 agosto

Festa di Santa Rosa al nostro Rifugio
G. Barana al Telegrafo - Monte Baldo

Difficoltà: E

Quota massima: 2495 m

Pranzo: al sacco o presso il Rifugio

Consueta festa di fine agosto che da sempre riunisce innumerevoli appassionati di montagna presso il nostro Rifugio. La Santa Messa, la Processione e l'immane minestrone sono i punti fermi di questa giornata da trascorrere in amicizia e allegria.

A cura della Commissione Escursionismo

sabato/domenica
31/8 - 1/9

Dolomiti Ampezzane

Difficoltà: E

Dislivello:
1° giorno 500 m circa
2° giorno 650 m circa

Quota massima:
1° giorno 2575 m
2° giorno 2778 m

Tempi: 1° 2° giorno
5 ore circa

Pranzo: al sacco

Direttori: M. Busato,
R. Lovato, S. Dal Piero

Primo giorno: dal Passo Giau, attraverso la forcella Averau, raggiungeremo il rifugio Nuvolao, primo rifugio costruito nel 1883 sulla conca ampezzana e uno dei più bei balconi delle Dolomiti con panorama mozzafiato sulla conca, sulle cinque Torri, sulle Tofane e sulla Marmolada. Si scenderà per la via normale passando per il rifugio Scoiattoli e Rifugio 5 Torri camminando proprio alla base di queste. Dormiremo tra Pecol e Passo Falzarego. *Secondo giorno:* dal Passo Falzarego, attraverso il sentiero del Fronte (carico di storia della grande guerra), raggiungeremo il rifugio Lagazuoi da dove, con una breve passeggiata, raggiungeremo la croce di vetta della cima del piccolo Lagazuoi, stupendo punto panoramico che spazia dal Civetta, al Pelmo, dall'Antelao alle Tofane, dalle Odle al Sella fino al gruppo dell'Alpe di Fanes.



Gran Pilastro - Alpi Aurine

sabato/domenica
7/8 settembre

Massima cima delle Alpi Aurine, elegante e maestosa, dal profilo imponente, specie se osservata dal versante austriaco ove precipita con un'impressionante parete quasi verticale, offre un panorama a 360°. Saliremo al Gran Pilastro per la medesima via che fu utilizzata per la prima volta il 24 luglio 1865 dal rinomato alpinista viennese Paul Grohmann con le guide alpine Georg Samer di Ginzling e Josef Fuchs originari dalla Val di Vizze. La via di salita è comunque insidiosa con un ultimo breve tratto assai esposto, richiede esperienza e passo sicuro.

Difficoltà: EE/AF

Dislivello:

Dislivello:
1° giorno 1050 m circa
2° giorno ↑800 m
↓1850 m

Quota massima:
3510 m

Tempo: 1° giorno 3/4 ore; 2° giorno 8 ore

Pranzo: al sacco/rifugio

Direttori: D. Colautti
R. Beghelli



Anello e cima del Setsass
Gruppo Col di Lana

domenica
15 settembre

Protagonista di questa escursione a cavallo tra la Val Badia e la Valle d'Ampezzo, è la cima del Setsass, in apparenza scarsamente significativa, ma capace di regalare un panorama impagabile a 360° sulle Conturines, le cime di Fanes, il Lagazuoi, le Tofane, il Sorapis, l'Antelao, il Pelmo, la Civetta, il Nuvolau e le Cinque Torri, la Marmolada, il Sella e Passo Gardena fino ai ghiacciai delle Alpi di confine. L'itinerario circolare e poco frequentato dal turismo di massa, tra pendici erbose, creste rocciose e boschi, permette di assaporare la bellezza selvaggia e incontaminata di questi luoghi,

Difficoltà: E-EE

Dislivello: 790 m

Quota massima:
2571 m

Tempo: 6 ore circa

Pranzo: al sacco

Direttori: G. Sorbini e
C. Tosadori

domenica
29 settembre

Laghi Ercavallo
Parco Nazionale dello Stelvio

Difficoltà: E/ EE
Dislivello: 1190 m
Quota massima: 2955 m
Tempo: 7 ore circa
Pranzo: al sacco
Direttori: E. Tiezzi e F. Rizzotti

Case di Viso è un borgo alpino a 1753 m di quota in Valle di Viso vicino a Ponte di Legno, dalle caratteristiche abitazioni in pietra. Da qui inizia il nostro cammino per raggiungere l'altopiano dei Laghi di Ercavallo, tra i luoghi più suggestivi del Parco Nazionale dello Stelvio bresciano, che si adagia ai piedi meridionali dell'elegante piramide del Corno dei Tre Signori (3360 m) e alla Punta di Ercavallo (3068 m), posto a guardia del Passo Gavia. Ospita numerosi bei bacini assai diversi tra loro e in parte ricoperti da spettacolari bianche fioriture di eriofori. In tutta la zona, grazie alla tutela del Parco, non sarà difficile l'incontro con cervi, stambecchi, camosci, marmotte ed ermellini.



5-12 ottobre

Lanzarote - Isole Canarie

Difficoltà: E
Direttori: D. Dall'acqua

Un'isola dall'evidente origine vulcanica che presenta ambienti a tratti aspri, ma che nasconde dietro ogni angolo paesaggi e colori unici. Percorreremo, insieme a una guida naturalistica, i sentieri più belli dell'isola per coglierne la bellezza e conoscere da vicino la natura e le tradizioni che la caratterizzano.

Cima delle Laste - Cima Manera

domenica
6 ottobre

La Cima Manera o (Cimon del Cavallo) è l'elevazione più alta dell'omonimo gruppo. Il suo inconfondibile profilo, è spesso ben visibile dalla laguna di Venezia. L'escursione che passa per il rifugio Semenza è senza dubbio uno dei trekking più frequentati dell'Alpago, non solo per la sua relativa vicinanza alla pianura ma anche per gli splendidi scorci panoramici che offre. Sino al rifugio Semenza l'itinerario può essere percorso ad inizio e fine stagione, mentre per raggiungere la Cima Manera è necessario superare un breve e facile tratto attrezzato. Meritevole il giro ad anello dai noi percorso, salendo a ridosso di Cima delle Vacche e scendendo per il vallone che ospita il Sasso della Madonna.

Difficoltà: EE
Dislivello: 1050 m
Quota massima: 2251 m
Tempo: 8/9 ore circa
Pranzo: al sacco
Direttori: A. Paier e S. Righetti

Ferrata Marangoni a Mori - Monte Albano

domenica
13 ottobre

La Ferrata Marangoni, sopra l'abitato di Mori, si sviluppa su una grande parete verticale visibile già dall'autostrada del Brennero. La ferrata non presenta particolari difficoltà ma richiede il superamento di alcuni tratti atletici ed è spesso molto esposta e strapiombante. Dal centro di Mori si risale il sentiero che porta al Santuario di Montalbano dove in pochi minuti si attaccherà la ferrata. Rientro per comodo sentiero.

Difficoltà: EEA-D
Dislivello: 410 m di cui 202 m di ferrata
Quota massima: 615 m
Tempo: 4,5 ore circa
Pranzo: al sacco
Direttori: E. Brunelli, F. Forlin, T. Ruggeri



**domenica
20 ottobre**

Corno delle Scale - Appennino Bolognese

Difficoltà: E/ EE
Dislivello: 1000 m
Quota massima: 1945 m
Tempo: 7 ore circa
Pranzo: al sacco
Direttori: A. Sperandio,
G. Sorbini, R. Fontana

Il Parco Regionale del Corno alle Scale è un massiccio che sfiora i duemila metri, segnato fino alla vetta dagli strati di arenaria (da cui il nome Scale) ben evidenti come il profilo di un libro poggiato sopra la faggeta. Partiremo dal santuario della Madonna dell'Ace-ro (1184 m) e, attraversando una meravigliosa faggeta, prendere-mo il sentiero che risale il corso del torrente Dardagna con le sue cascate. Ci addentreremo poi nella Valle del Silenzio per arrivare ai Balzi dell'Ora: una serie di salti rocciosi che compongono il crinale del Corno alle Scale. Il percorso non è dei più semplici (classificato EE) ma la fatica viene ripagata dalla meravigliosa vi-sta a 360° che si può ammirare una volta arrivati a Punta Sofia.

**domenica
27 ottobre**

Camminata tra i Colli Euganei

Difficoltà: EE
Dislivello: 1000 m
Quota massima: 380 m
Tempo: 7 ore circa
Pranzo: al sacco
Direttori: F. Forlin,
E. Brunelli

Percorso ad anello che si snoda per oltre 20 chilometri sui colli che sovrastano il borgo di Arquà Petrarca, passando per vari mon-ti, regalando panorami mozzafiato e una piacevole alternanza di ambienti, dai prati assolati ai fitti boschi dominati da alberi di ca-stagno. Itinerario consigliato alle persone allenate e amanti delle lunghe camminate.





GRUPPO CAI D'ARGENTO

Commissione Escursionismo Seniores



Referente: Carlo Voltan

Che cosa propone il CAI d'Argento?

Da 27 anni un gruppo di soci non più giovanissimi ma in possesso di buona prestanza fisica (i Seniores), organizza il giovedì escursioni meno impegnative di quelle domenicali. Alle escursioni partecipano talvolta anche soci più giovani che sono liberi il giovedì e sono interessati alle mete e alle modalità proposte dagli "argentini". Di solito si può scegliere tra due itinerari (talvolta anche tre): uno un po' più impegnativo, l'altro più tranquillo. Il pranzo a volte è al sacco, oppure in qualche rifugio, trattoria o agriturismo.

Il centro delle attività sono le **escursioni del giovedì**: tutti i giovedì dell'anno, a volte esclusi i giorni festivi. I programmi vengono elaborati in forma bimestrale o trimestrale, con le indicazioni di massima circa le date e le mete. Poi circa quindici giorni prima della data prevista, quando in genere si aprono le iscrizioni, viene pubblicata **una locandina** che contiene le informazioni precise e dettagliate su ogni escursione (tempi di percorrenza, dislivelli, eventuali difficoltà, ecc.). Ogni giovedì, generalmente, sono in programma due o tre escursioni: la **gita tradizionale** (massimo circa 400 m di dislivello in salita e 4 ore di cammino), **una intermedia** (massimo circa 600 m di dislivello in salita e 5 ore di cammino), talvolta **una impegnativa** (massimo circa 900 m di dislivello in salita e 6 ore di cammino). Stiamo inoltre sperimentando da alcuni mesi la **gita tranquilla**, che prevede un dislivello massimo di 200 m e 3 ore di cammino senza troppo impegno, magari da effettuare solo nell'arco della sola mattinata. Le escursioni verso mete abbastanza vicine (Baldo, Lessinia, Carega) prevedono per lo più

il raggiungimento del luogo di inizio della camminata con **mezzi propri**; quando la meta è costituita da montagne più lontane (Dolomiti, Altopiano di Asiago ecc.) le escursioni vengono effettuate con il **pullman**.

Nel **periodo invernale** alcune escursioni sono effettuate in ambiente innevato (se la neve arriva!), con ciaspole e ramponcini da passeggio.

Il programma dei Seniores è completato da **soggiorni/trekking**, per lo più di durata settimanale, in zone di montagna e/o marine che comunque consentano escursioni su rilievi più o meno impegnativi. I trekking sono l'occasione per conoscere montagne più lontane da Verona, e quindi non raggiungibili con le escursioni in giornata, e ampliano l'esperienza e le conoscenze del Gruppo. Negli anni scorsi siamo andati in Val Pusteria, Val di Fassa, in gran parte delle isole italiane (Elba, Sicilia, Sardegna, Eolie, Egadi) e sulle coste dove ci sono "cammini" (Salento, Costiera amalfitana, Gargano, Toscana). Abbiamo poi lanciato una specie di "Traversata delle Alpi a misura di Seniores", con trekking in rifugi o alberghi in Val di Zoldo, Val Pellice e Germanasca, Val d'Aosta, Valmalenco, Alpe di Devero e Veglia, Alpi Marittime, Triglav. In inverno viene proposto un trekking residenziale per andare per neve in libertà e sicurezza.

I soci che partecipano alle attività del CAI d'Argento (almeno una escursione) sono quasi **400**. La quasi totalità appartiene alla Sezione di Verona (ma vi sono anche soci di altre Sezioni). Perlopiù sono **pensionati** (in certi casi relativamente giovani: 58-60 anni), ma alcuni lavorano ancora e approfittano dei turni o delle ferie per fare qualche escursione il giovedì o partecipare a qualche trekking. Più della metà sono **donne**. Circa la metà ha iniziato a frequentare la montagna con il pensionamento, gli altri andavano già in montagna con il CAI o per conto loro. **25-30 volontari**, con maggiore esperienza e conoscenza della montagna, e che hanno frequentato anche apposite iniziative formative, si incaricano di proporre le escursioni, fare i sopralluoghi e guidare i gruppi.

Camminare in compagnia il giovedì di ogni settimana ha consolidato nel tempo una **comunità di appassionati del cammino e della montagna**. In questa comunità si sviluppano stili di vita attivi, che rappresentano l'unico vero antidoto agli effetti deleteri dell'invecchiamento sul piano fisico, psichico, cognitivo, dell'autonomia personale e dell'umore; crescono relazioni che contrastano la solitudine e l'individualismo; è più facile accettare l'invecchiamento. La passione per la montagna e per il cammino insieme è così intensa, che il Gruppo Seniores, che ovviamente ha rispettato rigorosamente il blocco imposto dal Covid-19, appena la normativa

Chi sono gli "argentini"?

Perché un gruppo specifico per i Seniores?

Che cosa bolle in pentola per il 2023?

lo ha consentito ha ripreso immediatamente le attività, naturalmente con protocolli di sicurezza che potessero tutelare tutti i partecipanti. L'aspetto della socialità, quindi, è fondamentale tanto quanto il percorso in montagna e la meta da raggiungere. La programmazione e la gestione delle escursioni tengono conto di questi aspetti.

Per il Cai d'Argento **la montagna è un diritto di tutti** e deve essere **per tutti**, e per questo i programmi di attività alternano escursioni impegnative con altre alla portata di tutti: l'obiettivo è che ciascuno trovi "l'escursione che fa per lui".

Nel 2023 abbiamo potuto svolgere le attività programmate con continuità, tuttavia l'esigenza di un parziale ricambio nei capigita/direttori di escursione, rende difficile formulare a fine 2023 il programma dettagliato delle attività per il 2024. Del resto ormai i soci sono abituati a consultare preferibilmente il sito internet per gli aggiornamenti sulle attività in programma, piuttosto che il Libretto delle attività sezionali.

Diciamo quindi a quali programmi stiamo lavorando: il dettaglio delle informazioni verrà via via pubblicato sul nostro sito internet.

Anzitutto i **trekking**, che hanno bisogno di prenotazioni anticipate. Alcuni hanno un calendario già definito, per altri sarà opportuno fare una verifica dell'effettivo interesse dei soci a partecipare.



Di seguito le nostre proposte per il 2024:

13-18 febbraio: TREKKING RESIDENZIALE INVERNALE A RASUN DI SOTTO

Nel magico scenario della Val Pusteria proponiamo sei giorni di soggiorno durante i quali sono previste escursioni quotidiane con ciaspole e/o ramponcini, ferma restando la facoltà dei partecipanti di effettuare autonomamente passeggiate, sci di fondo, sci alpino. Gli itinerari verranno scelti in base allo stato di innevamento e si svolgeranno nelle principali valli laterali della Pusteria: zona Val di Braies Prato Piazza, Val Casies, Val di Riva, Dolomiti di Sesto, Valle di Anterselva, Altopiano di Fanes. Gli spostamenti quotidiani verranno effettuati con mezzi propri.

Coordinatori: Maurizio Carbognin e Carlo Voltan

10-14 e 17-21 marzo: TREKKING URBANO A ROMA

Nei 5 giorni del trekking visiteremo i luoghi e le bellezze più interessanti di questa magnifica città, con un percorso che ci porterà a scoprire anche luoghi meno noti, ma non meno degni di interesse, compreso un suggestivo tratto dell'Appia Antica che collegava Roma con Brindisi e con l'Oriente. Poiché gli spostamenti avverranno esclusivamente a piedi, le distanze percorse saranno di circa 10-15 chilometri al giorno.

Coordinatore: Diego Mirandola

20-27 maggio: MAJELLA

Visiteremo il Parco Nazionale che è considerato uno dei polmoni verdi della regione Abruzzo, nel cui interno si trovano 7 riserve naturali. La maggior parte delle cime del Parco tuttavia hanno un aspetto tondeggiante e sono poco impervie caratteristiche che le rende raggiungibili anche ai meno esperti, sebbene sia comunque necessario avere una adeguata preparazione fisica. Alloggeremo in hotel sul mare e ci sposteremo tutti i giorni con pullman per escursioni sulle montagne del parco.

Coordinatori: Giuseppe Rielli e Aldo Rizzotti

24-29 giugno: PARCO DEI CENTO LAGHI (AREA PROTETTA VALLI DEL CEDRA E DEL PARMA)

Dove un tempo si ergevano antichi ghiacciai, oggi si aprono laghi glaciali e torbiere in un ambiente descritto anche come la "Scozia" dell'Appennino. Percorreremo alcuni tratti del Sentiero Italia e dell'A.V.P.; scopriremo paesaggi affascinanti ed ancestrali dove la natura ancora integra domina con straordinaria biodiversità.

Coordinatori: Lorenzo Mantovani e Franco Paiola.

1-8 settembre: I PERCORSI OCCITANI DELL'ALTA VALLE MAIRA

Trekking itinerante, con trasporto bagagli, sulle Alpi del Piemonte occidentale, in provincia di Cuneo. Ci ospiterà una terra di confine tra Italia e Francia, limite orientale dell'antica Occitania, ricca di storia e di leggende tra Catari e Trovatori. Una lingua comune e una tradizione di musica e danze popolari contraddistinguono ancor oggi questo affascinante territorio. Percorreremo i sentieri della Valle Maira tra boschi, borgate e pascoli fino alle cime rocciose superiori ai 3000 metri che la incorniciano.

Coordinatori: Mariangela Fusato e Lelio La Verde.

22-26 settembre: VAL BADIA

Incastonata tra i Parchi Naturali Fanes-Sennes-Braies e Puez-Odle la valle offre innumerevoli percorsi per escursioni in ambienti contrastanti: dal paesaggio lunare del Lech Boè, tra le pareti strapiombanti del gruppo del Sella, agli ameni prati dell'Armentara in prossimità del Sas Dla Crusc nelle dolomiti di Fanes, alle cascate del Pisciadù.

Coordinatore: Lorenza Lorenzi.

10-13 ottobre: TREKKING URBANO A TORINO E DINTORNI

Conosceremo Torino, città ricca di storia passata e recente, saliremo alla Basilica di Superga e non mancheranno le visite al museo Egizio e a quello della Montagna. Sul monte Pirchiriano potremo visitare il complesso religioso della Sacra di San Michele, risalente al X secolo, il cui fascino ha ispirato Umberto Eco nella stesura del suo bestseller "Il nome della Rosa". Il nostro socio Giorgio Inaudi, torinese di nascita e veronese di adozione, ci accompagnerà nel tour.

Coordinatori: Stefano Pollorini e Mariangela Fusato.



20-24 ottobre: TRA VAL GARDENA E ALPE DI SISI

Dal Passo Pinei, che mette in comunicazione la Val Gardena con la zona di Castelrotto e i paesini sovrastati dallo Sciliar, partono le escursioni che ci portano alla scoperta del Lagustel e del Geotrail ai piedi della Bullaccia; percorriamo la foresta di Castelvecchio fino ai laghetti di Fiè e intraprendiamo il "giro dei sette stagni" che si snoda tra i masi e Castel Presule. Non mancherà una passeggiata sull'Alpe di Siusi.

Coordinatore: Giorgio Sartori

9 -13 dicembre: VAL DI FEMME

Tesero, centro abitato della Val di Fiemme racchiuso tra le catene del Latemar e del Lagorai, ci ospiterà per il consueto trekking residenziale pre-natalizio. Le nostre escursioni su percorsi battuti, che richiedono ramponcini ma non obbligano all'uso delle ciaspole, ci porteranno in Val Venegia, sul sentiero Marciò nella "foresta dei violini", da Obereggen al lago di Carezza e verso le malghe ai piedi del Latemar.

Coordinatore: Lorenzi Lorenza

Negli ultimi tre anni abbiamo sperimentato con grande successo una forma di **minitrekking**: due giorni di escursione con una notte in Rifugio. Possiamo così effettuare escursioni che da "giovani" facevamo in un giorno e ora prendiamo con più calma. Il riscontro è stato molto positivo e quindi ne proporremo uno in inverno tra gennaio e febbraio e altri, ancora in fase di preparazione, nel periodo estivo/autunnale.

Con le escursioni giornaliere in pullman, torneremo sull'Altopiano di Asiago, sia in inverno che d'estate. Tra la fine di giugno e la fine di agosto programmeremo escursioni in pullman sulle Dolomiti, attorno al Sassolungo e al Catinaccio, ma anche in Val di Fiemme e Fassa. E soprattutto continueranno le nostre "esplorazioni" sui nostri monti (Baldo, Lessinia, Carega), sia in inverno (con ciaspole e/o ramponcini se arriva la neve), che in primavera, estate ed autunno.

I programmi bimestrali e le locandine sulle escursioni della settimana sono disponibili sul sito internet <http://seniores.caiverona.it/default.html>. È obbligatoria la prenotazione, che può essere effettuata online sullo stesso sito; chi invece non è registrato nell'archivio CAI Seniores o non possiede un accesso internet, può telefonare al capogita. Il sito contiene anche una galleria fotografica e l'Archivio delle escursioni effettuate. Inoltre si trovano anche le locandine dei trekking. Insomma, una breve navigazione consente di avere tutte le informazioni utili sulle attività del CAI d'Argento.

**Per saperne di più
e per prenotare le
escursioni del giovedì**



SCUOLA NAZIONALE DI ALPINISMO E ARRAMPICATA LIBERA "G. PRIAROLO"



Direttore:
Giacomo Raffa INA

Organico istruttori:

Castaldini Roberto INA
Pernigo Antonio INA-GA
Sega Valentino INA-INAL
Agnoli Stefano IA
Baltieri Gianluigi IA
Battistella Bruno IA
Dal Prete Leonardo IA IAL
Fedrigo Remigio IA
Furioni Umberto IA
Lucchesi Juri IA
Marchesini Tiziano IA
Rinco Marco IA
Zanoncelli Andrea IA
Tommasi Maurizio IA ➔

La Scuola di Alpinismo "G. Priarolo", in tanti anni di ininterrotta attività, ha avviato all'alpinismo migliaia di appassionati di tutte le età, fornendo loro tutte quelle informazioni tecniche e culturali necessarie per un corretto approccio alla montagna sia in ambiente roccia che in ambiente neve e ghiaccio.

La Scuola si è sempre mantenuta al passo con i tempi, e ha saputo adeguarsi alle esigenze di chi frequenta i suoi corsi, fornendo un insegnamento professionale. Alla base di ciò non stanno solo i continui e costanti aggiornamenti tecnici dei suoi istruttori, ma anche l'esperienza personale acquisita nella frequentazione personale della montagna e dello sport dell'arrampicata. Vi è un costante innesto di nuove forze con Aspiranti Istruttori che chiedono di entrare a far parte della Scuola. Dopo almeno un anno da "Osservatori", se ritenuti idonei da una commissione interna sulla base anche di esami teorici e pratici, vengono inseriti nell'organico come Istruttori Sezionali.

La Scuola organizza, con un calendario definito a novembre di ogni anno, corsi base ed avanzati di alpinismo, roccia, ghiaccio, cascate di ghiaccio, arrampicata libera, corsi di gioco-arrampicata, in cui l'attenzione costante è alla frequentazione responsabile e in sicurezza della montagna; non staccato da questo, però, sta il clima di condivisione che si cerca di coltivare tra istruttori e allievi e che continua anche dopo la fine dei corsi. A questo scopo di interazione sociale, oltre che al perfezionamento dell'arrampicata vertical e boulder, la scuola gestisce la palestra di arrampicata indoor "Enrico Fasoli" aperta per i soci CAI con la presenza costante di almeno un istruttore.



Colombari Omar IAL IAEE
Franceschetti Ugo IAL
Freddo Luigi IAL IAEE
Tommasi Fabio IAL IAEE
Bertolin Stefano IA
Antonoli Nataschia IS
Cracco Stefano IS
Donini Francesco IS
Ferri Corrado IS
Sandri Mario IS
Scarpi Simone IS
Spiller Giorgio IS
Tommasi Marco IS
Turrin Giovanni IS
Zuliani Michele IS
Garzotti Chiara IS
Bressan Enrico IS
Bertoli Stefano IS
Zenari Matteo IS
Zupancich Virgilio IS
Albertini Michele IS
Baltieri Fabio IS
Zumerle Marco IS

Direttore:
M. Tommasi - IA
Vice Direttore:
S. Agnoli - IA
Segretari: **C. Ferri** - IS
E. Bressan IS

■ **71° CORSO DI ALPINISMO (A1)**

Le grandi montagne hanno il valore degli uomini che le salgono, altrimenti non sarebbero altro che un cumulo di sassi.
(Walter Bonatti)

Obiettivi del corso: Prendere conoscenza e coscienza degli aspetti tecnici e naturalistici che caratterizzano l'ambiente alpino, in particolare la prevenzione degli incidenti, la personale ed altrui sicurezza. Diventare autonomo in cordata, all'interno di gruppi organizzati che svolgono attività alpinistica su pendii di neve con tratti ghiacciati e/o misto, vie di roccia di bassa difficoltà, in quota o lungo vie normali.

A chi è rivolto il Corso di Alpinismo Base: Il corso A1 livello base è rivolto a principianti, ossia coloro che per la prima volta affrontano la montagna per praticare attività alpinistica.

Info: alpinismo@scuolapriarolo.org

CALENDARIO LEZIONI E USCITE PRATICHE		
Data	Lezione	Argomento
Gio 29 febbraio	sede	Presentazione del corso
Lun 18 marzo	teorica/sede	Iscrizioni e materiali
Lun 25 marzo	pratica/palestra Cai	Nodi e soste
Gio 28 marzo	teorico/pratica	Catena di assicurazione
Gio 4 aprile	teorica/sede	Neve e valanghe
Sab 6 aprile	pratica	Uscita in ambiente innevato
Gio 11 aprile	teorica/sede	Meteorologia
Gio 18 aprile	teorica/sede	Geologia per l'alpinismo
Gio 2 maggio	pratica/sede	Cartografia e orientamento
Sab 4 maggio	pratica	Orientamento
Mer 8 maggio	pratica/palestra Cai	Doppie
Sab 11 maggio	pratica	Uscita a Stallavena
Sab 18 maggio	pratica	Uscita a Tessari
25/26 maggio	pratica	Ghiacciaio Presanella
Sab 1 giugno	pratica	Ambiente e natura
Gio 6 giugno	teorica/sede	Preparazione fisica e allenamento
8/9 giugno	pratica	Dolomiti
Gio 13 giugno	teorica/sede	Primo soccorso



CALENDARIO LEZIONI E USCITE PRATICHE		
Data	Lezione	Argomento
22/23 giugno	pratica	Uscita su ghiaccio in Val Aurina
Dom 30 giugno	pratica	Uscita in Ambiente
6/7 luglio	pratica	Uscita su ghiaccio in Adamello
Ven 12 luglio		Cena di fine corso e consegna attestati



Direttore:
L. Del Prete IA-IAL
Periodo: marzo-aprile
Numero indicativo
allievi: 8

■ **13° DI GIOCO-ARRAMPICATA IN ETÀ EVOLUTIVA**

L'intento del corso è quello di far conoscere il mondo verticale attraverso il gioco ed il gruppo, senza tralasciare l'aspetto ambientale in cui si svolge questa splendida attività. È rivolto ai ragazzi che frequentano le elementari dalla seconda alla quinta classe.

Le lezioni si svolgeranno tra la palestra CAI e le falesie adiacenti la città di Verona, sempre il mercoledì.

Info: alee@scuolapriarolo.org

CALENDARIO LEZIONI E USCITE PRATICHE		
Data	Ora e luogo	Argomento
Mar 23/01	20:30 Sede	Presentazione ed iscrizioni al corso
Mer 14/02	17:30 palestra	Conoscenza, regole di sicurezza, muoversi nello spazio orizzontale
Mer 21/02	17:30 palestra	Collaborazione, coordinazione, dall'orizzontale al verticale
Mer 06/03	17:30 palestra	Nodi ed approccio con l'attrezzatura di arrampicata, mondo verticale
Mer 20/03	17:30 palestra	Conoscenza della falesia e del suo ambiente, sicurezza
Mer 03/04	17:30 falesia	Percorsi gioco arrampicatori, lavori sinergici di coppia, conoscenza del bosco
Mer 17/04	17:30 falesia	Percorsi gioco arrampicatori, lavori sinergici di coppia, conoscenza della fauna boschiva
Sab 04/05	1/2 giornata in falesia	Arrampicata in falesia



■ **13° CORSO DI ARRAMPICATA SU CASCATE DI GHIACCIO (ACG1)**

Obiettivi: Il corso si propone di avvicinare gli allievi al meraviglioso mondo delle cascate di ghiaccio, ponendo l'accento sulla sicurezza e sulla tecnica individuale di progressione su ghiaccio verticale.

A chi è rivolto: Il corso è indirizzato a persone in possesso di una esperienza alpinistica simile a quella impartita in un corso di alpinismo (A1 o A2), Roccia (AR1) o Alta Montagna (AG1). I partecipanti dovranno avere esperienza alpinistica, avendo già effettuato salite alpinistiche (anche di bassa difficoltà) da capocordata. Viene richiesto inoltre un allenamento fisico adeguato e l'attrezzatura per affrontare il ghiaccio verticale (2 piccozze, ramponi, casco e abbigliamento adeguati).

Info: cascade@scuolapriarolo.org

Direttore:
G. Raffa INA
Segretario:
A. Zanoncelli - IS



CALENDARIO LEZIONI E USCITE PRATICHE		
Data	Lezione	Argomento
Ven 12/01	teorica/sede	Presentazione del corso e pre-iscrizioni. Materiali ed equipaggiamento
Mer 17/01	teorica/sede	Pagamento quota di iscrizione e consegna certificati. Pericoli oggettivi e soggettivi. Gestione del rischio. Cenni di primo soccorso
Mer 24/01	sede/palestra	La catena di assicurazione e tecniche di assicurazione
Dom 28/01	uscita pratica in ambiente	Verifica conoscenza nodi e corda doppia. Tecnica piolet traction base ed evoluta. Utilizzo viti da ghiaccio. Abalakov. Soste.
Mer 31/01	teorica/sede	Morfologia delle cascate. Neve e valanghe. ARTVA
Dom 04/02	uscita pratica in ambiente	Tecnica piolet traction base ed evoluta. Corda doppia in ambiente. Dimostrazione salita a più tiri. Prova ARTVA
Mer 07/02	pratica/palestra	Dimostrazione di manovre di autosoccorso
Dom 11/02	uscita pratica in ambiente	Salita di cascata a più tiri. Discesa in corda doppia con abalakov
Ven/Dom 16-18/02	Uscita finale a Cogne	Tecnica di progressione su terreno misto (falesia). Manovre di autosoccorso. Salita di cascate a più tiri. Breve storia dell'arrampicata su cascate di ghiaccio. Preparazione di una salita, scale di difficoltà e lettura di una guida. Cultura dell'alpinismo e libera frequentazione della montagna. Struttura del CAI e caratteristiche dei suoi corsi



■ 28° CORSO DI ARRAMPICATA LIBERA AL1

Obiettivi: L'obiettivo del corso è quello di cercare di trasmettere tutte le nozioni teoriche e pratiche necessarie affinché ci si possa muovere nell'ambiente dell'arrampicata sportiva in modo consapevole. Si cercherà inoltre di comunicare le nozioni base per imparare a gestire e conoscere il proprio corpo e la propria mente, principi fondamentali per poter di migliorare le proprie prestazioni. Alimentazione, fisiologia, allenamento, saranno tutti argomenti che verranno discussi in quanto tutti necessari per progredire consapevolmente divertendosi. Verrà dedicato tanto spazio alla pratica dell'arrampicata sotto l'attenta supervisione degli istruttori della scuola che vi aiuteranno a migliorare ad ogni occasione. Il corso avrà una durata di circa 1 mese e mezzo, durante questo periodo verranno effettuate sia lezioni teoriche (riguardanti la sicurezza, l'allenamento, i materiali, la storia dell'arrampicata, etc), sia lezioni pratiche (incentrate sul movimento, i nodi, il gesto atletico, le tecniche di arrampicata in varie falesie del territorio sempre su monotiri). Come per tutti i corsi del CAI il focus rimane la diffusione della cultura della sicurezza propria e dei compagni di arrampicata nel rispetto dell'ambiente montano.

A chi è rivolto: Il corso di arrampicata libera è un corso base aperto a tutti i soci CAI in regola con il tesseramento che intendono apprendere le tecniche di arrampicata e le modalità per svolgere questa attività in sicurezza nell'ambiente di falesia. Essendo un corso base è rivolto sia a tutti coloro che voglio avvicinarsi al mondo verticale sia ad arrampicatori praticanti che voglio migliorare la propria performance lavorando sul gesto e sull'allenamento.

Info: al1priarolo@gmail.com



Direttore:
O. Colombari - IAL
Vice Direttore:
U. Franceschetti - IAL
Segretari:
M. Zenari - IS
C. Garzotti - IS



CALENDARIO LEZIONI E USCITE PRATICHE

Data	Lezione	Argomento
Lun 09/09	teorica/sede	Presentazione del corso Lezione: sicurezza in falesia: pericoli oggettivi e soggettivi
Gio 12/09	teorica/sede	Iscrizione al Corso. Materiali ed equipaggiamento
Gio 19/09	teorica/sede	Catena di assicurazione
Gio 26/09	palestra Cai	Progressione fondamentali. Movimento ed equilibrio. Nodi: otto e bulino
Gio 03/10	palestra Cai	Nodi: otto, bulino, marchard, prusik, anello chiuso. Gestione monotiro. Tecnica evoluta arrampicata
Dom 6/10	pratica in ambiente falesia Stallavena	Progressione fondamentali e posizioni di equilibrio Nodi: otto e bulino. Arrampicata
Gio 10/10	palestra Cai	Tecnica di arrampicata
Sab 12/10	pratica in ambiente falesia Moruri	Nodi: otto, bulino. Anello chiuso. Arrampicata fondamentale Arrampicata in strapiombo se possibile
Gio 17/10	teorica/sede	Geologia arrampicata, cultura alpinismo. Struttura del CAI e caratteristiche dei corsi
Sab/Dom 19-20/10	pratica in ambiente falesia Ca' Verde	1°gg: Arrampicata. Anello chiuso. Manovra di ritiro da un tiro 2°gg: Arrampicata. Teoria: fisiologia, allenamento, alimentazione
Gio 24/10	palestra Cai	Procedimento di cordata. Soste. Manovre di autosoccorso della cordata
Mar 29/10	teorica/sede	Materiali e tecniche di chiodatura. Valutazione sicurezza dei siti d'arrampicata. Problematiche ambientali dei siti
Ven/Dom 1-3/11	3 giorni in falesia	Falesie possibili: Finale Ligure/ Bismantova/Laces/ Val Daone/ Val di Sole 1°gg Arrampicata: 2°gg Arrampicata: 3°gg Arrampicata Teoria: primo soccorso e chiamata al 112. Storia, lettura di una guida, etica. Dibattito sul corso, aspettative

■ PALESTRA DI ARRAMPICATA SPORTIVA
“ENRICO FASOLI”

La pratica dell'arrampicata sportiva presso la palestra indoor sezionale è consentita previa visione del regolamento e firmando, per accettazione l'apposito modulo.

La palestra è a disposizione dei soci della sezione nei seguenti giorni: martedì e giovedì dalle 20:30 alle 22:30.

In altri orari su prenotazione, per scuole, commissioni e gruppi.

Numero massimo: 15 persone

Per informazioni e prenotazioni telefonare in sede.





GRUPPO SPELEO



Responsabile:
Antonio Fornalè

Le principali attività sono lo studio, la ricerca e l'esplorazione dei fenomeni carsici, la divulgazione e promozione della speleologia e la sensibilizzazione alla tutela dell'ambiente carsico.

Queste attività si concretizzano mediante l'esplorazione, il rilevamento di nuove cavità, i corsi di speleologia, le pubblicazioni su riviste e le proiezioni didattiche di cui il Gruppo è ben lieto di mettere a disposizione di tutti coloro che ne facciano richiesta.

Queste proiezioni sono di ottima qualità, diversificate in vari argomenti e in continuo aggiornamento.

Speleologia Subacquea

Responsabile: **Giuseppe Minciotti**

All'interno del Gruppo opera un team di persone che praticano questo tipo d'attività altamente specialistica. È attivo dal 2003 il Centro Didattico di Speleologia Subacquea (Ce.Di.S.S.) che ha come finalità la ricerca, lo sviluppo, l'evoluzione e la diffusione di tecniche e materiali applicati alla Speleologia Subacquea al fine di migliorare la sicurezza e le possibilità d'esplorazione e ricerca in ambiente ipogeo sommerso.

Attività sezionale

BUSO DELLA RANA

Verrà organizzata una gita **domenica 24 marzo** al Buso della Rana a Vicenza. Il numero massimo di partecipanti sarà di 10 persone maggiorenni, è richiesta una buona capacità alpinistica. Gli spostamenti si effettueranno con auto private, verranno forniti caschetto e imbrago a coloro che ne fossero sprovvisti.

Info: attività/corsi o proiezioni contattare il Gruppo Speleologico **tutti i giovedì dalle 21:00 alle 22:30**



SPURGA DELLE CADENE

Verrà organizzata per **domenica 19 maggio** una gita alla Spurga delle Cadene a Peri Verona. Il numero massimo di partecipanti sarà di 10 persone maggiorenni, è richiesta una buona capacità alpinistica. Gli spostamenti si effettueranno con auto private, verranno forniti caschetto e imbrago a coloro che ne fossero sprovvisti.





CORPO NAZIONALE SOCCORSO ALPINO E SPELEOLOGICO - STAZIONE DI VERONA



Capo stazione:
Alberto Corà

Il Soccorso Alpino è un'organizzazione complessa e strutturata. È composta da Servizi Regionali, poi in delegazioni e infine da Stazioni, quest'ultime sono sotto strutture capillari sul territorio finalizzate a garantire interventi in tempi più rapidi possibili.

Tra i compiti istituzionali previsti da leggi nazionali, riassumendo in breve, ci sono: intervenire in missioni di soccorso in ambiente montano o ostile per il recupero di infortunati, collaborazione per le maxi emergenze e attività di prevenzione.

Molto spesso nei vari comunicati o interviste ci viene chiesto di esprimerci in merito a comportamenti utili ed efficaci per evitare gli infortuni, incidenti o comunque per evitare di attivare la macchina dei soccorsi e giocare quindi di prevenzione.

In realtà una soluzione magica non esiste e non c'è realmente. L'unica strada percorribile e da prendere con decisione è quella di attivare, curare e perseguire una "Cultura della montagna". Sensibilizzare quindi al giusto e corretto approccio per qualsiasi attività che si svolge in contesto montano.

Questa "cultura" può essere attivata in vari contesti e a più livelli: politico, imprenditoriale, scolastico, associativo ecc...

Guardando ai numeri, che dipingono sempre la realtà in modo abbastanza chiaro, emerge che solo una bassissima percentuale di utenti soccorsi appartiene o è iscritta al CAI. Questo significa che, dove la cura per l'approccio alla montagna, è più seguita, le possibilità di attivare i soccorsi diminuisce.

Le sezioni del CAI dimostrano quindi di fare un gran lavoro in tal direzione e ci danno quindi una mano a non lavorare. Parlare dunque di prevenzione agli associati è sicuramente una condivisione di visione e di responsabilità, tuttavia vorrei utilizzare questo spazio per cambiare prospettiva e raccontarvi in poche righe anche la vita di un soccorritore all'interno della stazione.

Per entrare a far parte del Corpo viene chiesto di fare un anno di affiancamento utile per la conoscenza reciproca tra la squadra e l'aspirante. Alla fine di tale anno ci sono le selezioni su roccia e neve in ambiente per accedere all'anno di formazione che permette di prendere la qualifica utile poi per fare gli interventi di soccorso organizzato.

La vita all'interno della squadra però non ruota attorno ai soli addestramenti e interventi è ben più complessa e impegnativa. Come previsto da convenzione con la sanità regionale la squadra è chiamata a garantire una reperibilità h24/365 per gli interventi.

Il Soccorso Alpino, inoltre, negli anni viene chiamato ad agire anche in situazioni e contesti molto differenti da quelli montani. Siamo infatti stati attivati per varie emergenze di Protezione Civile per calamità naturali ed eventi atmosferici particolari: da tetti scoperti, a forti nevicate, dalla "pulizia ponti per il comune di Verona" all'assistenza per le linee elettriche cadute causa forti nevicate, a drammatici eventi come i terremoti. Questo a testimonianza del fatto che le competenze che poi si sviluppano all'interno della squadra vengono appunto riconosciute in un sistema ben più ampio che è quello della Protezione Civile Nazionale o comunque da organi di Stato.

Elenco Volontari

Albertini Maurizio
Bellomi Dimitri
Bortignon Gianluca
Brunelli Toni
Cavallini Nicola
Corradini Andrea
Corsini Claudio
Dilauro Cristian
Esposito Mario
Federti Damiano
Furioni Umberto
Galdiolo Andrea
Lupi Lorenzo
Mampreso Amedeo
Manfreda Lorenzo
Marchesini Tommaso
Morandi Roberto
Morini Enrico
Pastorello Cristiano
Pazzaglia Caterina
Rabazzana Andrea
Roggero Gabriele
Sforzi Matteo
Tamburini Luca
Tanca Alessandro
Turrini Igor
Valentini Filippo
Vianini Matteo
Vignola Marco
Vignola Nicola
Zoccatelli Giacomo





Negli ultimi anni poi il nostro connubio col 118 si è rinforzato ulteriormente mettendo a disposizione della centrale un tecnico, TCO, per i periodi dell'anno a più alta probabilità di intervento, tenendo conto poi che ogni giorno presta servizio sull'elicottero del Suem 118 un tecnico di elisoccorso. Dall'assistenza a gare in montagna alle serate di prevenzione poi si snocciolano tutti gli altri appuntamenti a cui la squadra partecipa e sostiene. Tutto questo elenco di attività sono un onere ma anche un onore, tuttavia non vorrei che quanto descritto venisse fotografato come un'autocelbrazione bensì come una condivisione di valori. Ne cito solo alcuni: la volontà di dedicare del tempo per gli altri, la passione verso un ambiente a noi tutti caro: la Montagna, in tutte le sue declinazioni.

Ho pensato di rivolgere queste righe ai lettori e associati del CAI perché, condividendo appunto questi principi, un giorno magari si possa innescare quel meccanismo virtuoso di contaminazione tale per cui il CAI stesso possa diventare un bacino di nuove leve e tecnici per il Soccorso Alpino, nel mentre noi continueremo con passione ad addestrarci per portare il nostro aiuto a chi è in difficoltà.

COMMISSIONE MEDICA SEZIONALE

Progetto

Tra gli organi tecnici del CAI esiste la Commissione Centrale Medica (CCM) composta da medici volontari. La CCM propone e coordina progetti che spaziano dalla montagnaterapia applicata a tutti i tipi di disabilità, alla foresta-terapia che studia gli influssi di sostanze aromatiche presenti in alcune foreste alpine, alla misurazione della pressione arteriosa in quota, progetto coordinato tra gli altri dalla Università Bicocca di Milano, alla "Montagna su... due piedi", convegno sulla cura del piede, che si è tenuto a Trento il 06 maggio 2023. (www.cai.it/organo_tecnico/commissione-centrale-medica). Esistono poi gli Organi Tecnici Territoriali Operativi (OTTO) regionali od interregionali, come nel nostro caso, la Commissione Medica Interregionale Veneto Friulana e Giuliana (CMI VFG) che ha il compito di attuare i progetti centrali o proporre di propri. Queste commissioni sono composte da soci laureati in medicina, ogni componente rimane in carica per 3 anni, per due mandati anche consecutivi ed i soci sono proposti dalle diverse sezioni. (www.caiveneto.it/otp/commissione-medica). La CMI VFG attuale ha iniziato la sua attività nel novembre 2022 ed è, per ora, coinvolta:

- nel progetto del CAI VENETO di cardio-proteggere tutti rifugi del CAI dotandoli di un Defibrillatore Automatico (DAE) ed addestrando i gestori dei rifugi e tutti gli accompagnatori all'utilizzo ed alle procedure di BLS (Basic Life Support);
- nello studio nazionale sull'influenza che le variazioni di altitudine hanno sull'organismo umano ed in particolare sulla pressione arteriosa;
- nella prevenzione dei tumori cutanei con una protezione dall'irraggiamento solare.

Questi progetti hanno bisogno di essere portati avanti nel tempo ed è importante che ci sia un coinvolgimento capillare attraverso l'azione di soci, che anche a livello sezionale, possano sia relazionarsi con la commissione medica sia agendo autonomamente e:

- partecipare all'addestramento degli accompagnatori al BLSD;
- studiare le relazioni della pressione arteriosa con l'altitudine ed anche il prossimo anno andremo a misurare la pressione al Rifugio Telegrafo;
- proporre dei progetti di medicina che interessi la frequentazione della montagna;
- dare il proprio contributo nella educazione e formazione che viene svolta nei corsi della Scuola di Escursionismo intersezionale veronese o dalla sezione.



Responsabile
Eugenio Cavallo
3484406949
eugenecavallo@gmail.com



SCUOLA NAZIONALE SCI FONDO ESCURSIONISMO

Direttore:

Leonardo Magalini
INSFE

Vice Direttore:

Giovanni Bertossi
ISFE

Segretaria:

Laura Zomer - IS

Organico istruttori:

Cozza Caterina IS
Emeri Chiara IS
Etrari Ezio INSFE
Lonardi Chiara ASP
Menegazzi Antonella ISFE
Motta Romeo IS
Natale Susanna IS
Rizzonelli Mariano INSFE
Rizzonelli Marco ASP
Rizzotti Filippo IS

info:

scifondoesc@caiverona.it

Nata ufficialmente nel 1984 (quest'inverno è il 40° anno di attività) ma già operativa in Sezione dalla fine degli anni settanta, la Scuola ha sempre perseguito questi obiettivi:

- avviare i Soci alla pratica dello sci di fondo lungo i classici itinerari delle Prealpi e delle Dolomiti;
- aiutare i Soci già pratici a migliorare l'esecuzione dei passi classici dello sci di fondo;
- offrire la possibilità ai più audaci di affrontare con adeguata attrezzatura itinerari fuoripista.

Attraverso specifici corsi agli allievi vengono fornite le conoscenze necessarie per affrontare in sicurezza la montagna invernale (nivologia, orientamento, e per lo sci escursionismo anche stabilità del manto nevoso, lettura dei bollettini nivo-meteo e utilizzo degli strumenti per l'autosoccorso in valanga). Nelle uscite pratiche l'apprendimento dei passi classici dello sci di fondo e delle tecniche di discesa consentono agli allievi di muoversi con più sicurezza sia sulle piste battute sia fuoripista, godendo maggiormente del piacere della scivolata e delle curve con gli sci. Lo sci di fondo escursionismo propone un rispettoso modo di frequentare l'ambiente alpino invernale con discrezione e leggerezza, portando l'escursionista a essere il protagonista silenzioso che riscopre l'antica fantasia sulle nevi. Offre a chi lo pratica l'ebbrezza della fluida scivolata che diventa fusione del corpo con l'ambiente naturale, libertà nel movimento, fantasia nel creare percorsi per boschi o su pascoli aperti, puro divertimento dell'animo tra passato, presente e futuro. Questa pratica permette di effettuare escursioni sulla neve, lungo percorsi liberi, con lunghezze e dislivelli variabili, senza ricorrere a tecniche alpinistiche, vivendo la frequentazione della montagna nella magica veste invernale, in ambienti solitari e lontano dai clamori del turismo di massa.

■ SOGGIORNO INVERNALE A DOBBIACO – VAL PUSTERIA da martedì 2 a domenica 7 gennaio

La Scuola sci di fondo-escursionismo del CAI di Verona quest'anno propone un soggiorno dedicato alla pratica del fondo sulle meravigliose piste del comprensorio della Val Pusteria.

Il programma prevede:

- escursioni accompagnate dagli istruttori della Scuola sulle piste della Dobbiaco-Cortina, Val Fiscalina, Val Casies e Val di Sesto.
- La scelta delle piste dipenderà comunque dalle condizioni meteo-nivologiche;
- alloggio in mezza pensione presso l'ostello di Dobbiaco, situato di fronte alla Stazione ferroviaria (per maggiori informazioni sulla struttura, consultare il sito www.jugendherberge.bz).
- Sono disponibili solo camere doppie ed una quadrupla.

Le **iscrizioni** si ricevono in Segreteria CAI a partire da **martedì 29 agosto**. Il primo giorno, le iscrizioni (in presenza) sono riservate ai soci che hanno frequentato un corso di sci di fondo presso la nostra sezione. Dal secondo giorno, le iscrizioni sono aperte a tutti i soci CAI, fino ad esaurimento posti disponibili.

Serata di presentazione: lunedì 11 dicembre 2023 ore 20.30



Responsabile:
Giovanni Bertossi

CORSO M-DSA CORSO DI DISCESA SCI ALPINISMO A LIVELLO SCI ESCURSIONISTICO

Il corso è rivolto a coloro che hanno una buona conoscenza delle tecniche di discesa su pista.

Numero minimo di allievi per attivare il corso: 6 partecipanti.

Iscrizioni: riservate ai soli soci CAI maggiorenni.

Apertura iscrizioni: 14 novembre 2023 in sede dalle 17 alle 19 e dalle 21 alle 22

Lezioni teoriche

17 gennaio: Presentazione del corso. Materiali ed equipaggiamento

24 gennaio: Artva. Principi di funzionamento

21 febbraio: La montagna in inverno

Lezioni pratiche

3-4 febbraio: Val Casies - Val Pusteria (BZ)

25 febbraio: Località da definire in base all'innevamento

Nota: al momento dell'iscrizione si richiede ai partecipanti la disponibilità all'utilizzo e alla condivisione di mezzi propri.



GODI sport
www.godisport.net

SCONTO PER I SOCI CAI

ABBIGLIAMENTO, CALZATURE E ATTREZZATURA

- TREKKING, TRAIL RUNNING, ALPINISMO, SCI E OUTDOOR
- LABORATORIO SPECIALIZZATO MANUTENZIONE E RIPARAZIONE
- NOLEGGIO SCI FONDO E DISCESA, CIASPOLE E KIT FERRATA

ROVERÈ VERONESE (VR) | PIAZZA V. EMANUELE, 29 - TEL. 045 7835575
SAN MARTINO B.A (VR) | VIALE DEL LAVORO, 22 B - TEL. 045 6317000





ALPINISMO GIOVANILE



Responsabile:
Stefano Malaffo - AAG

Organico accompagnatori:

Davide Residori AAG
Enrico Bertolazzi ASAG
Lucia Burlini ASAG
Leonardo Girelli ASAG
Natasha Segà ASAG

Info: ag@caiverona.it

Collaboratori:

Enrico Righetto
Davide Salvoro
Tanja Colautti
Nicola Antonello
Enrico Bronzati →

L'attività di Alpinismo Giovanile è un'esperienza nel corso della quale i ragazzi e le ragazze potranno scoprire la montagna avvicinandosi all'escursionismo ed a tutte quelle discipline previste dagli scopi sociali del Club Alpino Italiano e considerate adeguate alle capacità psicofisiche dei ragazzi e delle ragazze, per esempio le vie ferrate, l'arrampicata sportiva, ecc. Lo scopo primario di questa attività, come descritto nel Progetto Educativo dell'Alpinismo Giovanile (del 1988 ed aggiornato nel 2020), è la crescita umana del/della giovane. In altre parole, l'ambiente montano viene proposto innanzitutto come luogo nel quale vivere esperienze formative, secondo il metodo dell'imparare facendo, e successivamente come scuola di montagna o di tecniche alpinistiche. Un altro importante insegnamento è la frequentazione consapevole, responsabile e rispettosa della montagna.

Gli Accompagnatori che hanno il compito di affiancare sempre il/la giovane durante questo percorso sono volontari e volontarie formati/e ed informati/e sui temi trattati e le attività proposte, con conoscenze di cultura generale e tecnico-alpinistiche supportate da corsi di aggiornamento periodici ed obbligatori. Durante le uscite i ragazzi e le ragazze saranno suddivisi in due gruppi differenziati per fasce di età:

1° Gruppo - per ragazzi/e dagli 11* ai 14 anni

2° Gruppo - per ragazzi/e dai 15 ai 17 anni

*11 anni già compiuti al momento dell'iscrizione

Per partecipare è necessario presentare la domanda di iscrizione, il certificato medico di buona salute, essere soci/e CAI in regola con il tesseramento dell'anno corrente ed aver saldato la quota di iscrizione

all'attività prevista che comprende il trasporto, la mezza pensione nei rifugi (cena, pernottamento e prima colazione). La quota non comprende le spese come biglietti per eventuali impianti di risalita, biglietti d'ingresso nei parchi gestiti, pulmini per eventuali trasferimenti locali, pranzi al sacco e quanto non specificatamente indicato.

La Commissione di Alpinismo Giovanile è solita organizzare, oltre all'attività ordinaria descritta nel programma, trekking e soggiorni estivi anch'essi differenziati per fasce di età.

Scuola Intersezionale di Alpinismo Giovanile

La scuola è nata nel 2013 come supporto al territorio veronese per quanto riguarda l'Alpinismo Giovanile, grazie alla collaborazione di alcuni accompagnatori titolati delle Sezioni di Verona, San Pietro in Cariano (VR) e San Bonifacio (VR). Lo scopo della scuola è la formazione dei giovani e la formazione e l'aggiornamento degli Accompagnatori Sezionali di Alpinismo Giovanile. Per conseguire tale scopo la scuola provvede a:

- formare e aggiornare gli Accompagnatori Sezionali di Alpinismo Giovanile (ASAG), rendendoli in grado di collaborare con gli Accompagnatori Titolati;
- svolgere un'adeguata attività a favore dei giovani, finalizzata all'educazione e alla frequentazione dell'ambiente montano;
- organizzare e gestire gli eventi formativi o di aggiornamento;
- collaborare con le altre scuole e commissioni costituite nell'ambito del CAI.

Le attività proposte sono tutte quelle proprie dell'Alpinismo Giovanile e quelle contemplate negli scopi sociali del Club Alpino Italiano. Le stesse sono di norma organizzate e divulgate nel corso dell'anno secondo le esigenze delle sezioni componenti e più in generale del territorio veronese.



Luca Vicini
Sandra Mantovani
Lorenzo Bordoni
Federico De Manzoni
Francesco Serafini



Direttore:
Federico Bertolazzo
ANAG

Vice Direttore:
Giovanni Bonomo
ANAG

Segretario
Davide Residori AAG

Componenti:
Stefano Malaffo AAG
Roberto Sella AAG

Date	1° Gruppo - 11-14 anni	2° Gruppo - 15-17 anni
Venerdì 26/01 ore 21:00 sede CAI	Presentazione dell'attività 2024 e apertura delle iscrizioni Serata aperta a tutti/e	Presentazione dell'attività 2024 e apertura delle iscrizioni Serata aperta a tutti/e
Sabato 24/02 ore 15:00 sede CAI	Inaugurazione dell'attività 2024 Introduzione all'alpinismo giovanile, materiali ed equipaggiamento, giochi di arrampicata indoor	Inaugurazione dell'attività 2024 Introduzione all'alpinismo giovanile, materiali ed equipaggiamento, giochi di arrampicata indoor
Domenica 03/03	Escursione intersezionale con l'Alpinismo Giovanile della Sezione di San Bonifacio in Val Borago	Escursione intersezionale con l'Alpinismo Giovanile della Sezione di San Bonifacio in Val Borago
Domenica 17/03	Giornata di orienteering	Giornata di orienteering
Domenica 14/04	Arrampicata sportiva in falesia (in caso di maltempo l'uscita viene recuperata domenica 21/04)	Arrampicata sportiva in falesia (in caso di maltempo l'uscita viene recuperata domenica 21/04)
Domenica 05/05	Escursione sulla catena del Lagorai	Escursione sulla catena del Lagorai
Domenica 19/05	Escursione sul monte Cornetto	Sentiero attrezzato al monte Cornetto
Domenica 09/06	Escursione sul monte Carega	Escursione sul monte Carega con ferrata Campalani
Sabato 29/06 Domenica 30/06	Escursione sul massiccio del Latemar	Escursione sul massiccio del Latemar con via ferrata Campanili del Latemar
Sabato 31/08 Domenica 01/09	Escursione sulle Dolomiti di Brenta	Escursione sulle Dolomiti di Brenta con ferrata
Sabato 21/09 Domenica 22/0	Gita di chiusura dell'attività: uscita autogestita in malga	Gita di chiusura dell'attività: uscita autogestita in malga

Eventuali attività extra si svolgeranno nei mesi di luglio ed agosto 2024 e saranno divulgati prima dell'estate. Ad esempio uscite giornaliere, soggiorni o trekking.

Nota: alcune uscite saranno svolte in collaborazione con gli istruttori della Scuola di Alpinismo ed Arrampicata Libera della nostra sezione.

Collaborazione tra il CAI e le scuole

Camminare in un ambiente diverso dall'abituale, guardarsi intorno e scoprire quello che si ha sotto gli occhi senza averlo mai visto, provare un poco di fatica per godere di nuove prospettive, respirare, muoversi, conoscere.

Grazie alla convenzione tra il CAI e il Ministero dell'Istruzione (MIUR), che riconosce e norma la collaborazione, grazie all'esperienza pluridecennale di accompagnamento di ragazze e ragazzi dagli 11 ai 17 anni sviluppata con i corsi di Alpinismo Giovanile, anche la Sezione del CAI di Verona è a disposizione delle scuole di ogni ordine e grado per organizzare attività di vario tipo.

Il CAI Verona è inserito tra le associazioni collaboratrici dell'iniziativa del Comune di Verona "I Ragazzi alla Scoperta di Verona".

Le escursioni in ambiente possono avere come meta i Monti Lessini, il Monte Baldo, le Colline Veronesi o anche itinerari cittadini alla scoperta di percorsi inconsueti.

Le uscite sono precedute da incontri in classe per descrivere l'itinerario e informare sull'attrezzatura, l'abbigliamento e le necessarie norme di sicurezza.

Sono possibili anche lezioni in classe sulla montagna con particolare obiettivo sull'ecologia e sulla sicurezza, supportate da specifico materiale audiovisivo.

Per un'esperienza ottimale è consigliabile svolgere l'attività con un numero ridotto di partecipanti, come una classe singola. Sarà chiesto un contributo a titolo di rimborso spese da versare al CAI Verona.

Si elencano alcune proposte a titolo indicativo:

- escursioni in Lessinia
- escursioni sul Baldo
- escursioni in città
- incontri formativi di cultura e sicurezza in montagna
- accompagnamento per gite anche di più giorni
- visite guidate alla biblioteca della sezione: proiezione di documentari / letture / piccola lezione di cartografia / storia del Cai / storie della montagna.



CORO SCALIGERO DELL'ALPE



Presidente:
Maurizio Zandonà



Direttore:
Matteo Bogoni

Il Coro Scaligero dell'Alpe è nato nel 1946. È stato il primo coro cittadino a proporre il repertorio di derivazione popolare comunemente detto "della montagna" ed è in assoluto uno dei più longevi tra quelli in attività su tutto il territorio nazionale.

Ebbe un immediato successo che lo portò a esibirsi sui palcoscenici più prestigiosi del nord Italia e a incidere i primi dischi già nel 1952. Nei 76 anni di storia può contare oltre 1400 esibizioni in Italia e all'estero e alcune affermazioni in importanti concorsi internazionali; ha collaborato col Comune di Verona per il quale è stato anche ambasciatore in occasione di festeggiamenti e gemellaggi con città estere. Nel 1990 è entrato a far parte della Sezione CAI di Verona, per la quale anima eventi istituzionali e ha ideato e organizza annualmente "CantaCAI", importante rassegna a livello nazionale riservata ai cori associati.

Dal 2002 è diretto dal Maestro Matteo Bogoni.

Formazione a voci pari maschili, canta a cappella e si esibisce generalmente con un organico di 24/28 elementi.

Animatore e organizzatore di numerosi concerti e rassegne corali, collabora con compagnie teatrali, partecipa ad attività didattiche proposte dagli istituti scolastici e a iniziative benefiche a favore di anziani, malati e detenuti.

Il coro è alla costante ricerca di giovani da inserire in organico per garantire continuità nel perseguire il fine statutario di riscoperta e divulgazione del patrimonio culturale delle terre alte, ricco di valori umani autentici, più che mai attuali e necessari.



È possibile assistere liberamente alle prove che si svolgono ogni martedì, esclusi i mesi di luglio e agosto, con inizio alle ore 21; Ricordiamo che, per far parte del coro, non sono richieste particolari conoscenze teoriche e tecniche musicali: bastano la passione per il canto e il piacere di condividerla col prossimo.

Nel corso dell'anno il Coro si esibisce mediamente in una ventina di concerti e rassegne corali su tutto il territorio nazionale e all'estero.

Contatti:

info@coroscaligerodellalpe.com - telefono: 3480612074

Per ulteriori informazioni e aggiornamenti sul calendario degli eventi, invitiamo a visitare il sito www.coroscaligerodellalpe.com e i più diffusi social network.





Responsabile:
Filippo Rizzotti

Domenica 28 maggio 2023 si è svolta la giornata di manutenzione dei sentieri sul Baldo, così come programmata nelle attività annuali. Quella per il 2024 è stabilita per sabato 8 giugno.

L'attività si è concentrata principalmente sui sentieri nn. 652 e 657. Sul 657 il lavoro è consistito nel taglio della vegetazione e dal rifacimento della segnaletica orizzontale mentre sul 652 si sono concentrate le forze dei nuovi Volontari che hanno aderito al 2° Corso Volontari organizzato dal Cai Verona. Coadiuvati anche da alcuni Volontari più esperti, hanno portato in quota i tondini in ferro e le assi in larice, nonché gli attrezzi per operare, al fine di realizzare degli scalini e delle opere di consolidamento di un paio di canali, soggetti a scaricamenti di pietre, che insistono sul sentiero.

Dopo esserci rifocillati al Rifugio Telegrafo o nei suoi paraggi, abbiamo proseguito l'attività lungo il sentiero 657; anche su questo sentiero si è provveduto al taglio della vegetazione più invadente.

In altre successive occasioni sono stati effettuati brevi lavori di taglio e spietramento. Grazie a tutti quelli che hanno collaborato.

Rinnovo l'invito a segnalare tempestivamente eventuali anomalie nella segnaletica, magari documentandole con fotografie, dovute a mancanze o danneggiamenti di varia natura che si riscontrassero sui vari sentieri. Provvederemo a girarle ai responsabili degli stessi.

Si continua a constatare una scarsa propensione da parte dei pur numerosi Soci della Sezione a dare disponibilità per qualche intervento, anche di modesta entità.

Non sarebbe poi male se qualche volontario che sale autonomamente al Rifugio Barana al Telegrafo, si prodigasse nel taglio della vegetazione, in qualche tratto anche breve a sua scelta; basta una forbice nello zaino. Le pietre di modeste dimensioni che sono cadute sui sentieri possono essere spostate sui lati, non sono fissate. Una pietra a testa e agevogliamo il cammino di tutti.

Grazie a tutti per la collaborazione.

Filippo Rizzotti





Responsabili:



Aldo Rizzotti



Mauro Albano

Da oltre tre anni la nostra Sezione dispone di una Joelette grazie alla quale molte persone non deambulanti hanno potuto frequentare la montagna, ammirare gli spazi aperti e le cime, percorrere sentieri nei boschi e godere quindi di quelle esperienze che per noi sono scontate ma che per loro rappresentano una nuova scoperta di ambienti montani di cui non avevano mai potuto godere.

L'attività è in capo a due volontari - Aldo Rizzotti e Mauro Albano - che negli anni hanno coinvolto altri soci CAI che si sono resi disponibili per questa attività.

L'accompagnare le persone con difficoltà di deambulazione fa parte di una pratica più articolata che si è sviluppata negli ultimi decenni in Italia ed in Europa che ha preso il nome di Montagnaterapia.

Nelle nostre uscite, infatti, abbiamo accompagnato persone con varie problematiche che hanno apprezzato la possibilità di uscire dalle loro sedi e fruire delle bellezze e dei panorami dei sentieri di montagna. È ormai appurato che la frequentazione della montagna ha assunto un valore terapeutico che giova al miglioramento dell'equilibrio psico-fisico.

Nel 2023 abbiamo stilato un accordo pluriennale con l'associazione Amici senza Barriere, solida realtà di volontariato che assiste oltre 40 persone e che esiste da oltre 56 anni. La maggior parte della nostra attività di supporto si svolge appunto con questa Associazione.

Obiettivo per il 2024 sarà l'espansione delle collaborazioni con altre realtà associative di volontariato e l'incremento del supporto alle

richieste che pervengono da gruppi scolastici che necessitano di accompagnamenti di studenti non deambulanti che altrimenti rimarrebbero isolati dalle loro classi durante le gite programmate.

Una fondamentale collaborazione è nata nel 2023 con l'ULSS 9 per lo sviluppo di in diverse attività anche in collaborazione con il Consorzio GAL - acronimo di "Gruppo Azione Locale" - che opera nell'area del Garda e nelle zone pedemontane e montane della provincia di Verona in vari aspetti:

- ricerca di sentieri accessibili alla Joëlette, con eventuale sistemazione del terreno a cura del GAL;
- collaborazioni con istituzioni di sostegno e accoglienza in collaborazione con l'ULSS 9;
- realizzazione di un portale istituzionale dove saranno presenti tutte le cooperative e le associazioni che si occupano del sociale e della disabilità.

Con tali istituzioni è già stata realizzata nel settembre 2023 una prima esperienza di accompagnamento di disabili in collaborazione con la Residenza Bartolomeo della Scala di Erbezzo e con la Piccola Fraternalità della Lessinia.

I volontari del CAI Verona responsabili della gestione della Joëlette, oltre all'apprendimento "sul campo" hanno seguito specifici corsi sia online che sul territorio, organizzati dal CAI Veneto e tenuti da istruttori titolati della Regione, ma anche da specialisti in capo al CAI nazionale, per la conduzione del veicolo ma soprattutto per le attenzioni che vanno riservate alle persone accompagnate, tenendo conto delle loro fragilità.

Un appuntamento che si ripete con cadenza annuale è la partecipazione alla Straverona con la Joelette e con altri mezzi analoghi.

Nel 2023 il CAI di Verona, in collaborazione con un'altra associazione denominata "Passiamo anche Noi" ha permesso di vedere la presenza di quattro equipaggi sulla distanza dei 10 km.

Il CAI di Verona partecipa ogni anno al Raduno Nazionale di Escursionismo adattato che si svolge in regioni diverse: nel 2024 a settembre sarà la nostra Regione ad accogliere sezioni CAI da tutta Italia per due giornate di condivisione di esperienze ed allegria. E sarà una occasione di svago per le persone che usufruiranno dell'accompagnamento di tanti volontari convinti della validità di questa pratica.

Info:

Aldo Rizzotti

tel. 393 216 2618

asrizzotti@gmail.com

Mauro Albano

tel. 335 741 1439

albano2052@gmail.com



APPUNTAMENTO CON IL TUO SPORT PREFERITO?

Raggiungi la palestra con ATV.

Acquista il tuo biglietto con l'app **Ticket BUS Verona!**
facile, veloce, sicura.



SCALA PERICOLO VALANGHE

SCALA PERICOLO	STABILITÀ MANTO NEVOSO	PROBABILITÀ DI DISTACCO VALANGHE	Indicazioni per scialpinisti, escursionisti e sciatori fuori pista
5 	MOLTO FORTE Il manto nevoso è in generale debolmente consolidato e per lo più instabile	Sono da aspettarsi molte grandi valanghe spontanee, anche su terreno moderatamente ripido	Le gite non sono generalmente possibili
4 	FORTE Il manto nevoso è in generale debolmente consolidato sulla maggior parte dei pendii ripidi	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	Le possibilità per le gite escursionistiche/sciistiche sono fortemente limitate ed è richiesta una grande capacità di valutazione locale
3 	MARCATO Il manto nevoso presenta un consolidamento da moderato a debole su molti pendii ripidi	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	Le possibilità per le gite escursionistiche/sciistiche sono limitate ed è richiesta una grande capacità di valutazione locale
2 	MODERATO Il manto nevoso è moderatamente consolidato su alcuni pendii ripidi, per il resto è ben consolidato	Il distacco è possibile principalmente con forte sovraccarico, soprattutto sui pendii ripidi indicati. Non sono da aspettarsi grandi valanghe spontanee	Condizioni favorevoli per gite escursionistiche/sciistiche ma occorre considerare adeguatamente locali zone pericolose
1 	DEBOLE Il manto nevoso è in generale ben consolidato oppure a debole coesione e senza tensioni	Il distacco è generalmente possibile solo con forte sovraccarico su pochissimi punti sul terreno ripido estremo. Sono possibili scaricamenti e piccole valanghe spontanee	Condizioni generalmente sicure per gite escursionistiche/sciistiche

Debole sovraccarico: scialpinista in salita, ciaspolatore in salita.

Forte sovraccarico: escursionista, scialpinista in discesa, scialpinista o ciaspolatore in caduta, scialpinisti o ciaspolatori senza distanza di alleggerimento, motoslitte.

Pendio poco ripido: $\leq 30^\circ$

Pendio ripido: $30^\circ \div 35^\circ$

Pendio molto ripido: $35^\circ \div 40^\circ$

Pendio estremamente ripido: $\geq 40^\circ$



Accompagniamo ogni persona e famiglia della nostra comunità in percorsi di risparmio e investimento. Offrendo sempre le migliori soluzioni per valorizzare il tuo patrimonio e raggiungere i tuoi obiettivi. Apparteniamo al più grande gruppo bancario cooperativo, da una vita vicini a te, in ogni momento della tua vita.

UNITI SIAMO ANCORA PIÙ UNICI

 **BCC VERONA E VICENZA**
GRUPPO BCC ICCREA

gruppobcciccrea.it

bccveronavicenza.it