

**CLUB ALPINO ITALIANO  
SEZIONE UGET di TORINO**



**MONTAGNA PER TUTTI**

**ATTIVITA' SOCIALI  
2024**



Care Amiche, cari Amici del CAI UGET di Torino,

alla fine di un anno intenso di attività in montagna, presento con piacere il nostro libretto 2024 *“Attività Sociali - Montagne per tutti”*.

Come ben sapete la nostra Sezione si occupa di montagna a 360°: dagli aspetti tecnici a quelli più culturali. In questo libretto, grazie al lavoro dei Gruppi, delle Scuole, della sottosezione di Trofarello e del Coro, sono raccolti i programmi di corsi, escursioni, trekking ed appuntamenti previsti nel 2024.

Le nostre proposte, aperte a Tutti, sono occasioni di vita nella natura e di condivisione di amicizie ed esperienze per conoscere la montagna frequentandola con rispetto e consapevolezza. Dalla scoperta del sottosuolo all'alta montagna; dalle escursioni su sentiero alla portata di tutti all'alpinismo più impegnativo ed all'arrampicata; non mancano le proposte sulla neve: ciaspole, sci alpino, fondo e fondo-escursionismo, scialpinismo ... questo è essere Socio CAI!

Alle collaudate proposte dei Gruppi si affiancano l'attività formativa per neofiti ed il continuo aggiornamento per tutti, svolti dai Corsi delle nostre Scuole UGET, con incontri a tema in sede propedeutici alle uscite pratiche in ambiente. Nel corso dell'anno daremo spazio agli aspetti più culturali del mondo alpino con incontri per conoscerne luoghi e problemi. Coinvolgeremo alpinisti e persone che vivono la montagna e proporremo proiezioni di film e presentazioni di libri. Il calendario di queste serate, che andremo via via ad organizzare nel corso dell'anno, sarà pubblicizzato sul nostro sito [www.caiuget.it](http://www.caiuget.it) e sui social *che vi invitiamo a visitare con assiduità*.

Anche quest'anno, con il bollino 2024, tantissime le novità e conferme in tema di Convenzioni ed Agevolazioni al Socio con tra l'altro il pernottamento gratuito al nostro rifugio Monte Bianco in Val Veny ed al nostro rifugio Guido Rey in Alta Val Susa.

Confidiamo nell'aiuto di tutti per coinvolgere conoscenti e amici nelle nostre attività senza dimenticare di vivere anche solo per un giorno nei nostri rifugi, le nostre case in montagna: il “Monte Bianco” in Val Veny ed il “Guido Rey” in Alta Val Susa con giovani e motivate gestioni.

Contiamo altresì sulla vostra disponibilità di destinare al *CAI UGET di Torino* il *“cinque per mille”*, senza oneri per chi lo sceglie, utile per sostenere sempre di più le attività ed i progetti della Sezione.

Vi aspettiamo in sede, il “Rifugio Tesoriera”, nella bellissima e suggestiva cornice del parco. Qui, dopo un'importante lavoro di allestimento ed catalogazione, è nuovamente fruibile ai Soci la nostra Biblioteca “Emanuele Cassarà”.

A presto.

Il Presidente  
Roberto Gagna



# CLUB ALPINO ITALIANO SEZIONE UGET TORINO



1913 UGET 2024

La sede della Sezione UGET (Unione Giovani Escursionisti Torino), nel parco della Tesoriera, è aperta ai soci il giovedì sera dalle ore 21.00 alle 22.00 per incontrare gli amici, frequentare la biblioteca, assistere a proiezioni e iscriversi alle attività sociali (gite, corsi...).

Durante la settimana, inoltre, la sede è a disposizione dei gruppi, delle commissioni e delle scuole per l'organizzazione delle attività, lezioni tecniche, proiezioni, ed altro.

La **Segreteria del Cai Uget Torino** è aperta al pubblico con il seguente orario:

lunedì, martedì, mercoledì e venerdì: **15.30-18.30**

giovedì: **15.30-22.00**

(da novembre a marzo anche sabato **9.00-12.00**)

*Segreteria Cai Uget Torino*

*Corso Francia, 192 – Parco della Tesoriera 10145 – Torino*

(Fermata Metro – Montegrappa)

tel. 011.537983 [caiuget@caiuget.it](mailto:caiuget@caiuget.it)

Ogni due mesi una redazione di dodici entusiasti non-professionisti con gran impegno pubblica otto pagine di immagini e informazioni: il **Cai Uget Notizie**, bimestrale della sezione, disponibile gratuitamente in segreteria oppure online sul sito: <https://www.caiuget.it/notizie/> e su **facebook**. Può essere consegnato anche a domicilio, previo contributo per le spese postali.

Il bimestrale **Cai Uget Notizie** racconta di viaggi, escursioni, scalate sia individuali che sociali, riporta informazioni su corsi e serate in programma.

Vuoi pubblicare un articolo?  
Scrivi a: [redazione@caiuget.it](mailto:redazione@caiuget.it)

A tutti i Soci CAI viene inviato a domicilio il bimensile, a diffusione nazionale:

**La Rivista del Club Alpino Italiano**

Il notiziario nazionale "**Lo Scarpone**"  
è online: <https://www.loscarpone.cai.it>





# CLUB ALPINO ITALIANO SEZIONE UGET TORINO



1913 UGET 2024

## MONTAGNA, CULTURA E ALTRO...

Il CLUB ALPINO ITALIANO sezione UGET di Torino, oltre alle consuete attività, organizza anche serate culturali all'insegna dell'ambiente, dei viaggi, della fotografia: serate che si svolgeranno nel nostro rinnovato salone multimediale. Ricordiamo ai lettori di consultare periodicamente il nostro sito, [www.caiuget.it](http://www.caiuget.it), nonché, se già non l'avessero fatto, di registrarsi alla nostra Newsletter (sul sito stesso), per poter ricevere aggiornamenti, informazioni, notizie.

### **SCALA DELLE DIFFICOLTÀ DELLE GITE PROPOSTE:**

<b>A</b> .....	Prettamente a carattere Alpinistico
<b>AD</b> .....	Abbastanza Difficile
<b>BS</b> .....	Bravi Sciatori
<b>BSA</b> .....	Bravi Sciatori Alpinisti
<b>D</b> .....	Difficile
<b>E</b> .....	Escursionistico
<b>EAI</b> .....	Escursionismo in Ambiente Innevato
<b>EE</b> .....	Per Escursionisti Esperti
<b>EEA</b> .....	Per Escursionisti Esperti, con Attrezzature
<b>F</b> .....	Facile
<b>MS</b> .....	Medi Sciatori
<b>OSA</b> .....	Ottimi Sciatori Alpinisti
<b>PD</b> .....	Poco Difficile
<b>T</b> .....	Turistico.

**Le sigle di difficoltà del Ciclo–Escursionismo sono riportate a pagina 37**

### **SIGLE E QUALIFICHE DI ACCOMPAGNATORI E ISTRUTTORI:**

<b>AAG</b> .....	Accompagnatore di Alpinismo Giovanile
<b>ASAG</b> .....	Accompagnatore Sezionale di Alpinismo Giovanile
<b>AE</b> .....	Accompagnatore di Escursionismo
<b>AE C</b> .....	Accompagnatore di Cicloescursionismo
<b>AE EAI</b> .....	Accompagnatore di Escursionismo con specializzazione EAI
<b>AE EEA</b> .....	Accompagnatore di Escursionismo con specializzazione EEA
<b>ASE</b> .....	Accompagnatore Sezionale di Escursionismo
<b>IA</b> .....	Istruttore di Alpinismo
<b>INA</b> .....	Istruttore Nazionale di Alpinismo
<b>ISA</b> .....	Istruttore di Sci–Alpinismo
<b>INSA</b> .....	Istruttore Nazionale di Sci–Alpinismo
<b>ISFE</b> .....	Istruttore di Sci Fondo Escursionismo
<b>INSFE</b> .....	Istruttore Nazionale di Sci Fondo Escursionismo
<b>ONC</b> .....	Operatore Naturalistico Culturale
<b>ORTAM</b> .....	Operatore Regionale Tutela Ambiente Montano



# CLUB ALPINO ITALIANO SEZIONE UGET TORINO



1913 UGET 2024

## ATTIVITÀ E GRUPPI DELLA SEZIONE UGET

Commissione Alpinismo Giovanile .....	Pag. 6
Commissione Gite .....	10
Gruppo Escursionismo Tutela Ambiente Montano .....	20
Trekking Gruppo Escursionismo Tutela Ambiente Montano .....	23
Scuola di Alpinismo “Alberto Grosso” .....	24
Gruppo Sci Alpinismo .....	27
Scuola di Sci Alpinismo .....	29
Gruppo Ski Team .....	32
Gruppo Sci Fondo e Scuola Sci Escursionismo “Nevelibre” .....	33
Gruppo Speleologico Piemontese .....	36
Gruppo Cicloescursionismo “Mountain Bike” .....	37
Coro CAI – UGET .....	38
Cai Uget – Cultura e Biblioteca .....	40
Sottosezione di Trofarello "Guido Ottone" .....	41
Rifugi e Bivacchi del CAI – UGET .....	45



La nostra Sede UGET



# ALPINISMO GIOVANILE

1913 UGET 2024

La Commissione Alpinismo Giovanile dal 1991 propone attività in montagna rivolte a ragazze/i tra gli 6 ed i 17 anni, prevalentemente di carattere escursionistico, di arrampicata, avvicinamento al ghiacciaio ed a diretto contatto con la natura.

Lo scopo dell'Alpinismo Giovanile è di aiutare il giovane nella propria crescita umana, proponendogli l'ambiente montano per vivere con gioia esperienze di formazione.

Le gite di uno o due giorni, tengono conto dell'età e delle capacità fisiche dei partecipanti: i più piccoli hanno modo di imparare a conoscere la montagna nei suoi vari aspetti giocando; i più grandi hanno la possibilità di fare esperienze salendo cime di grande interesse.

Il gruppo si avvale di accompagnatori qualificati con esperienza escursionistica ed alpinistica, che nell'organizzazione e conduzione delle escursioni pongono la sicurezza come fattore prioritario.

Quest'anno verrà proposto per le ragazze/i un modulo **BASE DI AVVICINAMENTO ALLA MONTAGNA**, con formazione teorica e pratica, affrontando tematiche differenti collegate all'ambiente montano.

## PRIMAVERA E ESTATE 2024

Nei mesi di marzo - giugno: **12° corso "GIOCO ARRAMPICATA RAGAZZE/I"** nelle seguenti date: **9 marzo, 7 aprile, 20 aprile, 18 maggio** (Possibili variazioni di alcune date), in collaborazione con la scuola di Alpinismo e Arrampicata **ALBERTO GROSSO CAI UGET**. Inoltre: **7 e 8 settembre** Promozione e Prove di Arrampicata Bambine/i.

*Le date di uscita in falesia potrebbero subire delle variazioni. Sarà nostra cura informarvi dell'eventuale cambiamento di data. Gli iscritti saranno inoltre informati delle giornate previste in palestra di roccia a Torino e dei giorni di teoria presso il C.A.I. UGET TORINO.*

Nei mesi di aprile, maggio, giugno sono previsti, con **Scuole Materne, Elementari, Medie e Licei**, incontri didattici ed uscite pratiche con temi ed itinerari da definire con le Direzioni Didattiche Scolastiche.

## SABATO 17 FEBBRAIO

Presentazione, con approfondimento, delle attività che verranno sviluppate nel corso del ciclo di escursioni; orario 15,00 - 17,00, presso il Parco della Tesoriera C.A.I. UGET in C. Francia, 192 Torino-Relatore: **COMMISSIONE ALPINISMO GIOVANILE**.

## 34° CICLO DI ESCURSIONI

### 25 febbraio Rocca 2 Denti 920 m

Da Martinetto Superiore 490 m - Dislivello 430 m - Tempo 2 ore. **Difficoltà E**  
Bella escursione su una delle prime cime che si affacciano sulla pianura; ampio panorama dalle Alpi Marittime al Monte Rosa con attrezzatura da escursionismo invernale. Tema: Ambiente e panorama.

**Organizzatori: Mana Antonella, Luca Longo (AAG)**

### 09 marzo Uscita in Falesia - (sabato) Località da definire

Attrezzatura per arrampicata (per chi ne è sprovvisto, l'equipaggiamento verrà fornito in prestito dall'organizzazione) - Tema: arrampicata e trekking in collaborazione con istruttori della "Scuola di Alpinismo A. Grosso" del CAI UGET TORINO.

**Organizzatori: Luca Longo (AAG), Emanuele Sardo (ASAG), Manuel Bissaca, Enzo Gilli (ASAG)**



## **10 marzo**      **Lac del Roterel e Arpon 1990 m**

Da Bar Cenisio 1480 - Dislivello 450 m - Tempo 2,30 ore. **Difficoltà E.** Attrezzatura da escursionismo invernale, ciaspole (racchette da neve). - Tema: Camminare sulla neve. Escursione aperta a ragazze/i, genitori ed amici. L'ambiente innevato e i laghi regalano la bellezza del luogo. La località potrebbe subire delle variazioni in base all'innnevamento locale.

**Organizzatori:** *Luly Zago (AAG), Antonella Mana.*

## **24 marzo**      **Anello Noli -Voze - Noli**

Da Noli - Dislivello 200 m - Tempo 2,30 ore anello completo. **Difficoltà E** - Attrezzatura da escursionismo primaverile marittimo. Tema: Escursione lungo la antica via Romana con autentici selciati in pietra.

**Organizzatori:** *Luly Zago (AAG), Enzo Gilli (ASAG), Antonella Mana.*

## **07 aprile**      **Piani di Cappia 1381 m e Falesia Traversella**

Da Traversella, 831 m - Dislivello 550 m - Tempo 2,30 ore. **Difficoltà E** -Attrezzatura da escursionismo primaverile ed Arrampicata. Tema: Facile Escursione attraverso il Sentiero delle Anime per un Gruppo. L'altro Gruppo verso le pareti di Arrampicata di Traversella.

**Organizzatori:** *Luly Zago (AAG), Bruno Tortia, Lorenza Gilli, Enzo Gilli (ASAG)*

## **20 aprile**      **Uscita in Falesia - (sabato) Località da definire**

Pareti di Arrampicata di Traversella in collaborazione con istruttori della “**Scuola di Alpinismo A. Grosso**” del CAI UGET TORINO. Attrezzatura per arrampicata (per chi ne è sprovvisto, l'equipaggiamento verrà fornita in prestito dall'organizzazione) TEMA: Arrampicata e trekking.

**Organizzatori:** *Lorenza Gilli, Emanuele Sardo (ASAG), Manuel Bissaca, Enzo Gilli (ASAG).*

## **21 aprile**      **Bel Fè Alpe Longimala 1406 m**

Dalla località La Fabbrica 1006 m - Dislivello 400 m fino a Pian dell'Orso - Tempo 2 ore, da qui a Monte Muretto - Dislivello 410 m - Tempo 1,30 ore. **Difficoltà T** - Attrezzatura da escursionismo primaverile in quota. Tema: piacevole e facile escursione naturalistica tra radure e boschi della media Val D'Ala con ottimi panorami su tutta la vallata.

**Organizzatori:** *Luly Zago (AAG), Antonella Mana, Bruno Tortia.*

## **05 maggio**      **Miniera Brunetta 1529 m**

Da Vru 1029 m - Disl. 500 m - Tempo 2,30 ore-**Difficoltà E**

Attrezzatura da escursionismo primaverile. Tema: Panoramico e Naturalistico, sentiero che passa in mezzo ad uno stupendo bosco di faggi.

**Organizzatori:** *Luly Zago (AAG), Luca Longo (AAG), Antonella Mana, Bruno Tortia*

## **18 maggio**      **Uscita in Falesia - (sabato) Località da definire**

In collaborazione con istruttori della “Scuola di Alpinismo A. Grosso”del CAI UGET TORINO. Attrezzatura per arrampicata (per chi ne è sprovvisto, l'equipaggiamento verrà fornita in prestito dall'organizzazione). Tema: Costituzione Rocciosa ed Arrampicata.

**Organizzatori:** *Lorenza Gilli, Emanuele Sardo (ASAG), Manuel Bissaca, Enzo Gilli (ASAG).*

## **19 maggio**      **Uja di Calcante - Valli di Lanzo 1614 m**

Da Mezzenile (Monte) 1140 m - Dislivello 474 m - Tempo 2 ore. **Difficoltà E** - Attrezzatura da escursionismo primaverile in alta montagna. Tema: lungo e bel sentiero che passa in mezzo ad uno stupendo bosco di faggi.

**Organizzatori:** *Antonella Mana, Luca Longo (AAG)*



# ALPINISMO GIOVANILE

1913 UGET 2024

## **01 giugno Rifugio Palazzina Sartorio 1450 m (sabato)**

Da Pian Neiretto 1150 m - Dislivello 300 m - Tempo 1 ora e 30'. **Difficoltà T**  
Attrezzatura da Escursionismo primaverile con pila frontale - Tema: La Palazzina Sartorio è un Rifugio Osservatorio per l'ambiente ed è stato teatro di un combattimento tra partigiani e tedeschi nella Seconda Guerra Mondiale. Escursione pomeridiana con cena al Rifugio.  
**Organizzatori: Luca Longo (AAG), Antonella Mana, Bruno Tortia**

## **15 e 16 giugno Rifugio Monte Bianco 1700 m Valle D'Aosta**

Primo Giorno: Dal Santuario di Notre-Dame de Guerison (Località Val Veny) 1440 m - Dislivello 210 m - Tempo 1 ora. **Difficoltà E** - Attrezzatura primaverile in Alta Montagna.  
Secondo Giorno: Dislivello 461 m oltre a discesa da 1700 m Rifugio a quota 1568 m, da area parcheggi (3 ore e 30') Lago Combal 1972 m - Lago Miage 2029 m. **Difficoltà EEA**.  
Attrezzatura da Alpinismo primaverile in Alta Montagna.  
Tema: Esperienza in rifugio, facoltativa di arrampicata e su Ghiacciaio.  
**Organizzatori: Luca Longo (AAG), Emanuele Sardo (ASAG), Enzo Gilli (ASAG)**

## **23 giugno Monti De La Saxe 2.348 m Valle D'Aosta (Val Ferret)**

Da Villar Inferiore 1.275 m (Fr. Di Courmayeur) - Dislivello 1.073 m - Tempo 4 ore e 30'.  
**Difficoltà E** - Attrezzatura da Escursionismo primaverile in Alta Montagna. Tema: Itinerario con paesaggio al cospetto del "Tetto d'Europa" Il Massiccio del Monte Bianco.  
**Organizzatori: Emanuele Sardo (ASAG), Enzo Gilli (ASAG)**

## **30 giugno Laghi di Estoul 2490 m Val d'Ayas**

Da Estoul 1880 m - Dislivello 610 m - Tempo 3 ore e 30' - **Difficoltà E** - Attrezzatura da Escursionismo primaverile in Alta Montagna - Tema: Facile sentiero adatto anche alle Famiglie.  
**Organizzatori: Maria Zago (AAG), Antonella Mana, Bruno Tortia**

## **07-08 settembre Forno Alpi Graie e Massi Di Cantoira - Valli di Lanzo**

**Evento: Val Grande in Verticale.** Promozione attività di arrampicata bambine/i, ragazze/i. Gita in collaborazione con sottosezione C.A.I. UGET di Trofarello e C.A.I. Venaria.  
**Organizzatori: Luca Brandimarte, Enzo Gilli (ASAG), Manuel Bissaca, Emanuele Sardo (ASAG)**

## **22 settembre Lago del Moncenisio - Forte di Varisello 2170 m**

Da Grand Croix (Vecchia dogana francese) 1870 m - Dislivello 300 m - Tempo 1 ora e 30' - **Difficoltà E** - Attrezzatura da escursionismo autunnale - Tema: Facile escursione per gli appassionati di storia con stupenda vista del Lago.  
**Organizzatori: Maria Zago (AAG), Antonella Mana, Silvia Gilli**

## **06 ottobre Rocca Ciarva 2.364 m - Valli di Lanzo**

Da Piano della Mussa (Balme) Cappella dei Bersaglieri 1.754 m a punta Rocca Ciarva. Dislivello 610 m - Tempo 2 ore e 30'. **Difficoltà E** - Attrezzatura da Escursionismo autunnale. Tema: Bel balcone su Pian di Ciamarella e ampia visuale sulle cime come la Ciamarella, la Bessanese, L'Uja di Mondrone. Costone che si stacca dal crinale spartiacque tra la Val Grande e la Val D'Ala, il quale verso sud divide tra loro la conca di Pian Ciamarella. Al ritorno è possibile compiere un anello attraverso il Colle della Battaglia.  
**Organizzatori: Luly Zago (AAG), Antonella Mana, Emanuele Sardo (ASAG), Enzo Gilli (ASAG)**



# ALPINISMO GIOVANILE



1913 UGET 2024

## 20 ottobre I Ciciu del Villar 909 m - Val Maira Tra Busca e Dronero (CN)

Da Costa Pragamonti, nei pressi abitato del comune di Villar San Costanzo 609 m. Dislivello 300 m - Tempo 2 ore e 30' - **Difficoltà T** - Attrezzatura da Escursionismo autunnale. Tema: Ciciu (pupazzo o fantoccio) formazione in seguito allo scioglimento dei ghiacciai circa 12.000 anni fa.

**Organizzatori:** Luca Longo (AAG) - Luly Zago (AAG) - Antonella Mana

## 27 ottobre Cappella Madonna della Neve 917 m - Val di Lanzo

Da Comba Forno Canavese 517 m - Dislivello 400 m - Tempo 2 ore. **Difficoltà E** - Attrezzatura da Escursionismo autunnale. Tema: Escursione e festa finale per Bimbe/i, Ragazze/i, Genitori, Nonni, Amici con castagnata in area coperta.

**Organizzatori:** Luca Longo (AAG), Luly Zago (AAG), Silvia Gilli, Enzo Gilli (ASAG)

**ALTERNATIVE 2024:** potrebbero essere necessarie mete di escursioni in sostituzione a quelle in elenco nei periodi diversi, oppure anche cambiamenti di date dovute al meteo, che verranno comunicate in ogni caso di volta in volta.

### PER QUALSIASI INFORMAZIONE RIVOLGERSI A:

Antonella Mana 346-8520757

Luly Zago 340-6225631

Enzo Gilli 339-3657209



Pian dell'Alpe



Pian dell'Azaria



Massi di Cantoirra

## “ESCURSIONISMO – ALPINISMO – FERRATE – TREKKING”

La Commissione Gite propone escursioni facili alle prime uscite per arrivare, con il progredire della stagione, a gite sempre più impegnative su itinerari di alta montagna, anche di più giorni. Il ventaglio di proposte copre tutto il periodo da gennaio ad ottobre con uscite diverse a seconda dei periodi di effettuazione.

Anche quest'anno sono presenti le gite sociali con racchette da neve all'inizio dell'anno, di cui una che prevede anche l'esercitazione con ARTVA, pala e sonda.

Le iscrizioni si ricevono in sede, normalmente il giovedì sera antecedente la data della gita stessa, ad eccezione di alcune gite che prevedono pernottamenti in rifugi e dei grandi viaggi e trekking per cui, nel calendario, sono specificati i periodi di iscrizione.

*Le gite della Commissione Gite sono elencate in ordine cronologico. I trekking sono evidenziati.*

Per ogni gita sono indicate la tipologia, l'eventuale difficoltà ed il materiale necessario.

***Salvo altrimenti indicato la gita si effettuerà in auto.***

**Per informazioni** scrivere a: [commgite@caiuget.it](mailto:commgite@caiuget.it) o iscriversi alla newsletter dal sito CAI UGET “Escursionismo – Commissione Gite” – [www.caiuget.it/cge/](http://www.caiuget.it/cge/)



Escursione alla Becca di Nona

### RIEQUILIBRIO POSTURALE E POTENZIAMENTO MUSCOLARE

Per chi frequenta la montagna e pratica l'escursionismo si propongono **due sessioni** (primaverile ed autunnale) di riequilibrio posturale e potenziamento muscolare che si svolgeranno nel salone UGET presso la nostra sede nel Parco della Tesoriera in corso Francia 192 (TO), con uno svolgimento di due sedute settimanali, in orari mattutini e calendario da definire.

Date inizio sessioni: **1) dal 23 gennaio 2024 – 2) dal 24 settembre 2024**

Informazioni e iscrizioni presso la sede CAI UGET al parco della Tesoriera:

**Giovedì sera dalle 21.00 alle 22.00**

# COMMISSIONE GITE

## CORSO BASE DI ESCURSIONISMO



1913 UGET 2024

### 11° CORSO BASE DI ESCURSIONISMO

La Commissione Gite del CAI UGET, sotto l'egida della Commissione Centrale per l'Escursionismo del CAI, organizza un Corso **Base di Escursionismo**.

Rivolto a coloro che, avendo un minimo di preparazione fisica, intendono avvicinarsi alla montagna, oppure a coloro che già la frequentano, ma desiderano approfondirne la conoscenza e affrontarla in sicurezza.

Offre innanzitutto le conoscenze di base per effettuare escursioni con un equipaggiamento e una preparazione consoni all'ambiente di montagna: cosa portarsi nello zaino, come vestirsi e come alimentarsi, come preparare un'escursione a tavolino, analizzando carte topografiche, relazioni e bollettini meteo, per poi apprendere durante le uscite come determinare costantemente la propria posizione facendo orientamento con mappa, bussola e altimetro.

Il Corso Base si avvale di accompagnatori titolati del CAI (AE, ASE, ORTAM).

Sono previste lezioni teoriche, articolate in serate, riguardanti: abbigliamento ed equipaggiamento, orientamento, meteorologia, preparazione di un'escursione, sicurezza, primo soccorso, ambiente e cultura alpina e uscite pratiche in ambiente montano.

Le lezioni in sede UGET si svolgeranno nelle seguenti date: giovedì 11 aprile, mercoledì 24 aprile, mercoledì 8, 15, 22, 29 maggio, mercoledì 5 e 12 giugno 2024.

Le uscite pratiche si effettueranno nelle domeniche del 14 e 28 aprile, 12 e 26 maggio, nonché il fine settimana di sabato 8 e domenica 9 giugno 2024.

*Al termine delle lezioni ci sarà un test di valutazione finale e consegna di attestati.*

**GIOVEDÌ 04 APRILE – ORE 21.00**

**PRESENTAZIONE E APERTURA ISCRIZIONI**

*“Fino ad esaurimento posti disponibili”*

**Nel salone del CAI UGET al parco della Tesoriera**

**“Corso Francia, 192 – Torino**

**Fermata metrò Monte Grappa”**

**INFORMAZIONI:**

**Sede CAI UGET:** il Giovedì sera dalle 21.00 alle 22.00

**Sito internet:** <https://www.caiuget.it/cge/attivita/corsi/>

**Direttore del corso Guido Scarnera:** [guscarnx@gmail.com](mailto:guscarnx@gmail.com)



## ESCURSIONISMO IN AMBIENTE INNEVATO

Un percorso in tre tappe per acquisire una maggiore consapevolezza nella prevenzione dei pericoli nell'escursionismo con le racchette da neve e la gestione di situazioni di emergenza in autosoccorso.

### **Giovedì 11 gennaio 2024 ore 21.00 Salone del CAI Uget**

Lezione sulla ricerca della sicurezza e la prevenzione degli incidenti.

**Docente: Dott. Geol. Igor Chiambretti responsabile tecnico AINEVA ed ENV SVI-CAI - ISFE.**

- Progettazione di una gita dalla carta topografica alla lettura del bollettino valanghe.
- Lettura dell'ambiente innevato per saper riconoscere i pericoli.
- Autosoccorso, ARTVA, SONDA E PALA indispensabili e unici ausili in caso di incidente.

### **Sabato 13 gennaio 2024 dalle ore 14.00 Parco della Tesoriera**

Esercitazione con ARTVA a "secco" focalizzata a comprendere l'uso dell'apparato per la ricerca dei travolti da valanga.

Alcuni apparati in modalità trasmissione vengono celati sotto dei teli per simulare un seppellimento multiplo, la ricerca si effettua ponendo attenzione a comprendere il funzionamento dell'ARTVA e le interferenze che subisce.

### **Domenica 14 gennaio 2024**

Uscita sociale in Val Troncea, come da calendario, dove l'esercitazione comprenderà la ricerca con ARTVA e sonda e le tecniche di scavo con la pala.



**Rifugio Monte Bianco**

**3<sup>a</sup> Edizione dell'iniziativa di approccio all'escursionismo su:**

### **VIE FERRATE E SENTIERI ATTREZZATI**

L'attività è rivolta a coloro che, avendo già esperienze di escursionismo, intendono conoscere e approfondire le nozioni teoriche e gli aspetti tecnici utili alla percorrenza di vie ferrate e sentieri attrezzati (percorsi con difficoltà EEA), in condizioni di piena sicurezza.

**PRESENTAZIONE GIOVEDÌ 12 SETTEMBRE 2024** Iscrizioni dal 2 al 16 settembre. Posti disponibili: 16.

Il percorso sarà costituito da 4 lezioni teorico-pratiche e 4 uscite su vie ferrate a partire da:

**MERCOLEDÌ 18 SETTEMBRE 2024**

Le uscite sono previste nelle seguenti date:

**22 settembre – 6 ottobre – 13 ottobre – 27 ottobre 2024**

**Direttore: IVANO GAUNA (AE EEA)**

**Informazioni e iscrizioni presso la sede CAI UGET – Parco della Tesoriera:**

**Il giovedì sera dalle 21.00 alle 22.00**



**Dolomiti di Sesto**



# COMMISSIONE GITE

## CALENDARIO

1913 UGET 2024

### ATTREZZATURA RICHIESTA

Per le gite con difficoltà **E** o **EE**, viene richiesta l'**attrezzatura da Escursione**. Per tutte le altre difficoltà indicate, viene evidenziata l'attrezzatura idonea alla particolarità della gita:

- Difficoltà **E** ed **EE**: **Attrezzatura da Escursione**: *Calzature da montagna di buona qualità e bastoncini da trekking.*
- Difficoltà **EAI**: **Attrezzatura da Ambiente Innevato**: *Racchette da neve, ghette, bastoncini, ARTVA, pala e sonda.*
- Difficoltà **EEA**: **Attrezzatura da Ferrata**: *Casco, Imbrago, Set da Ferrata con dissipatore, Rinvio corto.*
- Difficoltà **A**: **Attrezzatura da Alpinismo**: *Casco, Imbrago, Cordini e Moschettoni a ghiera.*
- Difficoltà **A**: **Attrezzatura da Ghiacciaio**: *Casco, Imbrago, Ramponi, Piccozza, Cordini e Moschettoni a ghiera.*

La Commissione Gite dispone, fino ad esaurimento, del seguente materiale da noleggiare:

- Racchette da neve ARTVA, pala e sonda (per escursioni su neve).
- Imbragature, set da ferrata, piccozze, ramponi, caschi (per gite su via ferrata e su ghiacciaio).

### CALENDARIO

#### **14 gennaio** Val Tronca – Esercitazione ARTVA 1.915 m – Val Chisone

Da: Pattermouche – **Difficoltà**: **EAI**. **Attrezzatura per ambiente innevato**.  
Dislivello: 400 m. Esercitazione ARTVA con ricerca travolto. Partecipanti: min 15 max 30.  
**Organizzatori**: Enrico Muraro, Maurizio Carpentieri

#### **28 gennaio** Monte Ciarm 1.862 m – Valle di Viù

Da: Tornetti – **Difficoltà**: **EAI**. **Attrezzatura per ambiente innevato**.  
Dislivello: 600 m. Gita vicino a Torino che non manca di offrire ottimi panorami rimanendo anche a solatio. Partecipanti: min 10 max 30.  
**Organizzatori**: Stefano Regis, Raffaele Russo

#### **11 febbraio** Bec d'Ovaga 1.631 m – Valsesia

Da: **Alpe Casavei** – **Difficoltà**: **EAI**. **Attrezzatura per ambiente innevato**.  
Dislivello: 700 m. Percorso di media difficoltà. Partecipanti: min 15 max 30.  
**Organizzatori**: Guido Scarnera (AE), Luciano Origlia (AE – AEI)

#### **25 febbraio** Monte Gran Costa 2.615 m – Val Chisone

Da: Grad Puy (TO) – **Difficoltà**: **EAI**. **Attrezzatura per ambiente innevato**.  
Dislivello: 750 m. Gita di medio impegno sugli ampi pendii dell'alta Val Chisone nei pressi dell'Assietta. Partecipanti: min 10 max 30.  
**Organizzatori**: Roberto Novaro (AE), Valeria Aglirà (ASE-ORTAM)

#### **10 marzo** Punta dell'Omo e Rocca Cucuja 2.299 m – Val Grana (CN)

Dalla frazione Chiotti di Castelmagno. **Difficoltà**: **EAI**. **Attrezzatura per ambiente innevato**.  
Dislivello: 750 m. Due cime e una cresta nell'ambiente magico di una valle poco frequentata. Partecipanti: min 15 max 30.  
**Organizzatori**: Ivano Gauna (AE – EEA), Gianni Chiamberlando (ASE)

# COMMISSIONE GITE

## CALENDARIO

1913 UGET 2024



### 17 marzo Anello Varigotti – Noli – Liguria (SV)

Da: Varigotti (gita in bus). **Difficoltà:** E. Dislivello: 600 m. Partecipanti: min 30 max 50. Camminata tra l'altopiano delle Manie ed il sentiero balcone sul mare alla scoperta di luoghi insoliti e suggestivi.

**Organizzatori:** Valeria Aglirà (ASE-ORTAM), Roberto Gagna

### 24 marzo Sentiero dei Daini 891 m – Toirano (SV) – Liguria

Da: Toirano, ingresso grotte. **Difficoltà:** A. **Attrezzatura da Alpinismo.** Dislivello: 800 m. La salita, quasi sulla riva del mare, avviene su balze di roccia, spesso assistite da corde fisse fino a raggiungere l'abbazia di San Pietro ai Monti. Partecipanti: min 10 max 20.

**Organizzatori:** Roberto Novaro (AE), Fabrizio Prato

### 30 marzo÷02 aprile Pasqua in CostAzzurra – Provenza (Francia) **Trekking**

Alla scoperta di uno dei territori più belli del Mediterraneo: Massiccio d'Esterel, Saint Tropez e Verdon. **Difficoltà:** T-E – Pernottamento: in Bungalow; viaggio in Bus. Partecipanti: max 32. Iscrizioni in sede dal 25 gennaio 2024.

**Organizzatori:** Valeria Aglirà (ASE-ORTAM), Roberto Gagna

### 07 aprile Borgate di Fenestrelle 1.785 m – Val Chisone

Da: Forte di Fenestrelle – **Difficoltà:** E. Dislivello: 750 m. Escursione al cospetto del Forte di Fenestrelle lungo la strada dei cannoni, con l'anello visiteremo alcune borgate. Partecipanti: min 10 – max 30 max.

**Organizzatori:** Fabio Damilano, Raffaele Russo

### 21 aprile Esercitazione propedeutica alle gite su ghiacciaio

**Difficoltà:** A. **Attrezzatura da Ghiacciaio.** Esercitazione pratica per acquisire la capacità di progressione su ghiacciaio in sicurezza. Consigliata a tutti coloro che vorranno partecipare alle gite in alta montagna. Località da definire in base alle condizioni di innevamento.

**Organizzatori:** Ivano Gauna (AE –EEA), Enrico Muraro

### 01 maggio Monte Antoroto 2.144 m – Alta Valle Tanaro

Da: Valdinferno – Garessio (CN) – **Difficoltà:** E. Dislivello: 1.000 m. Cima delle Alpi Liguri, tra le prime più meridionali a superare i 2.000 m. Dalla la vista spazia su tutte le Alpi sudoccidentali e il Mar Ligure. Partecipanti: min 10 max 20.

**Organizzatori:** Roberto Novaro (AE), Gianni Chiamberlando (ASE)

### 05 maggio Pian dell'Orso – Colle del Vento 1.904 m – Val Sangone

Da: Tonda – **Difficoltà:** E. Dislivello: 800 m. Escursione a pochi passi dalla città con arrivo alla suggestiva cappella dedicata alla Madonna della neve a Pian dell'Orso dove il paesaggio si apre sulla valle di Susa con il Rocciamelone di sfondo. Partecipanti: min 15 max 30.

**Organizzatori:** Enrico Muraro, Guido Scarnera (AE)

### 18÷19 maggio Vie Ferrate alla Pietra di Bismantova 1.020 m – Valle Secchia

Da: Castelnuovo ne' Monti (RE) – **Difficoltà:** EEA. **Attrezzatura da Ferrata.** Dislivello: 150 m. Vie Ferrate ed escursioni su un'emergenza geologica straordinaria nel Parco Nazionale Appennino Tosco-Emiliano – Pernottamento: Hotel. Partecipanti: min 15 max 25 – Iscrizioni: Tre giovedì precedenti.

**Organizzatori:** Ivano Gauna (AE –EEA), Roberto Novaro (AE)



# COMMISSIONE GITE

## CALENDARIO

1913 UGET 2024

**19 maggio**      **Laghi dell'Albergian 2.370 m – Valli Chisone ed Albergian**  
Da: Laux (Usseaux). **Difficoltà:** E. Dislivello: 1.050 m. Anello che da Laux (Usseaux) raggiunge il lago dell'Albergian con una vecchia struttura militare. Partecipanti: min 10–max 30.  
**Organizzatori:** *Fabio Damilano, Raffaele Russo*

**25 maggio**      **Punta Sourela in Notturna 1.785 m – Valle di Viù**  
Da: Col San Giovanni. **Difficoltà:** E. Dislivello: 650 m. Giro alla luce della luna piena su un percorso facile e ben segnalato. Partecipanti: min 15 max 25 – Iscrizioni: Due giovedì precedenti.  
**Organizzatori:** *Fabrizio Prato, Elisa D'Angelo*

**26 maggio**      **L'Anello dell'Aquila 2.119 m – Val Sangone.**  
Da: Frazione Balangero – **Difficoltà:** E. Dislivello: 1.274 m. Insolito anello che allarga il percorso classico ad angoli poco frequentati. Partecipanti: min 10 – max 30 max.  
**Organizzatori:** *Francesco Fiore, Mauro Marino*

**02 giugno**      **Monti Courbasiri e Bocciarda 2.214 m – Val Sangone**  
Da: Strada per pian Neiretto (Forno di Coazze) – **Difficoltà:** E. Dislivello: 1.165 m. Itinerario facile ma “allenante” e dal discreto sviluppo. Partecipanti: min 15 max 30.  
**Organizzatori:** *Roberta Cucchiario (AE), Enrico Muraro*

**09 giugno**      **Anello Ferreri – Daviso 2.240 m – Val Grande**  
Da: Forno Alpi Graie – **Difficoltà:** EE. Dislivello: 1.030 m. Percorso storico-naturalistico nella val Grande, passando dal bivacco Ferreri per un breve e facile tratto attrezzato, e dal rifugio Daviso lungo un bel sentiero panoramico. Partecipanti: min 15 max 30.  
**Organizzatori:** *Franca Dalla Valle, Francesco Fiore*

**16 giugno**      **Monte Zerbion 2.722 m – Val d' Ayas**  
Da: Barmasc per il Colle della Portola – **Difficoltà:** E. Dislivello: 800 m. Straordinaria escursione nel cuore della Valle d'Aosta, con panorama a 360 gradi che permette di osservare tutti i maggiori 4.000 della regione. Partecipanti: min 15 max 20 – Iscrizioni: Due giovedì precedenti.  
**Organizzatori:** *Raffaele Russo, Fabio Damilano*

**16 giugno**      **Uja di Mondrone 2.964 m – Valle di Lanzo**  
Da: Molera – **Difficoltà:** A. **Attrezzatura da Alpinismo.** Dislivello: 1.500 m. Itinerario con gran dislivello e poco sviluppo, richiede un buon allenamento e una buona dimestichezza a muoversi sulle rocce utilizzando le varie corde fisse. Partecipanti: min 10 max 15.  
**Organizzatori:** *Fabrizio Prato, Luciano Origlia (AE – AEI)*

**23 giugno**      **Punta Rognosa del Sestriere 3.280 m – Valle Chisone**  
Da: Sestriere – **Difficoltà:** EE. Dislivello: 1.246 m. Bella montagna che domina Sestriere. Nonostante la vicinanza a questo, la salita si svolge, a parte il primo tratto, in un bellissimo ambiente di montagna. Dalla vetta esteso panorama su tutte le Alpi piemontesi e francesi. Partecipanti: min 10 – max 30.  
**Organizzatori:** *Luciano Origlia (AE – AEI), Enrico Muraro*

**22÷24 giugno**      **Trekking Alta val Formazza 2.900 m**  
Da: Formazza (Fraz. Canza) 1400 – **Difficoltà:** E. Dislivello: 800 + 750 + 550 m; 3 giorni, 2 rifugi per un anello sui sentieri tra Italia e Svizzera tra laghi, pascoli e aree di alta quota – Pernottamento: Rif. Maria Luisa – Rif. Città di Busto. Partecipanti: min 20 max 25. Iscrizioni: Tre giovedì precedenti.  
**Organizzatori:** *Guido Scarnera (AE), Sandro Siroto (ASE)*



# COMMISSIONE GITE

## CALENDARIO

1913 UGET 2024



**29÷30 giugno** **M. Rocciavrè e M. Robinet da fraz. Molè 2.778 m** – Parco Orsiera Rocciavrè  
Da: Forno di Coazze, Fraz. Molè (1.087 m) – **Difficoltà:** EE. Dislivello: 1.800 m. Pernottamento presso il rifugio Balma (1.986 m), per raggiungere il giorno dopo le due cime dei Monti Rocciavrè e Robinet. Rientro a Molè attraverso un percorso ad anello passando per il Colletto della Balma. Partecipanti: min 15 max 20 – Iscrizioni: Due giovedì precedenti.  
**Organizzatori:** *Roberto Novaro (AE), Elisa D'Angelo*

**07 luglio** **Tete de l'Homme 3.202 m** – Valle Maira  
Da: Chiappera (CN) – **Difficoltà:** A. **Attrezzatura da Alpinismo.** Dislivello: 1.500 m. Gita impegnativa per dislivello e per i passaggi molto esposti durante la salita alla cima. Fatica ripagata dai magici panorami della Alta Valle Maira. Partecipanti: max 10.  
**Organizzatori:** *Roberto Novaro (AE), Ivano Gauna (AE –EEA)*

**07 luglio** **Colle e cima della Crocetta 2.828 m** – Val Grande di Lanzo  
Da: Rivotti (Groscavallo) – **Difficoltà:** EE. Dislivello: 1.361 m. Nel selvaggio e poco frequentato vallone di Vercellina sul GTA Sentiero Italia con panorama mozzafiato sul lago di Ceresole. Partecipanti: min 15 max 30.  
**Organizzatori:** *Roberta Cucchiario (AE), Elisa D'Angelo*

**14 luglio** **Traversata Punta Helbronner–Aiguille du Midi 3.842 m** – Vallée Blanche  
Da: Punta Helbronner – **Difficoltà:** A. **Attrezzatura da Ghiacciaio.** Dislivello: 800 m. Bella e facile gita di modeste difficoltà tecniche ma di grandi panorami. Partecipanti: min 10 max 20.  
**Organizzatori:** *Luciano Origlia (AE – AEI), Ivano Gauna (AE –EEA)*

**20÷21 luglio** **Punta Zumstein 4.563 m e Punta Gnifetti 4.556 m** – Monte Rosa  
Da: Staffal – Valle di Gressoney – **Difficoltà:** A. **Attrezzatura da Ghiacciaio.** Dislivello: 470 + 1.100 m. Escursione sempre molto bella, una meta diventata un must per chi voglia avventurarsi su un 4.000 m, facile ma da non sottovalutare per via della quota e del lungo sviluppo che impongono un buon allenamento fisico. Pernottamento: Rifugio Capanna Gnifetti 3647m. Partecipanti: min 10 max 10 – Iscrizioni: Tre giovedì precedenti.  
**Organizzatori:** *Fabrizio Prato, Sandro Siroto (ASE)*

**27÷28 luglio** **Punta Tersiva 3.510 m** – Cogne (VdA)  
Da: Gimilian – **Difficoltà:** EE. Dislivello: 700+1.100 m. Gita Piuttosto impegnativa, non tanto per il dislivello quanto per lo sviluppo. Splendido panorama a 360° dalla vetta. Pernottamento: Rifugio Grauson. Partecipanti: min 10 max 15 – Iscrizioni: Due giovedì precedenti.  
**Organizzatori:** *Sandro Siroto (ASE), Franca Dalla Valle*

**03÷04 agosto** **Monte Emilius 3.559 m** – Val d' Ayas  
Da: Pila – **Difficoltà:** EEA. **Attrezzatura da Ferrata.** Dislivello: 880+700 m. Da Pila si raggiunge Chamolè con vista del suo lago fino al Rif. Arbolle. Il secondo giorno raggiungiamo il Col Carrel a 2.913 m e con ferrata classificata "Difficile" (per la quota e la lunghezza), si raggiunge il Monte Emilius. Pernottamento: Rif. Arbolle. Partecipanti: min 10 max 15. Iscrizioni: giovedì 13 luglio 2024 in sede.  
**Organizzatori:** *Fabrizio Prato, Ivano Gauna (AE –EEA)*



# COMMISSIONE GITE

## CALENDARIO

1913 UGET 2024

### 05÷12 agosto **Trekking Alta via dell'Inntal & Nordkette** – Tirolo (Austria)

**Difficoltà:** EE/EEA. **Dislivello:** max 1.200 m. 7 giorni di escursioni e vie ferrate attraverso il Tirolo, paradiso per gli escursionisti. Sentiero dei pini cembri, cima del Patscherkofel, via ferrata Innsbrucker Gasser, sono alcune delle tappe che saranno toccate dal tour. Pernottamento nei rifugi dell'Alpenverein. Partecipanti: min 20 max 28 – Iscrizioni: dal 7 marzo 2024.

**Organizzatore:** *Ivano Gauna (AE –EEA)*

### 23÷25 agosto **Trekking Giro del Marguareis** 2.342 m – Alta valle Pesio e Tanaro

Da: Pian delle Gorre – **Difficoltà:** EE. **Dislivello:** 1.200+1.100+500 m. Parco naturale delle Alpi Liguri ricco di boschi secolari e unico per il suo aspetto carsico. Pernottamento: Rifugi Mondovì e Don Barbera. Partecipanti: min 10 max 20 – Iscrizioni: da fine giugno.

**Organizzatori:** *Stefano Regis, Fabrizio Prato*

### 30 agosto÷01 settembre **Trekking Da Oyace a Perrere** – Valle d'Aosta

Dalla Valpelline alla Valtourmenche lungo il sentiero Italia. Quota max. 2.788 m. **Difficoltà:** E L'itinerario, su buoni sentieri con continui sali e scendi, si snoda attraverso bei paesaggi poco frequentati. Pernottamento: Rifugi Cuney e Barmasse – Mezzo di trasporto: Bus. Partecipanti: min 15 max 20 – Iscrizioni: da fine giugno.

**Organizzatori:** *Enrico Muraro, Luciano Origlia (AE – AEI)*

### 01 settembre **Rifugio Mezzalama** 3.036 m – Val d'Ayas

Da: Saint Jacques – **Difficoltà:** E. **Dislivello:** 1.350 m. Una delle mete più classiche, note e apprezzate della Val d' Ayas, con il suo ampio panorama sui ghiacciai. Partecipanti: min 15 max 25 – Iscrizioni: Due giovedì precedenti.

**Organizzatori:** *Raffaele Russo, Fabio Damilano*

### 08 settembre **Tour des Cerces** 2.750 m – Valle Clareè–Guisane–Galibier

Da: Névache loc. Laval (parcheggio) – **Difficoltà:** E. **Dislivello:** 1.200 m. Giro spettacolare che raccorda le valli Clareè–Guisane–Galibier, con una cavalcata di 3 colli e numerosi laghi, con continui cambi di panorami. Partecipanti: min 15 max 25.

**Organizzatori:** *Guido Scarnera (AE), Fabrizio Prato*

### 15 settembre **Via Ferrata N. Ciardelli** 1.050 m – Vallone del Bourcet

Da: Roure, Val Chisone – **Difficoltà:** EEA. **Attrezzatura da Ferrata.** **Dislivello:** 200 m. Via ferrata in ambiente naturalisticamente molto particolare. Discretamente impegnativa per una certa esposizione e per il ridotto uso di strutture artificiali. Partecipanti: min 12 max 20 – Iscrizioni: Due giovedì precedenti.

**Organizzatori:** *Ivano Gauna (AE –EEA), Gianni Chiamberlando (ASE)*

### 14÷22 settembre **Trekking Karpathos** – Dodecaneso (Grecia)

**Difficoltà:** E/EE. **Dislivello:** – Un'isola che si distingue per il paesaggio e la tradizione folcloristica più ricca e vivace di tutta la Grecia. Sulle alture giacciono incastonati piccoli villaggi pittoreschi, che si arrampicano sui monti a strapiombo sulle numerose baie cristalline. Pernottamento: Hotel. Partecipanti: min 25.

**Organizzatori:** *Valeria Aglirà (ASE–ORTAM), Roberto Gagna*

# COMMISSIONE GITE

## CALENDARIO

1913 UGET 2024



### **22 settembre Bisalta ed Anello di Cresta 2.268 m – Alpi Liguri**

Da: Meschie di Pradeboni (CN) – **Difficoltà: EE.** Dislivello: 1.300 m. Escursione sulla Bisalta (o Besimauda), con vista sul Monviso, che prosegue in cresta verso il Bric Costa Rossa. Partecipanti: min 10 – max 15 max.

**Organizzatori: Fabio Damilano, Gianni Chamberlando (ASE), Enrico Muraro**

### **29 settembre Monte Ciaslaras 3.005 m – Valle Maira**

Da: Grange Ciarviera – **Difficoltà: EE.** Dislivello: 1.055 m. Bella e panoramica gita ad anello che si svolge tutta su sentieri segnalati (nella parte alta percorrono ripidi pendii detritici) e che porta alla “conquista” del 3.000 m più basso della Provincia Granda (3.005 m). Partecipanti: min 10 – max 30 max.

**Organizzatori: Luciano Origlia (AE – AEI), Fabrizio Prato**

### **06 ottobre Monte Bellino 2.942 m – Valle di Bellino**

Da: Sant’Anna di Bellino – **Difficoltà: EE.** Dislivello: 1.082 m. Il monte Bellino è una montagna delle Alpi Cozie, situata interamente in territorio italiano sullo spartiacque tra la Valle Varaita e la Valle Maira. Partecipanti: min 10 – max 30 max.

**Organizzatori: Luciano Origlia (AE – AEI), Mauro Marino**

### **13 ottobre Bocchetta Fioria per i laghi di Bellagarda 2.400 m – Valle Orco**

Da: Ceresole Reale (Ghiarai). **Difficoltà: E.** Dislivello: 900 m. Facile escursione che attraverso il bosco permette di godere dei magici colori dell’autunno. Partecipanti: min 10 max 30.

**Organizzatori: Stefano Regis, Roberta Cucchiaro (AE)**

### **20 ottobre Trekking Everest Base Camp 5.545 m – Himalaya**

Da: Kathmandu – Nepal – **Difficoltà: A. Attrezzatura da Alpinismo.** Trekking di 2 settimane al Campo Base Everest (5.364 m.) e salita al Kala Pattar (5545 m.), senza trascurare la visita di Kathmandu, villaggi ed altri punti d’interesse della regione himalayana. – Mezzo di trasporto: Aereo. Partecipanti: min 15 max 20 – In fase di definizione.

**Organizzatore: Ivano Gauna (AE – EEA)**

### **20 ottobre Monte Capiro e Bocchetta di Campello 2.172 m – Val Mastallone (VC)**

Da: Rimella (Fraz. Villa Sup.) 1.300 m – **Difficoltà: EE.** Dislivello: 1.000 m. Escursione su percorso storico che coincide con il SI di collegamento tra la Valsesia e la valle Strona, con salita a cima panoramica. Partecipanti: min 10 max 30.

**Organizzatori: Guido Scarnera (AE), Enrico Muraro**

### **27 ottobre Becca d’Aver e Cima Longhede 2.464 m – Valtournenche**

Da: Champlong/Vallone di Saint Barthelemy – **Difficoltà: E.** Dislivello: 950 m. Semplice, ma appagante escursione che dall’area attrezzata di Champlong, attraverso un bosco di larici porta alla panoramica Becca d’Aver e alla vicina cima Longhede. Ritorno dal Col des Bornes. Partecipanti: min 15 max 25.

**Organizzatori: Elisa D’Angelo, Raffaele Russo**

### **10 novembre Gita di chiusura con festa**

**Difficoltà: E** in fase di programmazione. **Organizzatori: tutti i disponibili**

### GRUPPO ESCURSIONISMO TAM

#### “Escursionismo - Trekking” (Tutela Ambiente Montano)

L'escursionismo è un'attività alla portata di tutti e camminare nella natura permette di ritrovare l'equilibrio tra il fisico e la mente, quell'armonia troppo spesso trascurata dal nostro stile di vita, troppo sedentario e tecnologico. Camminare permette di ascoltare ed osservare la complessità di ogni ambiente, dai cicli di vita di un bosco agli ampi ed emozionanti panorami dell'alta montagna. Nelle escursioni che proponiamo si cerca di sottolineare gli aspetti peculiari dei luoghi, siano essi naturalistici, quali il modellamento delle valli da parte di ghiacciai e torrenti, sia antropici quali i criteri di insediamento dei villaggi alpini, la gestione dei boschi e dei pascoli, ecc. Escursionismo è anche riscoprire la storia camminando sui percorsi storici dei Walser, dei Valdesi, sui sentieri della Resistenza. Le nostre escursioni si svolgono sempre su sentiero, non superano la **difficoltà E** e si avvalgono spesso del contributo di esperti quali storici e geologi: camminare per conoscere; primo passo per proteggere. Le modalità di iscrizione saranno di volta in volta indicate sulle locandine. I **trekking**, elencati tra le escursioni in ordine cronologico, sono evidenziati.

#### CALENDARIO 2024

##### **21 gennaio Rifugio Tre Re Magi 1768 m - Alta Val di Susa (TO)**

Con **Racchette da neve** - Partenza ed arrivo da Pian del Colle (Bardonecchia) 1445 m, rifugio Tre Re Magi 1768 m, Pian della Fonderia 1911 m.

Dislivello 470 m - Tempo complessivo ore 4,00. **Difficoltà EAI.**

*Organizzatori: Rita Ponsetto (ASE), Maria Grazia Vaudagna (ASE)*

##### **11 febbraio Madonna della Guardia 582 m - Liguria di Ponente (SV)**

Partenza ed arrivo da Alassio quota mare

Dislivello 600 m - Tempo complessivo ore 5,00. **Difficoltà E.**

*Organizzatori: Rita Ponsetto (ASE), Maria Grazia Vaudagna (ASE)*

##### **18 febbraio Parco e Museo del Volo a Somma Lombardo - Lombardia (VA)**

Visita del Museo del Volo, partenza ed arrivo escursione da Gropello

Dislivello 150 m - Tempo complessivo ore 3,00. **Difficoltà T.**

*Organizzatori: Efisia Marras, Massimo Prono*

##### **03 marzo Da Moneglia a Riva Trigoso - Liguria di Levante (GE)**

Partenza da Moneglia quota mare, arrivo a Riva Trigoso quota mare

Dislivello 500 m - Tempo complessivo ore 5,30. **Difficoltà E.**

*Organizzatori: Beppe Borione (ASE-ORTAM), Daria Fava (ASE-ORTAM)*

##### **10 marzo Il Cammino Balteo tappa 3 - Val d'Aosta**

Partenza da Lilianes 652 m, arrivo ad Donnas 322 m

Dislivello 660 m - Tempo complessivo ore 6,00. **Difficoltà E.**

*Organizzatori: Valeria Aglirà (ASE-ORTAM), Roberto Gagna*

##### **17 marzo Anello del monte Armetta 1744 m e Dubasso 1545 m - Valle Pennavaire (CN)**

Partenza ed arrivo dal Colle di Caprauna 1382 m

Dislivello 800 m - Tempo complessivo ore 6,00. **Difficoltà E.**

*Organizzatori: Rita Ponsetto (ASE), Maria Grazia Vaudagna (ASE)*

##### **24 marzo La via romana Julia Augusta - Liguria (SV)**

Partenza ed arrivo da Finalborgo 50 m, chiesa di San Martino 269 m, Verezzi quota mare

Dislivello 300 m - Tempo complessivo ore 4,00. **Difficoltà E.**

*Organizzatori: Massimo Prono, Marco Tencaioli*

- 07 aprile Rocche del Roero, i sentieri del Castagno e Del Lupo - Canale (CN)**  
Partenza ed arrivo da Canale 210 m.  
Dislivello 250 m - Tempo complessivo ore 6,00. **Difficoltà E.**  
*Organizzatori: Fabio Di Gioia, Beppe Gavazza (ORTAM)*
- 14 aprile Anello di Castagnole - Val di Viù (TO)**  
Partenza ed arrivo da Pian Castagna 550 m.  
Dislivello in salita 350 m - Tempo complessivo ore 4,00. **Difficoltà E.**  
*Organizzatori: Michela Giannetta (ASE), Ezio Sesia*
- 20 - 27 aprile Trekking nella Sardegna Centro Occidentale- Sardegna**  
La costa e l'entroterra di Oristano. 8 giorni, viaggio in aereo e spostamenti in loco in autobus, pernottamenti in hotel. **Difficoltà E.** In collaborazione con accompagnatore escursionistico locale. Iscrizioni da giovedì 11 gennaio partecipanti max. 25.  
*Organizzatori: Efisia Marras, Mario Placenza (ASE)*
- 21 aprile Anello della torbiera di Avigliana e il Muncun-i"- Val di Susa (TO)**  
Partenza e arrivo: Lago Piccolo di Avigliana fraz. Sada 360 m, Muncun-i 641 m.  
Dislivello: 300 m. Tempo complessivo ore 6,00. **Difficoltà E.**  
*Organizzatori: Lodovico Marchisio (AE), Giampiero Salomone (AE), Matteo Zanfabro*
- 05 maggio Parco Naturale Gran Bosco di Salbertrand**  
Partenza ed arrivo da Salbertrand 994 m, rifugio Arlaud 1770 m.  
Dislivello 800 m - Tempo complessivo ore 5,00. **Difficoltà E.**  
*Organizzatori: Beppe Gavazza (ORTAM), Lilina Magliola*
- 19 maggio Parco della Dora, verso le sorgenti - Val Susa (TO)**  
Partenza e arrivo: Stazione ferroviaria Bardonecchia 1280 m, Pian del Colle 1450 m  
Dislivello: 300 m. Tempo complessivo ore 6,00. **Difficoltà: E.**  
*Organizzatori: Lodovico Marchisio (AE), Giampiero Salomone (AE), Matteo Zanfabro*
- 19 - 26 maggio Trekking all'isola d'Elba, costa orientale - Toscana**  
8 giorni, viaggio e spostamenti in loco in autobus, pernottamenti in hotel. **Difficoltà E.**  
In collaborazione con accompagnatore escursionistico locale.  
Iscrizioni da giovedì 11 gennaio.  
*Organizzatore : Michela Giannetta (ASE)*
- 26 maggio La fioritura dei rododendri dell'Oasi Zegna ed il giro del Bonom - (BI)**  
Partenza ed arrivo da Bocchetta Sessera 1373 m.  
Dislivello 600 m - Tempo complessivo ore 4,00. **Difficoltà E.**  
*Organizzatori: Irene Mangino, Massimo Prono*
- 01 giugno (Sabato) Celle Macra e Fiera degli acciugai di Dronero - Valle Maira (CN)**  
Partenza da Macra 875 m, Celle Macra 1270 m, arrivo a Castellaro 1500 m.  
Dislivello 625 m - Tempo complessivo ore 5,00. **Difficoltà E.**  
*Organizzatori: Massimo Prono, Giampiero Salomone (AE)*
- 09 giugno Giornata CAI "Cammina nei Parchi" rifugio Massero 2082 m Valsesia (VC)**  
Partenza ed arrivo da Carcoforo 1304 m, rifugio Massero 2082 m.  
Dislivello 800 m - Tempo complessivo ore 5,30. **Difficoltà E.**  
*Organizzatori: Beppe Borione (ASE-ORTAM), Daria Fava (ASE-ORTAM)*

- 16 giugno**      **Colle del Cotelivier 2.104 m - Alta Val di Susa (TO)**  
Viaggio in treno, partenza escursione da Beaulard 1.175 m, Cotelivier 2.104 m, Vazon 1.650 m, arrivo ad Oulx stazione ferroviaria 1.100 m.  
Dislivello 930 m -Tempo complessivo ore 7,00. **Difficoltà E.**  
*Organizzatori: Efisia Marras, Massimo Prono*
- 23 giugno**      **Testa di Peitagù 1.816 m. - Valle Stura (CN)**  
Partenza e arrivo: Aisone 834 m, Testa di Peitagù 1.816 m.  
Dislivello: 980 m. Tempo complessivo ore 6,00. **Difficoltà: E.**  
*Organizzatori; Giampiero Salomone (AE), Matteo Zanfabro*
- 23 - 29 giugno**      **Trekking tra le Tofane ed il Col di Lana - Veneto ed Alto Adige**  
7 giorni, viaggio e spostamenti in loco in autobus, pernottamenti in hotel. **Difficoltà E.**  
Iscrizioni da giovedì 11 gennaio 2024, partecipanti max. 30.  
*Organizzatori: Massimo Prono, Marco Tencaioli*
- 30 giugno**      **Parco Naturale del Monte Avic, rifugio Barbustel 2200 m- Val d'Aosta**  
Partenza ed arrivo da Veulla 1298 m.  
Dislivello 910 m -Tempo complessivo ore 6,00. **Difficoltà E.**  
*Organizzatori: Rita Ponsetto (ASE), Maria Grazia Vaudagna (ASE)*
- 06 - 7 luglio**      **Fine settimana a Elva 1637 m - Val Maira (CN)**  
"a Spass per lou Viol" da Elva-Serre 1637 m, giro delle borgate  
Partenza e arrivo da Elva, viaggio in treno fino a Cuneo e Sherpa Bus in valle.  
Dislivello 800 + 900 m -Tempo complessivo ore 6,00 + 6,30. **Difficoltà E.**  
*Organizzatori; Giampiero Salomone (AE), Matteo Zanfabro*
- 14 luglio**      **Colle delle Coupe 2345 m 2345 m- Alta Val di Susa (TO)**  
Partenza e arrivo escursione da Alpe le Druge 1540 m, viaggio in automobile.  
Dislivello 750 m -Tempo complessivo ore 6,00. **Difficoltà E.**  
*Organizzatori: Michela Giannetta (ASE), Vittorio Zeppa (ASE)*
- 21 luglio**      **Pointe de Lanserlia 2909 m - Parco Nazionale della Vanoise (F)**  
Partenza e arrivo da Bellecombe 2307 m.  
Dislivello 650 m -Tempo complessivo ore 5,00. **Difficoltà E.**  
*Organizzatori: Beppe Borione (ASE-ORTAM), Daria Fava (ASE-ORTAM)*
- 28 luglio**      **Punta Mirauda 2.157 m.- Val Vermenagna - Valle Pesio (CN)**  
Partenza da Limone Piemonte 1.009 m, Punta Mirauda 2.157 m, arrivo a Certosa di Pesio 859 m.  
Dislivello: 1.150 m. Tempo complessivo: ore 6.30. **Difficoltà: E.**  
*Organizzatori; Giampiero Salomone (AE), Matteo Zanfabro*
- 04 agosto**      **Monte Soubeyran 2701 m e Lac de la Reculaye 2503 m -Ubaye (F) e Val Maira (CN)**  
Partenza ed arrivo dal Colle della Maddalena 1997 m.  
Dislivello 800 m -Tempo complessivo ore 6,00. **Difficoltà E.**  
*Organizzatori: Rita Ponsetto (ASE), Maria Grazia Vaudagna (ASE)*
- 25 - 31 agosto**      **Trekking in Val Venosta - Alto Adige**  
7 giorni, viaggio e spostamenti in loco in autobus, pernottamenti in hotel. **Difficoltà E.**  
In collaborazione con accompagnatore escursionistico locale.  
Iscrizioni da giovedì 11 gennaio.  
*Organizzatore : Michela Giannetta (ASE)*

### **08 settembre Anello per colli e laghi da Claviere 1770 m - Alta Val di Susa (TO)**

Partenza ed arrivo da Claviere 1770 m, Grange la Coche 1930, lago Rascià 2100 m, col Bercia 2293 m, laghi Clot Foiron 2134 m, lago Nero 2000 m, Col Saurel 2388, lago dei Sette Colori 2329 m.

Dislivello 650 m - Tempo complessivo ore 5,00. **Difficoltà E.**

**Organizzatori :** *Gian Luigi Castelli, Michela Giannetta (ASE)*

### **15 settembre Lago Blu 1980 m e Lago Goillet 2516 m - Valtouranche (AO)**

Partenza ed arrivo da Breuil-Cervinia 2050 m.

Dislivello 620 m - Tempo complessivo ore 5,00. **Difficoltà E.**

**Organizzatori:** *Massimo Prono, Marco Tencaioli*

### **21-28 settembre Trekking in Salento - Puglia**

8 giorni, viaggio in treno, spostamenti in loco in autobus, pernottamenti in hotel. **Difficoltà E.**  
In collaborazione con accompagnatore escursionistico locale.

Iscrizioni da giovedì 15 febbraio, partecipanti max. 30.

**Organizzatori** *Mario Placenza (ASE), Massimo Prono*

### **22 settembre Anello laghi di Bellagarda 2253 m- Valle Orco (TO)**

Partenza ed arrivo da Ceresole Reale, borgata Lilla 1480 m.

Dislivello 780 m - Tempo complessivo ore 5,00. **Difficoltà E.**

**Organizzatori:** *Beppe Borione (ASE-ORTAM), Daria Fava (ASE-ORTAM)*

### **29 settembre Geologia in Valle Stretta, Les Bances 2296 m - Alta Val di Susa (TO)**

Partenza ed arrivo da Grange 1765 m.

Dislivello 540 m - Tempo complessivo ore 5,00. **Difficoltà E.**

**Organizzatori:** *Fabio Di Gioia (ONC), Beppe Gavazza (ORTAM)*

### **06 ottobre Lago del Mucrone 1894 m - Valle di Oropa (BI)**

Partenza e arrivo dal Santuario di Oropa 1159 m.

Dislivello 740 m - Tempo complessivo ore 4,30. **Difficoltà E.**

**Organizzatori:** *Beppe Gavazza (ORTAM), Efisia Marras*

### **13 ottobre Monte Saben 1.670 m. da Valdieri 1.670 m. - Valle Gesso (CN)**

Partenza e arrivo: Valdieri 745 m, Monte Saben 1.670 m.

Dislivello: 925 m. Tempo complessivo ore 6,00. **Difficoltà: E.**

**Organizzatori;** *Giampiero Salomone (AE), Matteo Zanfabro*

### **20 ottobre “La strada dei Principi” - Val di Susa (TO)**

Partenza ed arrivo da frazione Bertassi di Avigliana 350 m.

Dislivello 300 m - Tempo complessivo ore 4,00. **Difficoltà E.**

**Organizzatori:** *Irene Mangino, Marco Tencaioli*

### **27 ottobre Escursione ad anello al Sacro Monte di Belmonte - Piemonte (TO)**

Partenza e arrivo a Valperga 377 m, Santuario di Belmonte 735 m, spostamento a Buasca 450 m. A seguire merenda sinoira.

Dislivello 360 m - Tempo complessivo ore 4,00. **Difficoltà E.**

**Organizzatori:** *Efisia Marras, Massimo Prono*

### **10 novembre Gita di chiusura con festa**

**Difficoltà: E** in fase di programmazione. **Organizzatori:** *tutti i disponibili*



# SCUOLA DI ALPINISMO E ARRAMPICATA "ALBERTO GROSSO"

1913 UGET 2024

Più di trent'anni fa nasceva, all'interno del CAI UGET, la scuola di alpinismo "Alberto Grosso", naturale evoluzione dei corsi di alpinismo e arrampicata svolti, fin dal lontano 1984, dall'allora Gruppo Giovanile. La scuola è sorta con l'obiettivo di formare individui rispettosi dell'ambiente montano e di fornire le nozioni e le tecniche necessarie ad affrontare in autonomia e sicurezza le attività alpinistiche.

Con il trascorrere degli anni, l'evoluzione e l'aggiornamento della scuola sono stati costanti: nel 1989 viene attivato il corso di cascate di ghiaccio, tra i primi a sorgere in Piemonte; nel 2000 viene inaugurato il primo corso di arrampicata libera e nel 2012 prende forma il progetto "gioco arrampicata" rivolto ai giovanissimi soci, in collaborazione con la **Commissione Alpinismo Giovanile**.

Recentemente il crescente interesse del pubblico verso l'arrampicata ha portato ad inserire, in ogni corso, elementi didattici specifici di questa disciplina e, nel 2016, la scuola ha assunto la denominazione di "**Scuola di alpinismo e arrampicata Alberto Grosso**".

Inoltre, per meglio ottimizzare l'apprendimento delle varie tecniche, da alcuni anni, il percorso didattico proposto dalla scuola prende avvio con il corso di arrampicata libera, seguito da quello di cascate, a cui succede quello di tecnica di roccia, per concludersi con quello di alpinismo.

La scuola è composta da un organico di più di trenta istruttori, nazionali, regionali e sezionali, sia di alpinismo, sia di arrampicata libera che, con passione ed entusiasmo, propongono la frequentazione della montagna in molteplici suoi aspetti. I corsi sono aperti agli allievi di tutti i livelli; è richiesto un certificato medico di idoneità all'attività sportiva e l'età minima per partecipare è di 16 anni; per i minorenni sono previste agevolazioni economiche.

Gli allievi che frequentano il percorso didattico con continuità, dimostrano buone capacità tecniche e attitudine all'insegnamento possono entrare a far parte dell'organico della scuola, dapprima come aspiranti istruttori e successivamente, se ritenuti idonei, come istruttori.



via Bonatti sul grand Capucin



## **CORSO DI GINNASTICA PRESCIISTICA E PREALPINISTICA**

**(09 ottobre 2023 – 23 maggio 2024)**

Il corso ha la funzione di favorire il mantenimento della forma fisica durante il periodo meno favorevole alla pratica dell'attività outdoor ed è rivolto a tutti i soci CAI. Si svolge online il lunedì e il giovedì dalle 19,30 alle 20,30 con la collaborazione di un'insegnante Suism.

Le iscrizioni si effettuano via e-mail all'indirizzo [corsoginnastica@caiugetalp.com](mailto:corsoginnastica@caiugetalp.com); la frequenza può essere di una o due lezioni settimanali. Particolari condizioni economiche sono riservate agli allievi che frequentano altri corsi della scuola, alle coppie e agli under 40.

## **36° CORSO DI CASCATE DI GHIACCIO**

**(gennaio – febbraio 2024)**

**Presentazione giovedì 11 gennaio ore 21 in sede**

Apertura iscrizioni lunedì 9 gennaio 2023 via e-mail: [corsocascate@caiugetalp.com](mailto:corsocascate@caiugetalp.com)

Il corso prevede l'apprendimento della tecnica di "piolet-traction" e le manovre di progressione e assicurazione su cascate di ghiaccio con difficoltà non superiori al IV grado. E' necessario che i partecipanti abbiano confidenza con le comuni manovre di cordata: assicurazione del capocordata, autoassicurazione e discesa in corda doppia. Si svolge su tre uscite di due giorni nelle montagne piemontesi e valdostane e sono anche previste lezioni teoriche di glaciologia, neve e valanghe e tecnica di ghiaccio.

## **38° CORSO DI TECNICA DI ROCCIA**

**(febbraio – aprile 2024)**

**Presentazione giovedì 22 febbraio ore 21 in sede**

Apertura iscrizioni lunedì 12 febbraio 2024 via e-mail: [corsoroccia@caiugetalp.com](mailto:corsoroccia@caiugetalp.com).

Il corso ha lo scopo di iniziare all'arrampicata su roccia, approfondendo oltre alla tecnica, tutte le manovre e l'uso dei materiali. Si suddividerà in due parti e si svolgerà in Piemonte, Liguria e Valle d'Aosta, sia in falesie con monotiri, sia su vie lunghe ed è propedeutico al corso di alpinismo. Al termine della prima parte, in cui si apprendono le nozioni base, sarà effettuata una selezione dei partecipanti in base alla loro attitudine ed al numero di posti disponibili.

## **37° CORSO DI ALPINISMO**

**(maggio – giugno 2024)**

**Presentazione giovedì 09 maggio ore 21 in sede**

Apertura iscrizioni mercoledì 30 aprile 2024 via e-mail: [corsoalpinismo@caiugetalp.com](mailto:corsoalpinismo@caiugetalp.com).

Il corso è riservato a coloro che hanno frequentato i corsi precedenti e vogliono mettere in pratica, su terreni di media e alta montagna, le conoscenze e le tecniche acquisite. Parimenti è aperto anche a chi, già frequentando la montagna, voglia approfondire le tecniche di progressione e assicurazione per affrontare in sicurezza salite su roccia e ghiaccio. Sono previste lezioni teoriche in sede e lezioni pratiche per apprendere le manovre di autosoccorso; durante il corso, in presenza di condizioni idonee, si effettueranno arrampicate su roccia in quota e salite di cime.



# SCUOLA DI ALPINISMO E ARRAMPICATA "ALBERTO GROSSO"

1913 UGET 2024

## 25° CORSO DI ARRAMPICATA LIBERA (settembre – novembre 2024)

Maggiori informazioni riguardanti le date di questo corso saranno disponibili sul “Volantino Scuola A.Grosso” pubblicato a fine giugno 2024. Iscrizioni via e-mail: [corsoarrampicata@caiugetalp.com](mailto:corsoarrampicata@caiugetalp.com).

Il corso si rivolge ai soci CAI che desiderano apprendere le tecniche per arrampicare in sicurezza da primi di cordata, migliorando il proprio livello; possono iscriversi sia coloro che desiderano imparare a scalare da primi di cordata (percorso BASE), sia coloro che vogliono migliorare il proprio livello (percorso AVANZATO). Entrambi i percorsi prevedono lo svolgimento di lezioni teoriche in sede, lezioni pratiche presso palestre indoor e uscite in falesie in Piemonte, Valle d’Aosta e Liguria.



"Noasca Tower"



"L'altro volto del pianeta" valle Argentera

Come sempre per la partecipazione alle gite raccomandiamo la lettura delle Norme Regolamentari che si trovano sul sito nella sezione “Partecipare”. Ricordiamo che gli organizzatori accetteranno l’iscrizione alle gite, in particolare per quelle un po’ più impegnative della seconda parte della stagione, in funzione della frequentazione dell’attività del gruppo e della preparazione fisica e tecnica dei partecipanti. Le informazioni organizzative e le descrizioni tecniche di dettaglio saranno regolarmente trasmesse dalla nostra segreteria agli iscritti alla gsa-list e pubblicate sul sito: [www.caiuget.it/gsa](http://www.caiuget.it/gsa).



## PROGRAMMA USCITE GSA

### Stagione 2023 2024

17 dicembre 2023                    **Alla ricerca della prima neve**  
*Organizzatori: Guido Borio, Alberto Torazzo, Stefano Oldino*

30 dicembre 2023                    **Gita di fine anno in Val di Susa**  
*Organizzatori: Marco Centin, Claudio Aceto, Silvia Previale*

21 gennaio 2024                    **Zerbion 2720 m**  
Difficoltà: BS; D+ 1123 m.  
*Organizzatori: Oldino Stefano, Alberto Torazzo, Tea Geraci*

11 febbraio 2024                    **Ciarm del Prete 2390 m**  
Difficoltà: MS; D+ 1220 m "*Gita Quote Rosa*".  
*Organizzatori: Silvia Previale, Tea Geraci, Cecilia Torelli*

03 marzo 2024                      **Rocca d'Orel 2440 m**  
Difficoltà: BSA; D+ 1061 m.  
*Organizzatori: Roberto Fullone, Marco Centin, Enrico Leinardi*

24 marzo 2024                      **Rocce del Losas 2837 m**  
Difficoltà: BS; D+ 1240 m.  
*Organizzatori: Marcello Di Leo, Giovanni Buffa, Cecilia Torelli*

14 aprile 2024                      **Testa di Serena 2830 m**  
Difficoltà: BSA; D+ 1180 m, dal canale delle Serene.  
*Organizzatori: Stefano Oldino, Alberto Torazzo, Carlo Frigo*

25 – 28 aprile 2024                **RAID**

05 maggio 2024                      **Gita 4000 m sul Monte Rosa**  
*Organizzatori: Marcello Di Leo, Stefano Oldino, Renato Poro Marchetti*

26 maggio 2024                      **Ponde de Ronce 3612 m**  
Difficoltà: OSA; D+ 1512 m.  
*Organizzatori: Claudio Aceto, Marco Centin, Sergio Marchioni*



## I CORSI DI SCIALPINISMO

### CORSO BASE SA1

Il corso è rivolto a chi, già in possesso di una discreta capacità sciistica, intende avvicinarsi alla pratica dello scialpinismo ma anche a chi, avendo già una minima esperienza scialpinistica, vorrebbe acquisire le nozioni alla base di una corretta e sicura attività scialpinistica.

Il corso prevede gite in ambiente medio-facile, di dislivello progressivamente crescente. Particolare attenzione sarà dedicata alle tematiche relative alla montagna invernale e alla prevenzione del pericolo valanghe: cartografia e orientamento, neve e valanghe e autosoccorso con ARTVA, sonda e pala.

**POSTI DISPONIBILI: 35**

### CORSO AVANZATO SA2

Il corso è rivolto a chi intende perfezionare la propria tecnica scialpinistica, avendo già frequentato il corso base.

Il corso prevede uscite di maggiore impegno del precedente anche in alta montagna e su ghiacciaio, con l'intento di illustrare quelle tematiche necessarie a completare la formazione scialpinistica del partecipante.

Il corso avanzato fornisce nozioni più specifiche in materia di: tecnica di discesa, valutazione dei rischi nel corso della gita, norme comportamentali di sicurezza nelle uscite, lettura dei bollettini meteo e dei bollettini valanghe.

**POSTI DISPONIBILI: 15**

### ISCRIZIONE AI CORSI

È necessaria la PREISCRIZIONE on line sul sito della Scuola [www.caiuget.it/ssa](http://www.caiuget.it/ssa)  
Effettuabile a partire dal **30 novembre 2023**

### PRESENTAZIONE DEI CORSI

**29 novembre 2023 – ore 21**, in sede: serata con proiezione

### PERFEZIONAMENTO ISCRIZIONE AI CORSI

**06 dicembre 2023 – ore 21**, in sede

### INCONTRI DIDATTICI

In sede alle ore 21 o durante le uscite, nelle date qui di seguito indicate

#### Corso base SA1:

**giovedì 14 dicembre** sede Equipaggiamento, attrezzatura invernale e manutenzione

**mercoledì 10 gennaio** sede Autosoccorso in valanga: formazione di base



# SCUOLA SCI ALPINISMO

1913 UGET 2024

<b>mercoledì 17 gennaio</b>	<b>sede</b>	Neve e Valanghe
<b>mercoledì 31 gennaio</b>	<b>sede</b>	Elementi di cartografia e orientamento, accenni sul GPS
<b>mercoledì 14 febbraio</b>	<b>sede</b>	Preparazione fisica ed alimentazione in montagna
<b>mercoledì 28 febbraio</b>	<b>sede</b>	Elementi di meteorologia
<b>mercoledì 13 marzo</b>	<b>sede</b>	Scelta e condotta della gita
<b>sabato 16 marzo</b>	<b>uscita</b>	Autosoccorso in valanga: simulazione in ambiente
<b>Corso avanzato SA2:</b>		
<b>mercoledì 27 marzo</b>	<b>sede</b>	Autosoccorso in valanga: formazione evoluta/avanzata
<b>mercoledì 03 aprile</b>	<b>sede</b>	Uso del GPS e Applicazioni Smartphone nella pratica scialpinistica
<b>mercoledì 10 aprile</b>	<b>sede</b>	Chiamata del soccorso organizzato, primo soccorso e medicina di emergenza
<b>sabato 13 aprile</b>	<b>uscita</b>	Approfondimento sul manto nevoso, stratigrafia in ambiente
<b>giovedì 25 aprile</b>	<b>uscita</b>	Tecnica di progressione su ghiacciaio, materiali, nodi e legature
<b>venerdì 26 aprile</b>	<b>uscita</b>	Scelta e condotta della gita, livello intermedio/avanzato
<b>sabato 27 aprile</b>	<b>uscita</b>	Autosoccorso su ghiacciaio, manovre di recupero da crepaccio
<b>domenica 28 aprile</b>	<b>uscita</b>	Approfondimento di meteorologia

## ESERCITAZIONI PRATICHE

<b>CORSO BASE SAI</b>		<b>CORSO AVANZATO SA2</b>	
14 gennaio	1a uscita	07-aprile	1a uscita
21 gennaio	2a uscita	13-14 aprile	2a e 3a uscita, 2 giorni
04 febbraio	3a uscita	25-26-27-28 aprile	4a, 5a, 6a e 7a uscita, 4 giorni
18 febbraio	4a uscita	05-maggio	8a uscita
03 marzo	5a uscita	01-04 maggio	eventuale recupero
16-17 marzo	6a e 7a uscita (2 giorni)		

Nel corso dell'uscita del 14 gennaio verrà effettuata una **valutazione** delle capacità sciistiche dei nuovi allievi.

La partecipazione alle uscite pratiche deve essere confermata, in sede, al termine della lezione teorica, il mercoledì precedente l'uscita.

Le gite saranno scelte in base alle condizioni meteorologiche e allo stato di innevamento.

## ISCRIZIONI

È necessaria la preiscrizione sul sito [www.caiuget.it/ssa](http://www.caiuget.it/ssa) con compilazione della domanda di ammissione. All'accettazione della domanda il candidato riceverà una mail con le indicazioni per il pagamento della quota di partecipazione che potrà essere effettuato tramite assegno o bonifico bancario.

Le iscrizioni si perfezionano presso la sede del **CAI UGET TORINO** in Corso Francia n. 192 mercoledì **06 dicembre 2023** alle ore 21, consegnando:

- domanda di ammissione firmata in originale;
- evidenza del pagamento della quota di partecipazione;
- 1 fototessera;
- certificato medico di idoneità alla pratica di attività sportive non agonistiche

ed esibendo la tessera dal CAI in regola con l'iscrizione per l'**anno 2024**.

L'iscrizione ai corsi della Scuola di scialpinismo del CAI UGET è riservata ai Soci CAI che abbiano compiuto il 18esimo anno di età alla data del 06 dicembre 2023.

Agli iscritti del Corso base SA1 verrà consegnato, incluso nella quota, il manuale di tecnica scialpinistica del Club Alpino Italiano.

La quota non comprende le spese di trasporto, vitto, pernottamenti e mezzi di risalita.

## EQUIPAGGIAMENTO

Sono necessari: sci con attacchi specifici per lo scialpinismo, pelli di foca autoadesive, scarponi da scialpinismo, ARTVA, pala e sonda. Per le gite primaverili si aggiungono piccozza, ramponi e imbragatura. Approfondimenti e consigli per l'acquisto di materiali e attrezzatura verranno forniti in occasione della lezione teorica del 14 dicembre 2023.

Direttore della Scuola	Sara Berta	INSA
Direttore SA1	Giuseppe Geninatti Cossatin	INSA
Direttore SA2	Alberto Cucatto	ISA

Cari Soci, una nuova stagione invernale è ormai alle porte e siamo finalmente pronti a ripartire dopo il lungo periodo di arresto. Siamo lieti di presentarvi il programma dei Corsi di Sci e degli eventi. Se hai dai 6 ai 150 anni, vuoi divertirti e fare movimento nella neve ... **Non aspettare! Vieni con a sciare con noi.**

### **CORSO DI SCI E SNOW BOARD**

Vuoi imparare a sciare o perfezionare la tecnica? Vuoi provare la sensazione indescrivibile di muoverti tra le montagne in ambienti spettacolari nel bianco della neve? Siamo qui ad aspettarvi numerosi al **Corso di sci del CAI UGET** organizzato in collaborazione con la scuola Nazionale di Sci del Sestriere. La soddisfazione ed il piacere nel riuscire a scendere su di una pista nera senza particolari difficoltà è veramente una cosa da provare. Vi aspettiamo numerosi!!!

E per chi vuole nuove esperienze? Il **Freeride** è ormai il nuovo modo di vivere la montagna e lo sci a 360 gradi. Freeride non significa solamente sciare in neve fresca e polverosa in condizioni ottimali ma significa anche adattare la nostra tecnica ed i nostri schemi motori al di fuori delle piste battute. Per questo il nostro gruppo organizza un corso per chi ha voglia di cambiare la routine della pista e vuole provare nuove emozioni. Naturalmente per poter fare tutto questo bisogna avere una buona conoscenza delle basi sciistiche.

**Quando: 21-28 Gennaio, 04-18-25 Febbraio, 03-Marzo 2024**

**Dove: Sestriere**

**Orario: le lezioni si svolgono dalle 13:00 alle 16:00.** Nelle restanti ore della giornata l'organizzazione è a disposizione per sciare in compagnia e scaldarsi in preparazione del corso.

**Trasporto:** è previsto un servizio pullman con partenza ore 7:00 da Torino a Sestriere nelle giornate di corso.

### **PULLMAN DELLA NEVE**

Nelle domeniche non coperte da corsi cosa si fa si sta a casa a dormire? Ovviamente no, si va a sciare insieme per mettere in pratica quello che ci hanno insegnato i maestri per finire la giornata in allegria bevendo e mangiando insieme in pullman. Il programma delle gite e le località verranno decise nel corso della stagione tra le maggiori stazioni sciistiche di Piemonte, Valle d'Aosta e Francia in base alle condizioni dell' innevamento.

**Tenete d'occhio il nostro sito <http://www.caiuget.it/sci/> e la nostra pagina **Facebook Caiugetskiteam** per essere sempre aggiornati sui nostri programmi o veniteci a trovare nella nostra sede di Corso Francia 192, all'interno del Parco della Tesoriera.**

### **RESPONSABILI**

*Stefano Di Carlo, Giovanna Bersano e Chiara Tenderini*



**IL GRUPPO DI SCI DI FONDO E LA SCUOLA DI SCI ESCURSIONISMO "NEVELIBRE"  
PROPONGONO:**

- Corsi di Sci di fondo
- Corsi di Sci escursionismo
- Gite Sociali

**PRESENTAZIONE CORSI**  
**MERCOLEDÌ 13 Dicembre 2023**  
Ore 21 - in sede

**CORSO SCI DI FONDO (48° ANNO)**  
**Gennaio – Marzo 2024**

Il corso è rivolto a chi si vuole avvicinare alla pratica dello sci di fondo oppure vuole migliorare la propria tecnica sciistica. Gli allievi, a seconda delle capacità tecnico-sciistiche, vengono suddivisi in classi:

- PRINCIPIANTI (minimo 5 iscritti)
- PERFEZIONAMENTO tecnica classica (minimo 5 iscritti)
- PASSO PATTINATO (minimo 5 iscritti)
- **CORSO PER RAGAZZI/E da 6 a 12 anni** (minimo 5 iscritti)

**N.B.: richiesto l'accompagnamento di un adulto esercente la patria potestà.**  
2 ore a lezione con maestri FISU nelle seguenti domeniche:

**14 gennaio – 21 gennaio – 04 febbraio – 11 febbraio – 25 febbraio**

La direzione del Corso si riserva di variare a suo insindacabile giudizio il programma e le località delle uscite in funzione delle condizioni nivo-meteorologiche, di viabilità e di fruizione delle piste.

**ATTIVITÀ EXTRA CORSO:**  
**BUS NEVE Extra corso - 03 marzo**  
**WE NEVE (Chiavenna) – 15-16-17 marzo**  
**CENA SOCIALE – 22 marzo**

Per tutte le uscite (Corso ed Extra-Corso) sarà organizzato un Bus della Neve (previo il raggiungimento di un numero minimo di 30 iscritti) ai cui possono aggregarsi tutti gli appassionati di sci di fondo interessati.

**SCI FONDO RACES**

All'interno del Gruppo di Sci di Fondo, alcuni appassionati partecipano a competizioni di sci nordico sia in Italia che all'estero. La partecipazione è aperta a tutti coloro che vogliono cimentarsi con queste competizioni.

Chi fosse interessato può contattare il responsabile della sezione agonistica:

**AMERIO Andrea**

- Cellulare: 3771568953
- E-mail: [andr.am60@gmail.com](mailto:andr.am60@gmail.com)

## CORSO SCI ESCURSIONISMO DI BASE (SFE2) - INVERNALE

Gennaio – Febbraio 2024

Il corso di Sci Escursionismo di base è un corso rivolto a sciatori in possesso di una sufficiente/discreta tecnica sciistica sia di fondo che di discesa e prevede l'insegnamento, attraverso lezioni teoriche ed uscite sul terreno, di alcune nozioni fondamentali per poter svolgere con ragionevole sicurezza su facili itinerari l'attività Sci Escursionistica, permettendo un approccio 'plaisir' al di fuori delle piste battute.

L'attrezzatura utilizzata sarà quella di Sci Escursionismo.

L'attività prevede sia lezioni teoriche che uscite pratiche tenute da istruttori CAI.

USCITE PRATICHE:

**14 gennaio – 21 gennaio – 04 febbraio – 18 febbraio – 24-25 febbraio**

LEZIONI TEORICHE (in sede):

**16 gennaio - 23 gennaio – 30 gennaio – 13 febbraio – 20 febbraio**

**NOVITA'2024!!**

## CORSO BREVE SCI ESCURSIONISMO DI BASE (SFE2) - PRIMAVERILE

Aprile - Giugno 2024

Al termine del corso SFE2 invernale seguirà il corso SFE2 primaverile, che continuerà fino al termine della stagione. Il corso SFE2 primaverile è riservato agli allievi che avranno frequentato il corso SFE2 invernale con profitto, ma che necessitano di ulteriore pratica prima di poter partecipare al corso di sci escursionismo avanzato (SE2).

Le lezioni teoriche mirano a completare la formazione fornita durante il corso invernale mentre nelle uscite pratiche si affronteranno terreni un po' più impegnativi rispetto a quelli del corso invernale, sfruttando le caratteristiche della neve primaverile.

L'attrezzatura utilizzata sarà quella di Sci Escursionismo.

L'attività prevede sia lezioni teoriche che uscite pratiche tenute da istruttori CAI.

USCITE PRATICHE:

**21 aprile – 05 maggio – 26 maggio – 09 giugno**

LEZIONI TEORICHE (in sede):

**16 aprile – 21 maggio**

**NOTE:**

- **Le località prescelte per lo svolgimento dell'attività verranno raggiunte con mezzi propri.**
- **I direttori dei corsi si riservano di variare programma e/o le località delle uscite in funzione delle condizioni nivo-meteorologiche e di viabilità.**



Sciescursionismo

## **CORSO DI SCI ESCURSIONISMO AVANZATO (SE2)**

**Gennaio -Febbraio 2024**

Il corso di Sci Escursionismo avanzato è un corso rivolto a sciatori in possesso di una discreta/buona tecnica di discesa e prevede l'insegnamento, attraverso lezioni teoriche ed uscite sul terreno, di alcune nozioni fondamentali per poter svolgere con ragionevole sicurezza l'attività Sci Escursionistica su itinerari medio/facili.

La tecnica di discesa utilizzata è quella del tallone libero o Telemark.

L'attrezzatura utilizzata sarà quella da Telemark.

L'attività prevede sia lezioni teoriche che uscite pratiche tenute da istruttori CAI.

L'attività didattica in pista sarà svolta da maestri FISDI di Telemark ed Istruttori CAI.

**USCITE PRATICHE:**

**20 gennaio – 27 gennaio – 03 febbraio – 17-18 febbraio**

**LEZIONI TEORICHE (in sede):**

**16 gennaio - 23 gennaio – 30 gennaio – 13 febbraio – 20 febbraio**

**NOTE:**

- **Le località prescelte per lo svolgimento dell'attività verranno raggiunte con mezzi propri.**
- **I direttori dei corsi si riservano di variare programma e/o le località delle uscite in funzione delle condizioni nivo-meteorologiche e di viabilità.**

## **ATTIVITA' SOCIALI EXTRA-CORSI**

**Marzo - Giugno 2024**

**CENA SOCIALE – 22 marzo**

Al termine del corso sono altresì previste delle gite sociali, aperte sia agli allievi che hanno appena terminato i corsi di Sci Escursionismo, sia ad ex-allievi o soci CAI che abbiano voglia di partecipare a queste iniziative.

L'attrezzatura richiesta può essere da Sci Escursionismo, da Telemark e da Sci Alpinismo.

**GITE SOCIALI IN AMBIENTE INNEVATO:**

**21 aprile – 05 maggio – 26 maggio – 09 giugno**

**WE DI TOPOGRAFIA ED ORIENTAMENTO:**

**05-06 ottobre – località da definire**

Le località prescelte per lo svolgimento dell'attività verranno raggiunte con mezzi propri.

**NB: Gli organizzatori si riservano di variare programma e/o le località delle uscite in funzione delle condizioni nivo-meteorologiche e di viabilità.**

## **CONTATTI & INFORMAZIONI**

Tutte le informazioni relative alle attività sociali verranno comunicate tramite la newsletter della scuola e pubblicate sul sito: [www.caiuget.it/sfe](http://www.caiuget.it/sfe).

Per ulteriori informazioni rivolgersi ai responsabili del gruppo e della scuola il giovedì sera in sede oppure scrivere a: [skifondo@caiuget.it](mailto:skifondo@caiuget.it).



# GRUPPO SPELEOLOGICO PIEMONTESE CAI UGET

1913 UGET 2024

Dal 1953 il **Gruppo Speleologico Piemontese** si occupa di esplorare, topografare e documentare il sottosuolo. Negli ultimi decenni generazioni di speleologi si sono succeduti nella ricerca di nuove cavità e nell'esplorazione dei maggiori abissi italiani ed esteri.

L'attività del gruppo occupa tutto l'arco dell'anno e si divide tra ricerca di nuove cavità con escursioni sul territorio, esplorazione, documentazione e topografia delle grotte. Per le attività più impegnative vengono organizzati campi di esplorazione di più giorni dove speleologi provenienti da varie zone d'Italia e non solo, uniscono le forze per raggiungere l'obiettivo e condividere esperienze. Dal 1958 il GSP si occupa anche della divulgazione delle attività e della conoscenza del sottosuolo attraverso il bollettino "Grotte", la rivista speleologica più longeva d'Italia. Vengono inoltre organizzate serate tematiche di divulgazione e gite aperte a tutti.

Chi fosse interessato ad avvicinarsi all'attività speleologica può contattare il gruppo all'indirizzo [info@gsptorino.it](mailto:info@gsptorino.it) oppure venire all'incontro settimanale che si tiene tutti i giovedì sera presso la **sede del CAI-UGET**.

## **Lunedì 19 febbraio ore 21:30, in sede UGET, presentazione della gita del 25 febbraio 25 febbraio - Gita alla Grotta del Caudano (Frabosa Sottana, CN)**

Dal parcheggio accanto alla biglietteria della grotta, a 10 minuti dall'ingresso, visiteremo alcuni rami di facile percorrenza oltre il tratto turistico. Tempo complessivo 6 ore – Casco e impianto d'illuminazione forniti dall'organizzazione.  
*Organizzatori: Fulvio Boano e Stefano Bocchio*

## **Giovedì 07 marzo ore 21:30 in sede UGET, presentazione del CORSO 2024 CORSO DI INTRODUZIONE ALLA SPELEOLOGIA**

Il corso è articolato in lezioni teoriche, **da marzo a maggio**, il giovedì sera, e uscite in palestra e in grotte con tratti di progressione verticale di difficoltà crescente, in modo da acquisire le conoscenze base per la progressione su corda singola in ambiente ipogeo.

Per informazioni: [info@gsptorino.it](mailto:info@gsptorino.it)

## **Lunedì 14 ottobre ore 21:30, in sede UGET, presentazione della gita del 20 ottobre 20 ottobre Gita alla grotta delle Vene – Viozene (CN) – Alta Valle Tanaro**

Da Viozene in circa 60 minuti arriveremo all'ingresso della grotta. Attraverso un percorso labirintico di gallerie freatiche si giungerà al primo sifone, che raccoglie l'acqua proveniente dal massiccio del Mongioie. Tempo complessivo 8 ore.

Casco e impianto d'illuminazione forniti dall'organizzazione.

*Organizzatori: Fulvio Boano e Stefano Bocchio*

**Le date e le mete indicate potrebbero subire variazioni, ove ciò sia ritenuto necessario dagli organizzatori.**

Per le iscrizioni si faccia riferimento a quanto indicato sul sito: [www.caiuget.it/mtb](http://www.caiuget.it/mtb) che verrà aggiornato in caso di variazione.

Si ricorda l'uso del **casco obbligatorio**, sia in salita che in discesa. Le E-bikes sono accettate purché i conduttori si adoperino per mantenere un'andatura pari a chi ha le bici "muscolari".

La partecipazione alle gite è riservata, **nonché gratuita**, ai soci in regola con il tesseramento dell'anno in corso. I **non soci** possono partecipare sottoscrivendo una polizza assicurativa specifica al costo di €12,95 al giorno.

Le bici devono essere in perfetto ordine e ciascun partecipante deve avere il materiale per le riparazioni di emergenza, con particolare riferimento alle camere d'aria che, a causa della notevole varietà di tipologie di bici presenti sul mercato NON possono essere fornite dagli organizzatori.

**Scala Difficoltà:** TC: Cicloturisti - MC: Medi Ciclisti – BC: Bravi Ciclisti – OC: Ottimi Ciclisti

## PROGRAMMA 2024

**Sabato 13 aprile**

**AIRASCA, VILAFRANCA, CAVOUR**

Partenza da Stazione FFSS Airasca 257 m – Dislivello 320 m - 62 km. **Difficoltà TC/MC.**

**Organizzatori: Massimo Grandi, Marco Centin**

**Domenica 21 aprile**

**SENTIERO MAIRA**

Partenza da Cavallermaggiore 285 m – Dislivello 150 m - 55 km. **Difficoltà MC/BC.**

**Organizzatori: Cristina Vernassa, Marco Centin, Valeria Aglirà**

**Sabato 11 maggio**

**TOUR DEGLI OTTO LAGHI DI IVREA**

Partenza da Ivrea 253 m – Dislivello 600 m – 55 km. **Difficoltà MC/MC.**

**Organizzatori: Guido Mamini, Marco Centin**



**Colle del Lautaret e Meije**

## **Sabato 25 maggio**

### **COL DU GRANON DA LA VACHETTE**

Partenza da La Vachette (Briançon) 1.389 m – Dislivello 1.100 m – 40 km. **Difficoltà BC/BC (oppure BC/MC).**

*Organizzatori: Marco Centin, Carlo Frigo*

## **Sabato 15 Giugno**

### **SALITA AL PIAN DEL FRAIS**

Partenza da Susa 500 m – Dislivello 900 m – 31 km – **Difficoltà MC/TC.**

*Organizzatori: Massimo Grandi, Marco Centin*

## **Sabato 29 Giugno (data da confermare)**

### **COLLE NIVOLET SENZA AUTO!**

Partenza da Chiapili Inferiore (Ceresole Reale). Dislivello 1.000 m – 40 km – **Difficoltà MC/MC.**

*Organizzatori: Valeria Aglirà, Marco Centin*

## **Sabato 6 Luglio**

### **RIFUGIO ELISABETTA 2195 VAL VENY**

Partenza da Courmayeur 1.224 m – Dislivello 1.100 m – 35 km. **Difficoltà MC/BC.**

*Organizzatori: Marco Centin, Carlo Frigo*

## **Sabato 7 Settembre ANELLO COLLE VACCERA - Percorso Agostino Benedetto**

Partenza da Prarostino (S. Secondo di Pinerolo) 400 m – Dislivello 1.200 m – 38 km – **Difficoltà BC/BC.**

*Organizzatori: Guido Mamini, Marco Centin*

## **Domenica 6 Ottobre**

### **IL BIELLESE TRA BESSA E SERRA**

Partenza da Borriana 350 m – Dislivello 800 m – 30 km – **Difficoltà MC/BC.**

*Organizzatori: Valeria Aglirà, Marco Centin*

Le iscrizioni alle gite si effettuano telefonicamente nei giorni precedenti all'uscita.

*Valeria 338-3580997 - Carlo 329-42066460 – Guido 333-3902094*

*Marco 339-5829332 – Cristina 347-0519484*



**Rifugio**

Dopo aver sofferto per la mancanza di esibizioni durante gli anni di pandemia, il 2023 è stato costellato da numerosi concerti, un po' posticipati, un po' a sorpresa ma con grande soddisfazione di tutti. In attesa del definitivo ritorno alla normalità, almeno sanitaria.

Le sospensioni da qualunque attività – cantare in un coro è esercizio sia fisico, sia mnemonico, sia di socializzazione – genera ahimè momenti in cui bisogna mettersi a tavolino e ragionare su come mettere olio negli ingranaggi, fare un po' di manutenzione.

Ecco, quindi, che dal 2023 ci dedichiamo allo studio: nuovi canti, molta vocalità, pochi concerti. E' giunto il momento di consolidare una serie di elementi che si sono aggiunti negli ultimi anni alla capacità di cantare, come l'interpretazione e le dinamiche, elementi che trasformano un normale brano cantato in un momento di unicità artistica.

Le prove, come sempre aperte al pubblico, si svolgeranno il martedì alle 21.00 presso la sede operativa di via Monte Ortigara 95b, tranne l'ultimo martedì del mese, in cui di norma si svolgono nel salone della sede Uget in Tesoriera.

Per informazioni potrete telefonate al 347 4311592.

Coro CAI Uget di Torino APS



Chiesa di Castellamonte 2018



# CAI UGET CULTURA e BIBLIOTECA

1913 UGET 2024

## Commissione CAI UGET - Cultura

La finalità della commissione è quella di proporre momenti conoscitivi delle tradizioni culturali relative alla realtà montana e non. Si toccano “terreni diversi”, quali visite a musei e relative mostre, serate a tema, proiezioni di filmati provenienti da Festival di Cultura Montana e dalla cineteca CAI, presentazione di libri ed ogni altro argomento ritenuto di interesse culturale.

Iniziamo a proporre le seguenti uscite:

Sabato 16 Marzo 2024	Le pietre da costruzione della val di Susa
Sabato 13 Aprile 2024	Ferrovia Vigezzina - Centovalli
Sabato 18 Maggio 2024	Forte di Fenestrelle

Le iniziative verranno pubblicizzate durante l'anno, tramite i tradizionali canali informativi del CAI Uget.

**Per informazioni consultare il sito Cai Uget alla pagina:** <https://www.caiuget.it/ccc/>

**E-mail:** [cultura@caiuget.it](mailto:cultura@caiuget.it)

## BIBLIOTECA EMANUELE CASSARÀ

La Biblioteca nasce praticamente con l'Uget nel lontano 1913. Nel 2020, in piena pandemia, viene intitolata ad Emanuele Cassarà e da maggio 2021 torna ad essere operativa. Al momento, grazie alle numerose donazioni da parte di soci ed amici dell'Uget, sono presenti più di 4600 esemplari tra libri, manuali, guide, riviste, annuari e bollettini.

La biblioteca è aperta tutti i martedì e i giovedì dalle ore 15.30 alle ore 18.30; unicamente su appuntamento anche il giovedì sera dalle 21 alle 22.

L'elenco completo dei volumi, in costante aggiornamento, è consultabile sul sito internet del Cai Uget cliccando “Gruppi/Scuole” nella home page e selezionando successivamente “Biblioteca: consultazione Catalogo e richiesta prestito libro”; il percorso dà accesso all'intero catalogo e, in fondo alla pagina, è presente il modulo da compilare per la prenotazione. E' possibile prenotare i testi anche inviando una mail al seguente indirizzo: [biblioteca@caiuget.it](mailto:biblioteca@caiuget.it).

*Vi invitiamo a venirci a trovare di persona e siamo certi che insieme troveremo un libro di vostro interesse!*





# SOTTOSEZIONE DI TROFARELLO "GUIDO OTTONE"



Sottosezione di Trofarello  
"Guido Ottone"

1913 UGET 2024

Sede c/o (Centro Culturale Marzanati) Via Cesare Battisti, n. 25  
10028 Trofarello (TO)

(Aperta tutti i giovedì sera dalle ore 21 alle 22,30)

PREMESSA: Andare per montagna non vuole dire solo riavvicinarci alla natura, ricaricarci d'energie, ma può anche essere una buona occasione per la conoscenza e l'incontro con chi condivide i comuni ideali di amicizia, fraternità e di difesa e rispetto dell'ambiente.

Come consuetudine, per alcune mete estive, gli itinerari saranno legati oltre che alla conoscenza del territorio, anche alle tradizioni agroalimentari locali, in particolare, la produzione casearia montana ed i prodotti tipici.

Per l'attività invernale, le località in elenco, sono puramente indicative e potranno essere itineranti di volta in volta, in funzione delle condizioni nivologiche in atto.

## PROGRAMMA ATTIVITÀ SOCIALI 2024

### 06-07 Gennaio Ciaspole – Scialp

Itinerario CIA: Rif. CAPANNA MAUTINO e Cima FOURNIER 2.424 m – da Bousson (TO)  
Dislivello 1° giorno: 600 m, dislivello 2° giorno: 450 m – **Difficoltà: (EAI\*)**.

*Organizzatori: Cappa-Giraud*

### 21 gennaio Ciaspole – Scialp

Itinerario CIA: MONTE FRAITEVE 2.701 m da Sestriere (TO)  
Dislivello: 670 m – **Difficoltà: (EAI\*)**.

*Organizzatori: Minelli-Cucco*

### 4 febbraio Ciaspole – Scialp

Itinerario CIA: MONTE CHENAILLET 2.650 m da Monginevro (FRA)  
Dislivello: 830 m – **Difficoltà: (EAI\*)**.

*Organizzatori: Cucco-Giraud*

### 18 Febbraio Ciaspole – Scialp

Itinerario CIA: COLLE DELLA CROIX 2.287 m da Champorcher (AO)  
Dislivello: 650 m – **Difficoltà: (EAI\*)**.

*Organizzatori: Elmi- Manassero*

### 03 marzo Ciaspole – Scialp

Itinerario CIA: TESTA DI GARITTA NUOVA 2.385 m da Pian Munè (CN)  
Dislivello: 885 m – **Difficoltà: (EAI\*)**.

*Organizzatori: Fogliato-Zanin*

### 17 marzo Ciaspole – Scialp

Itinerario CIA: TESTA DI CERVETTO 2.349 m da Meire Bigoire (CN)  
Dislivello: 849 m – **Difficoltà: (EAI\*)**.

*Organizzatori: Fogliato- Rovegno*

### 24 marzo Chiusura Attività Invernale

Merenda-sinoira al Santuario della Madonna della Bassa 1.158 m da Pascaletto (TO)  
Dislivello: 80 m – **Difficoltà: T**.

Salita facoltativa al Monte Arpone 1.603 m – Dislivello: 450 m – **Difficoltà: E**.

*Organizzatori: il Direttivo*



Sottosezione di Trofarello  
"Guido Ottone"

# SOTTOSEZIONE DI TROFARELLO "GUIDO OTTONE"

1913  UGET  2024

**31 marzo** **Sacra San Michele e Sentiero dei Principi (Val Susa) Itinerario MTB**  
Partenza: Lago Piccolo di Avigliana (TO) – Dislivello: 500 m; 20 km – **Difficoltà: MC+**.  
*Capigira: Fogliato F., Fogliato C.*

**07 aprile** **Giro ad Anello del Sentiero delle Anime 1.345 m – (Valchiusella)**  
Località di partenza: Traversella (TO) – Dislivello: 700 m – **Difficoltà: E.**  
*Organizzatori: Zanin, Grazian*

**20–28 Aprile** **Trek Costiera Amalfitana (da definire)**

**Maggio/giugno/luglio (Accompagnamento c/o SCUOLE/ORATORI)**  
Itinerari da definire con la direzione didattica/oratori.  
*Organizzatori: Cappa, Elmi, Giraud*

**05 Maggio** **Monte Soglio 1.970 m – (Valle dell’Orco)**  
Località di partenza: Alpette (TO) – Dislivello: 780 m – **Difficoltà: E.**  
*Organizzatori: Bruni, Viero*

**12 maggio** **Strada dei Cannoni (Val Maira) Itinerario MTB**  
Partenza: San Damiano Macra (CN) – Dislivello: 1.750 m; 55 km – **Difficoltà: MC.**  
*Organizzatori: Bianchino, Rovegno*

**19 maggio** **Marcè e Pedalè Pedestre, Bici e MTB nella Pianura Trofarellese**  
Località di partenza: Scuole medie Trofarello – **Difficoltà: T.**  
*Organizzatori: Consiglio Direttivo*

**26 maggio** **Passo del Duca 1989 m giro ad anello nel Parco del Marguareis**  
Località di partenza: Pian delle Gorre (CN) – Dislivello: 960 m – **Difficoltà: E.**  
*Organizzatori: Rovegno, Viero*

**02 giugno** **Colle Navonera (Val Casotto) Itinerario MTB**  
Partenza: Montaldo di Mondovì (CN) – Dislivello: 700 m; 25 km – **Difficoltà: MC.**  
*Organizzatori: Bianchino, Fogliato C.*

**09 giugno** **Bivacco Clapier 2.480 m Valico del Moncenisio (F)**  
Località di partenza: Refuge de Petit Moncenis – Dislivello: 450+/130 m – **Difficoltà: E.**  
*Organizzatori: Cappa, Catti*

**23 giugno** **Monte Facciabella 2.619 m Val D’Ayas**  
Località di partenza: Mandriou (AO) – Dislivello: 800 m – **Difficoltà: E.**  
*Organizzatori: Bruni, Cappa*

**23 giugno** **Lago Torgnon – Bivacco Tzan (Valtournenche) Itinerario MTB**  
Partenza: Torgnon (AO) – Dislivello: 1.300 m; 31 km – **Difficoltà: MC+**.  
*Organizzatori: Fogliato C., Rovegno*

**07 luglio** **Colle delle Manie dal Bivacco Bonelli 2.542 m (Val Maira)**  
Località di partenza: Sorgenti del Maira (CN) – Dislivello: 912 m – **Difficoltà: E.**  
*Organizzatori: Cucco, Mazzarella*

**14 luglio** **Col Leynir –Nivolet (Valle dell’Orco) Itinerario MTB**  
Partenza: Chiapili di Sopra (TO) – Dislivello: 1.600 m; 50 km – **Difficoltà: BC.**  
*Organizzatori: Bianchino, Fogliato C.*

# SOTTOSEZIONE DI TROFARELLO "GUIDO OTTONE"



Sottosezione di Trofarello  
"Guido Ottone"

1913 UGET 2024

**20-21 luglio** **Monte Chetif 2343 m e Col De La Segne 2.514 m (Val Veny)**

Località di partenza: Rif Monte Bianco (AO).

Dislivello 1° giorno: 672 m/ Dislivello 2° giorno: 843 m – **Difficoltà: E.**

**Organizzatori: Giraud, Bianchino**

**28 luglio** **Lago dei Sette Colori (Val di Susa) Itinerario MTB**

Partenza: Cesana (TO) – Dislivello: 1.600 m; 50 km – **Difficoltà: MC+.**

**Organizzatori: Fogliato C., Fogliato F.**

**03–10 agosto** **SETTIMANA ESCURSIONISTICA** nella casa alpina **Oasi di Maen**

**Organizzata dalla Sottosezione Cai Trofarello**

**01 settembre** **Monte Losetta 3.054 m (Val Varaita)**

Località di partenza: Chianale (CN) – Dislivello: 1054 m – **Difficoltà: E.**

**Organizzatori: Catti, Bianchino**

**15 settembre** **Passo della Rho 2.583 m (Valle di Susa)**

Località di partenza: Grange della Rho (TO) – Dislivello: 950 m – **Difficoltà: E.**

**Organizzatori: Minelli, Gariglio**

**29 settembre** **Monte Frioland 2.735 m (valle Po)**

Località di partenza: Brich di Crissolo (CN) – Dislivello: 1195 m – **Difficoltà: E.**

**Organizzatori: Viero, Bruni**

**05–06 ottobre** **Sentieri del Fogliage in Val Maira (da definire)**

“Cammini poco e vedi tanto”

**13 ottobre** **FESTA DEI SENTIERI DELLA COLLINA TORINESE**

Intersezionale con Cai Moncalieri

Percorso ad anello lungo i sentieri di Trofarello, Pecetto, Revigliasco.

Località di partenza: Trofarello– Dislivello: 400 m – **Difficoltà: T.**

**Organizzatori: Consiglio Direttivo**

**13 ottobre** **Finale Ligure– Base Nato Itinerario MTB**

Partenza: Finalborgo (SV) – Dislivello: 1.250 m; 32 km – **Difficoltà: MC+.**

**Organizzatori: Bianchino, Fogliato C.**

**20 ottobre** **Da Mombaldone a Roccaverano (Valle Bormida)**

Località di partenza: Mombaldone (AT) – Dislivello: 528 m – **Difficoltà: E.**

**Organizzatori: Manassero, Elmi**

**27 ottobre** **Anello del Camino – Monferrato Itinerario MTB**

Partenza: Camino (AL) – Dislivello: 700 m; 32 km – **Difficoltà: MC+.**

**Organizzatori: Bianchino, Rovegno**

**03 novembre** **Anello del Monte Bracco (Valli Po– Infernotto)**

Località di partenza: Trappa di Barge (CN) – Dislivello: 627 m – **Difficoltà: E.**

**Organizzatori: Bruni, Zanin**

**10 novembre** **Monti Brignone, Castellazzo, Pisciavino**

Giro ad anello al mare.

Località di partenza: Albenga (SV) – Dislivello; 812 m – **Difficoltà: E.**

**Organizzatori: Giraud, Cappa**

**17 novembre** **PRANZO SOCIALE**



Sottosezione di Trofarello  
"Guido Ottone"

# SOTTOSEZIONE DI TROFARELLO "GUIDO OTTONE"

1913 UGET 2024

## LEGENDA ATTIVITÀ

SKI (sci/snow board)

ESC (escursionismo)

MTB (cicloescursionismo)

CIA (racchette da neve/sci escursionismo)

## SCALA DIFFICOLTÀ DELLE GITE PROPOSTE

T = Percorso turistico, escursionistico facile

E = Percorso escursionistico

EE = Percorso per escursionisti esperti

EEA = Percorso per escursionisti esperti con attrezzatura specifica

EAI(\*) = Percorso escursionistico in ambiente innevato con "racchette/sci escursionismo"

(\*) La partecipazione a queste escursioni prevede l'utilizzo dell'ARTVA e della SONDA.  
*Artva e sonda, se non di proprietà dell'escursionista sono noleggiabili in sede, fino ad esaurimento della disponibilità.*

## SCALA DIFFICOLTÀ MTB

MC = Medi ciclisti

BC = Buoni Ciclisti

OC = Ottimi ciclisti

## INFORMAZIONI GENERALI SULLA PARTECIPAZIONE ALLE ATTIVITÀ

La partecipazione alle attività del CAI sottosezione di Trofarello è riservata ai soci regolarmente iscritti per l'anno in corso e/o non soci con assicurazione giornaliera. I soci, prima dell'adesione, devono prendere visione con attenzione dell'itinerario, valutare i tempi di percorrenza, i dislivelli, le difficoltà, la propria preparazione ed il proprio allenamento e l'adeguatezza dell'attrezzatura personale.

Gli accompagnatori sono presenti in sede, **ogni giovedì sera antecedente l'uscita**, per fornire informazioni sul percorso e sull'attrezzatura occorrente.

Durante le escursioni, non sono ammesse iniziative personali.

Per cause di forza maggiore, indisponibilità degli organizzatori, condizioni ambientali, ecc.. le attività possono essere modificate o sopresse ad insindacabile giudizio dei responsabili.

## RIFERIMENTI TEL. ORGANIZZATORI

Vittoria Cappa cell. (3283196259 ASAG)

Ferruccio Elmi cell. (3355915337 ASAG)

Carlo Girauda cell. (3283196259 ASE – ASAG)

*N.B. tutte le attività sono elencate sul sito: [www.caiuget.it](http://www.caiuget.it)*

# I RIFUGI E BIVACCHI DEL CAI UGET TORINO



1913 UGET 2024



## Rifugio MONTE BIANCO 1700 m

Località: La Fodze in val Veny (Comune di Courmayeur – Val d’Aosta). Posti letto: 72. Accesso estivo dalla strada per Pré Pascal; accesso invernale con gli sci sfruttando le piste della val Veny .

Periodi di apertura:

**giugno ÷ settembre**

**dicembre ÷ aprile**

Salvo diversi accordi con il gestore.

**Certificazione di qualità ambientale ISO 14001**

Per informazioni Contattare il gestore:

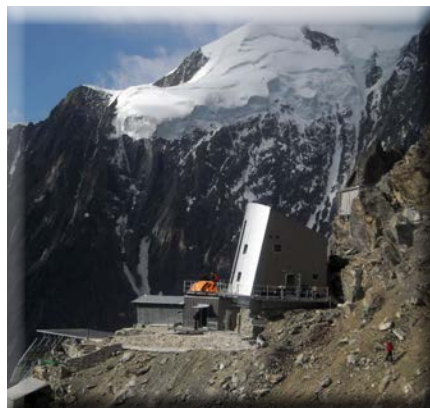
**Guida Alpina Alex Campedelli**

Cell. 379 102 8724 – Tel. 0165 869 097

Mail: [info@rifugiomontebianco.eu](mailto:info@rifugiomontebianco.eu)

## Rifugio FRANCESCO GONELLA 3071 m

In proprietà con la sez. CAI TORINO. Il Rifugio Gonella si trova su uno sperone roccioso posto sopra il ghiacciaio del Dôme ai piedi dell'Aiguilles Grises, sul luogo un primo rifugio è stato costruito nel 1891 per facilitare l'ascesa al Monte Bianco dal versante italiano. Dal 2007 sono iniziati grandi lavori di consolidamento della zona in cui è costruito il rifugio durante i quali il fabbricato del 1962 è stato demolito e ricostruito ex novo. L'apertura del nuovo rifugio è avvenuta a giugno del 2011.



## Rifugio GUIDO REY 1761 m

Località Pré Meunier ai piedi del gruppo Clotesse–Grand Hoche, in alta valle di Susa nel comune di Oulx. Posti letto: 24 con servizi interni, doccia e acqua calda – Accesso da Beaulard (ore 1,30) o da Château (ore 0,40) .

Periodo di apertura: **Giugno ÷ Settembre**

Per informazioni contattare il gestore:

**Pierre Vezzoli**

Cell. +39 3336118616 – Tel. 0122 831390

Mail: [rifugioguidorey@hotmail.com](mailto:rifugioguidorey@hotmail.com)



# I RIFUGI E BIVACCHI DEL CAI UGET TORINO

1913  UGET 2024

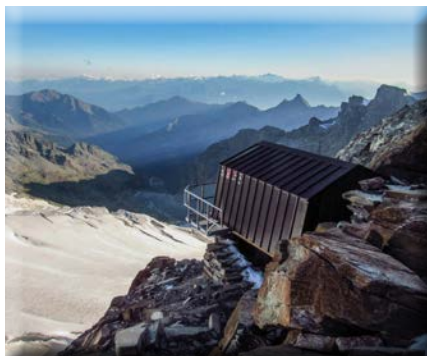


## Capanna SARACCO – VOLANTE 2220 m

A Piaggia Bella nel gruppo del Marguareis in alta val Tanaro, comune di Briga Alta (CN) – Posti letto: 12 più 12 nel locale invernale sempre aperto. Accesso stradale da Briga Alta, fraz. Carnino ore 2–3; dal colle dei Signori ore 1; dal pian delle Gorre in val Pesio ore 4–5 – Illuminazione con pannelli fotovoltaici; acqua esterna – Chiavi disponibili presso il Gruppo Speleologico del CAI UGET.

## Bivacco ROSSI – VOLANTE 3850 m

Al colle delle Rocce Nere del Breithorn. E' situato su uno sperone roccioso sotto la parete nord delle Rocce Nere nel comune di Ayas (AO) – 12 posti letto. Vi si accede dal rifugio Mezzalama percorrendo il ghiacciaio di Verra verso il colle della Porta Nera ore 3.30 – Difficoltà PD; dalla Testa Grigia (Plateau Rosà) per il colle del Breithorn ore 4 Difficoltà: PD.



## Bivacco Falchi – Villata 2650 m

Località canalone Coolidge del Monviso nel comune di Crissolo (Cuneo) – Posti letto 6, sempre aperto – Accesso dal Pian del Re con percorso in parte su sentiero fino al lago Chiaretto ed in parte su ripido pendio ex glaciale – ore 3 – Difficoltà: PD, qualche rischio di caduta pietre.

## Bivacco SOARDI – FASSERO 2287 m

Situato nel vallone di Sea, al pian di Giovanot in val Grande di Lanzo in comune di Groscavallo (TO) – Posti letto: 15 – sempre aperto – Accesso da Forno Alpi Graie con percorso su sentiero ore 3.30 Difficoltà: E.



**CAI UGET – TORINO**  
PER ULTERIORI INFORMAZIONI RIVOLGETEVI ALLA  
SEGRETERIA IN SEDE UGET  
CORSO FRANCIA 192 – 10145 TORINO

**Tel. 011 53 79 83**

*Siamo al **PARCO DELLA TESORIERA***

*Fermata Metro: **MONTE GRAPPA***

E-mail: [caiuget@caiuget.it](mailto:caiuget@caiuget.it)

Sito internet: [www.caiuget.it](http://www.caiuget.it)

Seguici anche su facebook



***DISTRIBUITE QUESTO OPUSCOLO  
AI VOSTRI AMICI  
APPASSIONATI DI MONTAGNA***

***"ATTIVITÀ SOCIALI 2024"***  
***MONTAGNA PER TUTTI***

*Programma del CLUB ALPINO ITALIANO Sez. UGET di Torino*  
*“Allegato al “CAI UGET NOTIZIE n.1 – 2024”*

*A cura dei gruppi e le scuole del CAI UGET di Torino*

*Qui hanno collaborato:*

*Elena Facchinato e Arianna Lodato (Revisione testo);*

*Luciano Zanon (Impaginazione).*

*Fotografia in copertina e quarta di copertina di Enrico Muraro:*  
*"Tre cime di Lavaredo" durante il trekking nelle Dolomiti di Sesto*



Alpinismo  
Arrampicata  
Alpinismo Giovanile  
Biblioteca  
Cicloescursionismo  
Coro  
Cultura  
Escursionismo  
Escursionismo in Ambiente Innevato  
Sci Alpinismo  
Sci Escursionismo  
Sci di Fondo  
Ski Team  
Sottosezione di Trofarello  
Speleologia  
Tutela Ambiente Montano  
Trekking  
Vie Ferrate