



NOTIZIARIO



Via Dante, 18 - Cantù - Apertura: mercoledì e venerdì ore 21-23 - Tel. e Fax 031.711810 - e-mail: cantu@cai.it - www.caicantu.it



Spedizione in abbonamento Postale - Poste Italiane Spa
 eccezione art. 2, comma 1, lettera g) del D.L. 353/03 convertito con modifiche in legge n° 46/04 - Filiale di Como
 Dir. Resp.: Anna Campaniello - redaz. CAI Cantù - iscr. nel ROC co il n. 5734 - Autoriz. Trib. Como n° 8/94 del 20/4/94 - Stampa: Tecnografica - Cantù



Convocazione Assemblea Ordinaria Annuale dei Soci

(in prima convocazione per il 20 aprile 2017 alle ore 23,30)

venerdì 21 APRILE 2017 - ore 21,00

presso la sede sociale di via Dante 18 - Cantù
 Sala "DANIELE BOSTICCA"

Temi all'ordine del giorno:

- **Nomina del Presidente e Segretario dell'ASSEMBLEA**
- **Relazione del Presidente della sezione**
- **Bilancio di esercizio anno 2016**
- **Approvazione relazione e bilancio**
- **Varie ed eventuali**

Cari Soci, il prossimo 21 aprile ci sarà l'assemblea per l'approvazione del bilancio, un appuntamento importante non solo per quanto riguarda i numeri, ma soprattutto per analizzare l'andamento delle varie attività e di conseguenza delle varie commissioni; un'occasione dove poter dare suggerimenti e conoscere la pianificazione futura delle nostre attività. Un appuntamento da non mancare!

TESSERAMENTO 2017

Sono aperte le iscrizioni per l'anno 2017. L'adesione al CAI dà diritto all'assicurazione sul soccorso alpino in Europa; all'assicurazione sugli infortuni e sulla responsabilità civile in attività istituzionale; all'abbonamento alla rivista "Montagne360" ed al "Notiziario" sezionale; agli sconti nei Rifugi del Sodalizio e ad accedere gratuitamente all'abbonamento a Georesq (applicazione realizzata dal Soccorso Alpino per la tracciabilità dei percorsi e la funzione di allarme). Ma la vera ragione per cui ogni anno rinnoviamo l'adesione al CAI resta il senso di appartenenza a uno storico disegno di rispetto per l'ambiente e le popolazioni montane, oltre che di solidarietà volontaristica per la manutenzione di rifugi e di sentieri, nel soccorso agli infortunati e all'attenzione costante verso giovani ed anziani che amano la montagna.

Le quote, che evidenziamo sono le minime suggerite dal CAI centrale:

Socio ordinario	€ 43,00
Socio familiare	€ 22,00
Socio juniores (dai 18 ai 25 anni)	€ 22,00
Socio giovane (fino a 17 anni)	€ 16,00
Costo nuova tessera	€ 5,00
Tessera Sci Sicuro	
+Tessera Sci Club	€ 22,00

CASSA RURALE ED ARTIGIANA



La banca del territorio. Da centodieci anni.

www.cracantu.it

EOS  **sconto 10% a tutti i soci CAI**
 Ottici & Optometristi

Centro Commerciale Mirabello
 Via Lombardia, 68 - Cantù (CO)
 Tel. 031 734774 - Fax 031 734762
www.otticaeos.com

laTonediL **MILANO**
 ISOLA E PROTEGGE NEL TEMPO

Sci Fondo: la Tre giorni e il Corso di avvicinamento allo sci di fondo Riflessioni su una stagione tosta

PATRY

Domenica pomeriggio... sono comodamente seduta e mi godo un film divertente..... Risate spontanee ogni tanto rallegrano l'atmosfera già gioiale.

Penserete: ma dove sei? Al cinema? Macchè! Stò rientrando dalla 3 giorni invernale 2017 di Sci di fondo, Ciaspole e Trekking del Cai Cantù.

Un fine settimana splendido in quell'angolo di Paradiso "ad un passo dal cielo" qual'è l'alta Val Pusteria. L'albergo Germania si è dimostrato accogliente, pulito con una cucina ottima e buffet di prima colazione super soddisfacente.

La compagnia si è rivelata di giorno in giorno sempre più allegra ed affiatata, il meteo ha giocato a nostro favore... l'organizzazione grazie al pluristellato Vinicio e collaboratori/trici è stata impeccabile. Insomma tutto ha contribuito al successo di questo fine settimana!!!

I percorsi proposti sia agli sciatori che ai camminatori (con e senza ciaspole) ci mettevano nell'imbarazzo della scelta: domani cosa faccio? Così alcuni di noi hanno un giorno



sciato, un giorno camminato comunque soddisfatti della scelta fatta: le piste da sci erano stupende ed i rifugi hanno mantenuto la promessa di paesaggi mozzafiato. Con questi ricordi vivi nella mente e nel cuore eccoci a salutarci sul

piazzale di arrivo chiedendoci a vicenda: "Ci sarai domenica 5 Marzo? Scierai o porterai le ciaspole?"

"Ma tu ci sarai alla cena valtellinese del 18 Marzo??".

"... Ciao grazie della compagnia! Ci vediamo martedì sera in palestra alla presciistica!".

Questa TRE GIORNI è stata la perfetta conclusione del XXXV° corso di avvicinamento allo sci di fondo del CAI Cantù che anche quest'anno ha messo una rosa di TUTOR a disposizione di un gruppetto di non sempre impavidi sciatori.

Che ridere! I tutor super carichi con grande tenacia hanno saputo motivarci nei momenti in cui lo sconforto e la tremarella alle gambe ci bloccava prima delle nostre prime discese a spazzaneve. E così dopo 5 domeniche di impegno su neve non sempre facile per noi neofiti, possiamo dire di esserci un po' impraticchiti, divertiti e sicuramente appassionati ad uno sport tra i più completi per il nostro benessere psicofisico.

Da tutti gli allievi un grandissimo grazie a Chiara, Ecclesio, Mario e Paolo, grazie per la pazienza nello spiegare, alla simpatia nel correggerci e all'aiuto nel dare la sciolina giusta che non è poco !!!!!



BELCA

Arredamenti per la collettività
Sedie e Tavoli per Mense Aziendali
e Scolastiche - Bar - Ristoranti

20048 Carate Brianza (MI) - Via Rivera, 48
Tel. 0362 903044 - Fax 0362 803555
info@belcasrl.it - www.belcasrl.it

BOGHI
ARREDAMENTI

di Boghi Paolo e Elio s.n.c.

22063 CANTÙ (Como) Via dell'Artigianato, 28
Tel. 031/734818 - Fax 031/734950
www.boghiarredamenti.it - e-mail: arr@boghiarredamenti.it



STUDIO FRIGERIO
CONSULENZA LAVORO - FISCALE - SOCIETARIA

Dott. Rag. Paolo Frigerio

Via Unione 4 - 22063 Cantù (CO)
Tel. 031.70761 - Fax 031.707699
www.studiofrigerio.com

Chiesa Valmalenco: corso di discesa

Le nostre domeniche con il CAI Sci Club

MILO BULFARO

Il ritrovo è alle 6:30 di mattina. Quando tutti sono a bordo, il pullman parte. In pullman c'è chi ascolta la musica, c'è chi dorme, c'è chi dorme e ascolta la musica e altro.

Arrivati al parcheggio vicino alla funivia, ci si veste in modo adeguato per andare in montagna e tramite la funivia si arriva sulle piste.

Si fa colazione e si inizia a sciare con i vari maestri.

Il mio è il maestro Vinicio, ma lui si fa chiamare Winny. Dopo le tre ore di corso, in cui si possono imparare molte cose, si pranza in una baita o su un telo all'aperto. Finito di mangiare si scia tutti insieme. Questo è il mio momento preferito perché andiamo allo snowpark dove facciamo i salti e facciamo lunghe discese in cui a ogni curva gridiamo: "Giam-pii!!!".

Dopo la sciata pomeridiana andiamo tutti al pullman dove, nel viaggio di ritorno, guardiamo un film.

Nell'ultima domenica di corso facciamo la gara al mattino, e al pomeriggio si fanno le premiazioni. Quest'anno sono arrivato secondo!

In queste tre domeniche di corso (in realtà sarebbero quattro ma non ho partecipato alla terza perché ero ammalato) ho imparato molte cose grazie alla bravura del maestro Winny e allo sci libero del pomeriggio. Non vedo l'ora di ritornarci l'anno prossimo!



ZOE CARSANA

L'esperienza che ho vissuto in queste quattro domeniche mi è piaciuta molto, perché ho migliorato il mio modo di sciare grazie al maestro Vinicio, che è stato molto bravo e anche molto simpatico. Alzarmi all'alba, non mi è pesato affatto, perché sapevo che sarebbe stata una giornata molto bella. La mattina il maestro Vinicio ci chiedeva: "come mi chiamo io?" e noi rispondevamo: "Winny" a quel punto si poteva iniziare la lezione, così lui ci portava in cima al sasso nero e iniziavamo a scendere a spazzaneve uno in fila all'altro.

Il pomeriggio, si sciava insieme ai grandi, così mettevamo in pratica quello che avevamo imparato durante la lezione.

Ringrazio tutti gli organizzatori, in particolar modo Marika e Giovanni che mi sono sempre stati vicini.

Spero di riuscire a venire anche il prossimo anno perché mi sono divertita tantissimo.



VINICIO NEGRINI (WINNY)

Buongiorno Marika, Sono il maestro "Winny" come mi chiamano i bambini. Quest'anno è stata davvero una stagione in cui bimbi mi hanno dato grandi soddisfazioni in quanto, il pensiero "impariamo divertendoci" ha realmente dato i suoi frutti. Tutti i bambini con cui ho avuto l'opportunità di lavorare e di trasmettere la mia passione per lo sci e la montagna, hanno dimostrato crescita non solo verso la disciplina, ma anche verso la propria sicurezza nell'affrontare le discese. Come ben sa la cosa più divertente che si effettua nelle ore di lezione è la possibilità di usare ausili naturali come il "PalùPark". I bambini sono sempre entusiasti perché appena arrivano all'inizio del park si sentono come dei veri *ryder*, provano grandi emozioni. La prima cosa che sentono è la paura di effettuare un vero salto per la prima volta in vita loro; ricordo infatti un episodio in particolare: nell'ultimo dei tanti salti nessun bambino è riuscito ad arrivare in cima, vista la pendenza della rampa, tornando così indietro fino all'inizio del salto con tanta allegria, gioia e spensieratezza.

Questo è quello che per me i bambini dovrebbero fare per imparare uno sport qualsiasi, divertirsi sempre e comunque, qualsiasi cosa succeda.

Ringrazio tutti i bambini che ho avuto la possibilità di conoscere: Aurora, Zoe, Milo, Fabrizio, Nicolò, Thomas, Edoardo, Letizia e Leonardo ed un saluto anche a tutto lo Sci Club di Cantù.



Estetica
Perla Nera

di Magrone Arcangela & C.

Via G. Fossano 17 - 22063 Cantù (Co)

Tel. 031.734042

CENTRO
OTTICO
MAURI

OTTICA
OPTOMETRIA
CONTATTOLOGIA

Sconto del 20% su occhiali completi
da vista e occhiali da sole
Sconto del 10% su lenti a contatto

22063 Cantù - CO
Via Ariberto, 22
Tel. 031.700.145

Centro di Ottica Avanzata

Rag. Fabio Frigerio

Consulente finanziario ed assicurativo

c/o Agenzia Generali Italia
via Carlo Cattaneo, 1 - Cantù
tel. 3355274396 - 031712277
E-mail: frigeriofree@yahoo.it
E-mail: fabio.frigerio@bancagenerali.it

BANCA
GENERALI
Financial Planner
© FA FPA European Financial Advisor™

GENERALI
Sub-agente assicurazioni

ALBERTO, ANNA e FLAVIO

Il bianco, la neve, i silenzi e la voglia di nuove emozioni. Erano questi gli ingredienti che cercavamo quando quest'anno io (Flavio), Anna e Alberto ci eravamo iscritti al corso di ciaspole organizzato dalla scuola 6BLec, che unisce le sezioni lecchesi del Cai di Barzanò, Missaglia, Rovagnate, Merate e Montevecchia. La domanda più frequente che mi sono sentito rivolgere quando parlavo di questa iniziativa è stata: "ma serve un corso per andare con le ciaspole?" La mia risposta è stata un sì deciso perché non è tanto con cosa si affronta l'escursione (con le ciaspole appunto) ma quanto per l'ambiente in cui questa attività si sviluppa e cioè in un ambiente innevato in inverno. Ed è proprio su questo aspetto che, visti i continui incidenti in montagna, ci siamo soffermati maggiormente. Il corso si è sviluppato in dieci lezioni teoriche dove abbiamo toccato diversi argomenti: siamo partiti parlando di abbigliamento, di alimentazione, dell'ambiente montano e di allenamento per poi entrare nel vivo del corso parlando di cartografia, di orientamento, di meteorologia, di soccorso in caso di valanga e dei dispositivi che si devono conoscere e utilizzare correttamente in caso di necessità.

Abbiamo fatto anche quattro uscite in ambiente innevato e siamo andati



in Valmalenco, in Engadina, in Valsassina e in Valchiavenna e oltre a camminare abbiamo visto quali tracciati è meglio seguire e quali evitare, come orientarci e abbiamo fatto delle prove con i dispositivi di sicurezza. Abbiamo utilizzato l'artva per ricercare i dispositivi che erano stati nascosti sotto la neve, simulando di ricercare persone travolte dalla valanga, la sonda per capire a quale profondità si trovano i dispersi e la pala per fare delle buche per estrarli. Abbiamo imparato che il primo soccorso in caso di incidente deve arrivare proprio dai compagni o da altri escursionisti che si trovano nella stessa zona, perché i tempi per

estrarre vive le persone sepolte dalla neve sono ristretti e non basta soltanto chiamare subito i soccorsi. Inoltre abbiamo capito che il lavoro che svolgono le persone del soccorso alpino, quando si trovano di fronte a una valanga, è straordinario e prezioso perché lavorano, per passione e per ore senza sosta, in condizioni limite per porre rimedio a situazioni che si dovevano evitare (le valanghe principalmente si sviluppano su pendii ripidi dove l'escursionista non può stare). Scriveva John Milton, poeta e scrittore inglese del XVII secolo, "La Bellezza è la moneta della Natura, non bisogna accumularla ma farla circolare". Ecco questo è uno dei principi che abbiamo imparato, facendo il corso di ciaspole: per essere gratificati appieno durante un'escursione, non basta solo andare in montagna, bisogna osservare e condividere con altri appassionati i luoghi visitati e trasmettere le regole principali che magari un giorno potrebbero essere utili ad altri. E' stata quindi un'esperienza positiva perché non si finisce mai di imparare; il corso infatti ci ha fornito le basi per affrontare in sicurezza la montagna nella stagione invernale e ci ha fatto conoscere alcuni aspetti che prima non prendevamo in considerazione quando affrontavamo le nostre escursioni.



TOMASELLA

Installazione impianti termosantari civili - industriali e di condizionamento

22063 Cantù - Via Boito, 7
Tel. 031.730830 - Fax 031.7379769
e-mail: info@idraulicatomasella.it - www.idraulicatomasella.it



D.B.R. S.a.s. *Impresa costruzioni edili*

di Bosticca geom. Davide & C.

Sede legale, uffici e magazzino
22063 Cantù, via per Intimiano, 35
Tel. 338.7053764 - Tel e Fax 031.713946
e-mail: dbr_bosticca@alice.it

DinoMARZORATIs.r.l.
costruzioni

22063 CANTU' - VIA COSTANTINO 18
TEL. 031714862 - FAX 031 711755
info@dinomarzorati.com
www.dinomarzorati.com

Escursionismo estivo 2017

C.A.I. Club Alpino Italiano
Sezione di Cantù



Sestri Levante
Moneglia (GE)

Rifugio Val di Tegno
(1317 m) (SO)

Monte Linzone
(1392 m) (BG)

Alpe Pianmisura
(1854 m) (UC)

Rifugio Mario Merelli
al Coca (1892 m.) (BG)

Diga del Gleno
(1527 m) (BG)

Rifugio Vittorio Sella
(2585 m) (AO)

Rif. Tuckett e Quintino
Sella (2272 m) (TN)

Rifugio Gnutti
(1870 m) (BS)

Rif. Chiavenna e lago
Angeloga (2044 m) (SO)

CASSA RURALE ED ARTIGIANA



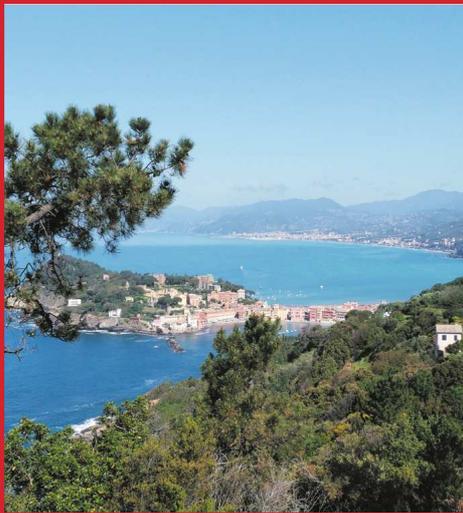
Cantù

CAMMINACAIA2017

Escursioni,
manifestazioni, eventi



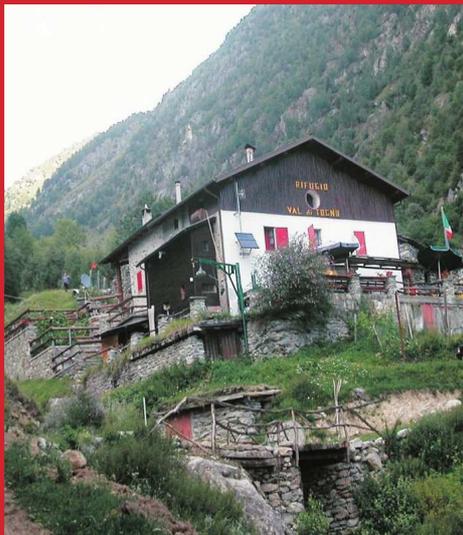
7-8 ottobre
2017



09 Aprile 2017 **Sestri Levante – Moneglia – Riviera di Levante (GE)**

Tempo totale percorso : ore 5.00 circa
Dislivello : 185 + 360 m
Difficoltà : T/E con ritorno a Sestri Levante in treno
Partenza ore 6.00 – Piazzale CAI

Nel tratto di costa ligure compreso tra Sestri Levante e Moneglia si snoda un itinerario molto panoramico che tocca tre "punte": Manara, Baffe e Moneglia. Pur passando all'interno di aree abitate e molto frequentate nella stagione estiva, l'itinerario permette di scoprire una Liguria silenziosa e intima, con profumi e colori indimenticabili e notevoli testimonianze di cultura contadina. La macchia mediterranea ci accompagna costantemente lungo il percorso e il mare, con le sue gradazioni di blu, è tutto intorno a noi.



23 Aprile 2017 **Rifugio Val di Tegno (1317 m)** **da Spriana - Valmalenco (SO)**

Tempo totale percorso : ore 4.30
Dislivello : 600 m circa
Difficoltà : E
Partenza ore 7.00 – Piazzale CAI

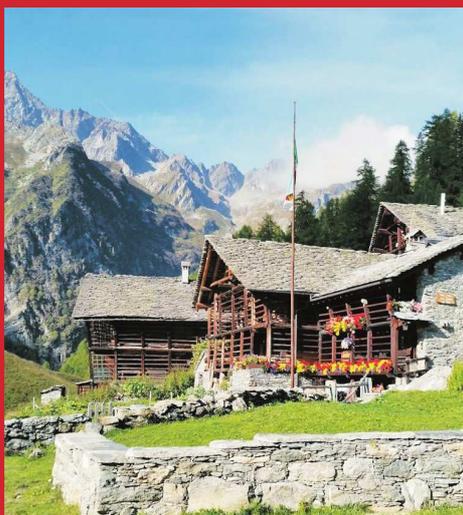
La Val di Tegno, convalle laterale sinistra della Valmalenco, rappresenta un mondo completamente a sé: l'imbocco della valle, poco vistoso e posto proprio all'inizio della Valmalenco, in posizione appartata, nasconde un solco che si addentra per 15 chilometri, con diramazioni e restringimenti, alzandosi fino ai 3323 m del Pizzo Scalino. L'escursione, su sentieri sempre ben segnati ed evidenti, si svolge in un ambiente selvaggio e solitario. La meta dell'itinerario è il rifugio Val di Tegno, ex casermetta della Guardia di Finanza, posto ad un terzo circa della lunghezza della valle, a 1317 metri di quota.



07 Maggio 2017 **Monte Linzone (1392 m)** **da Roncola San Bernardo (BG) - Valle Imagna**

Tempo totale percorso : ore 4.00
Dislivello : 534 m
Difficoltà : E
Partenza ore 7.30 – Piazzale CAI

Il monte Linzone (1392 m) è una montagna delle Prealpi Bergamasche, circondata da boschi e la cui sommità è ricoperta da un ampio prato erboso. Il Linzone è la cima più alta della dorsale dell'Albenza, il gruppo montuoso che costituisce la prima propaggine delle Prealpi ed Alpi Orobie sulla Pianura Padana. Dalla vetta il panorama si estende a 360° sulle principali vette delle Orobie: Alben – Arera – Menna – Gruppo dei Tre Signori – Venturosa ed oltre ancora sino al massiccio del Monte Rosa. La salita è breve, ma abbastanza ripida e per effettuarla è stato scelto il periodo della fioritura dei narcisi che abbondano proprio nei prati sotto la cima.



21 Maggio 2017 **Val d'Otro – Alpe Pianmisura (1854 m)** **da Alagna Valsesia (VC)**

Tempo totale percorso : ore 4.00
Dislivello : 675 m circa
Difficoltà : E
Partenza ore 6.00 – Piazzale CAI

La Val d'Otro offre la possibilità di immergersi in ambienti assai suggestivi, caratterizzati dalla presenza di varie borgate che conservano testimonianze intatte di architettura walser. Le dimore con l'inconfondibile intreccio ligneo compongono i villaggi di Follu, Dorf, Scarpia e altre frazioni limitrofe: spesso di antica origine sono assai ben conservate e perfettamente restaurate. L'Alpe Pianmisura invece ha costruzioni tipicamente piemontesi e valdostane. Dal punto di vista panoramico la camminata offre nella parte iniziale suggestivi scorci su Alagna e sul monte Tagliaferro (2964 m), dalle forme aspre e dirupate.



04 Giugno 2017 **Rifugio Mario Merelli al Coca (1892 m)** **da Valbondione (BG) – Val Seriana**

Tempo totale percorso : ore 5.00 - 5.30
 Dislivello : 952 m
 Difficoltà : E
 Partenza ore 6.00 – Piazzale CAI

Il rifugio Mario Merelli al Coca è stato intitolato all'alpinista scomparso su queste montagne nel 2012 ed è posto su un panoramico e strapiombante sperone roccioso. Si trova in uno degli angoli più suggestivi e selvaggi delle Orobie: siamo vicini alla località nota come "Conca dei Giganti", dove svettano tutte le maggiori elevazioni del gruppo: il Pizzo Coca (3050 m), il Pizzo Redorta (3037 m) e la Punta Scais (3038 m), nonché altre cime che coronano la Val Bondione.



18 Giugno 2017 **Diga del Gleno (1527 m) e Baita Alta (2088 m)** **da Vilminore (BG) – Val di Scalve**

Tempo totale percorso : ore 4.00 per Diga – ore 6.00 – 6.30 per Baita Alta
 Dislivello : 500 m circa alla Diga – 1070 m alla Baita Alta
 Difficoltà : E - Partenza ore 6.00 – Piazzale CAI

L'escursione ai ruderi della diga del Gleno è ambientata nell'ancora incontaminata Val di Scalve e si snoda lungo un facile percorso. E' un'escursione dagli incantevoli panorami, come quello della prospiciente parete nord della Presolana, ma purtroppo rievoca anche il triste evento del 1° dicembre 1923 quando, intorno alle 7.15 avvenne il crollo delle dieci arcate centrali della diga che portarono al rilascio dell'enorme massa d'acqua contenuta nel bacino (circa 6 milioni di metri cubi d'acqua, detriti e fango) che, scesa violentemente a valle, distrusse interi paesi causando la morte di almeno 356 persone, ma il numero reale risulta ancora oggi incerto. Alle spalle del piccolo lago risale la Valle del Torrente Gleno e sullo sfondo appaiono le rocce rotte del Monte Gleno (2882 m), una delle cime più alte della catena orobica.



02 Luglio 2017 **Rifugio Vittorio Sella (2585 m) – da Valnontey (AO)** **Parco Nazionale Gran Paradiso**

Tempo totale percorso : ore 5.00
 Dislivello : 920 m
 Difficoltà : E
 Partenza ore 6.00 – Piazzale CAI

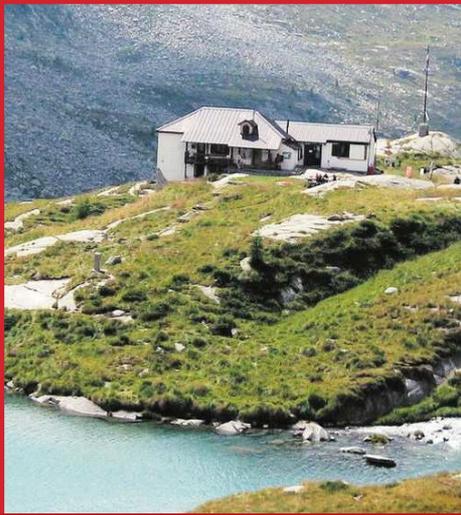
Il rifugio Vittorio Sella (2585 m), in origine casa di caccia, è stato fatto costruire dal Re Vittorio Emanuele III nel 1861 e dal 1932 è diventato un rifugio alpino. Questa facile escursione (il percorso si svolge dall'inizio alla fine su una comoda mulattiera) permette di ammirare le bellezze del Parco Nazionale del Gran Paradiso e offre un panorama sensazionale sulla catena del Gran Paradiso. E' concreta la possibilità di avvistare camosci, stambecchi e soprattutto marmotte che, ormai abituate alla presenza dell'uomo, si lasciano avvicinare fino a pochi metri.



14 – 15 – 16 Luglio 2017 **Rifugio Tuckett – Quintino Sella (2272 m)** **da Vallesinella (TN) – Dolomiti di Brenta**

Partenza ore 6.00 – Piazzale CAI

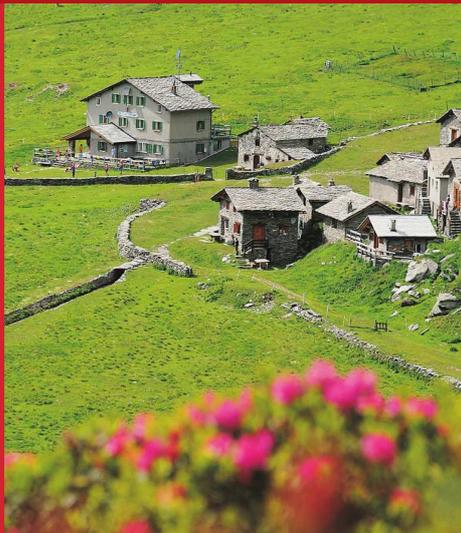
Il rifugio Tuckett e il vecchio rifugio Quintino Sella si trovano sopra uno sperone roccioso in alta Vallesinella, dominante la parte terminale della vedretta inferiore di Brenta. Un panorama veramente notevole sul gruppo Adamello Presanella e sulle cime che la circondano quali Cima Brenta, Punta Massari, Cima Stella. La via più diretta di accesso è la risalita della Vallesinella da Madonna di Campiglio. Molto frequentato è anche il percorso che ha inizio dalla stazione della funivia del Grosté e che in 1 ora e 20 minuti porta alla meta. I rifugi sono posti ad una quota relativamente poco elevata e la loro vicinanza a Madonna di Campiglio ne fa una delle principali mete nelle Dolomiti di Brenta, che si connotano per i suggestivi torrioni di roccia e per l'imponenza degli scenari naturali.



10 Settembre 2017
Rifugio Gnutti (2166 m) - dal Ponte del Guat (BS)
Val Miller - Adamello

Tempo totale percorso : ore 4.00 – 4.30 circa
 Dislivello : 638 m
 Difficoltà : E
 Partenza ore 6.00 – Piazzale CAI

Il rifugio Serafino Gnutti sorge nelle vicinanze del lago Miller, nella valle omonima, a 2166 metri di quota. Ci si arriva partendo dal parcheggio in prossimità del Ponte del Guat (che raggiungeremo con il servizio navetta), superando un salto roccioso percorso dalle "Scale del Miller", un ripido sentiero a tornanti. Il fabbricato era in origine una palazzina dell'Enel destinata ai guardiani della diga del lago Miller. Acquistato dalla sezione Cai di Brescia, è stato completamente ristrutturato per adattarlo alla nuova funzione. Dal rifugio si raggiunge la vetta dell'Adamello dalla via attrezzata Terzulli, una delle vie più dirette ed alpinistiche.



24 Settembre 2017
Rifugio Chiavenna e lago Angeloga (2044 m)
da Campodolcino (SO) - Valle Spluga

Tempo totale percorso : ore 5.30 circa senza Ski Express
 ore 4.00 circa con uso Ski Express
 Dislivello : 958 m (senza uso Ski Express) – 350 m circa (con uso Ski Express)
 Difficoltà : E - Partenza ore 6.30 – Piazzale CAI

La conca dell'Angeloga è uno dei posti più appartati e affascinanti della Valle Spluga. Un magnifico lago ovoidale ne occupa l'estremità meridionale, mentre sul resto della piana erbosa trovano spazio le ordinate casette dell'Alpe Angeloga e, poco distante, la grande struttura a tre piani del Rifugio Chiavenna (2044 m), ai piedi del Pizzo Stella (3163 m), principale meta alpinistica della zona. La conca, quando non è spazzata dai gelidi venti che di sovente vengono a passeggiare in questo luogo, si presta ad accogliere sui suoi prati gli escursionisti più pigri. Per chi ha ancora energie da consumare, però, vale veramente la pena, nelle giornate terse, di salire ancora un poco, fino al Passo Angeloga, dove la vista può vagare sulla superficie del Lago di Lei, invaso artificiale lungo ben 8 km che riempie quasi per intero la valle omonima.

CAMMINA CAI 2017



**Escursioni,
 manifestazioni, eventi**



**7-8 ottobre
 2017**

08 Ottobre 2017
Giro ad anello di Cornalba
Percorso storico - Val Serina (BG)

Tempo totale percorso : ore 4.00 – 4.15
 Dislivello : 680 m
 Difficoltà : E
 Partenza ore 7.00 – Piazzale CAI

Escursione storico-culturale di notevole interesse paesaggistico in ambiente di media montagna, effettuabile in tutti i periodi dell'anno. Si svolge su comodi sentieri, generalmente non impegnativi, praticabili da tutti gli escursionisti, anche da famiglie. L'itinerario che si snoda in Val Serina, nelle Prealpi Bergamasche centrali, è stato scelto in occasione della manifestazione **"CamminaCAI 2017 - Percorsi storici"** e Cornalba, punto di partenza della nostra escursione, è nota per i cruenti fatti di sangue avvenuti tra il 25 novembre e il 1° dicembre 1944. In quei giorni infatti, a seguito di un duplice rastrellamento operato da uno dei più sanguinari e famigerati comandanti fascisti (Aldo Resmini), furono trucidati 15 partigiani della formazione GL "24 Maggio". Gli stessi abitanti del paese, colpevoli di aver assicurato un "tetto" ai partigiani, pagarono un prezzo elevatissimo in termini di sofferenze, minacce e rischio reale di una rappresaglia dalle conseguenze incalcolabili.

CASTAGNATA CAI A FINE STAGIONE

DATA E LOCALITA' DA DEFINIRE

Cultura: fatti naturali da conoscere e comprendere

La vegetazione di luoghi umidi montani

MARTINO LIRONI

Abbiamo già preso in esame la sorte cui vanno incontro luoghi alpestri umidi, pozze, paludi e simili, rendendoci conto che, a tal fine, lavorano attivamente – in prima linea – le piante acquatiche e la vegetazione simpatizzante per terreni intrisi d'acqua. Esse sono seguite dalle loro consimili cui bastano siti meno umidi. Abbiamo constatato la diversità dei loro gusti, che vanno dall'immersione quasi completa a quella di una sola parte del fusto, all'installazione sulla fascia di terreno della sponda. Questa loro distribuzione in posizioni diverse non è affatto casuale.

Alla prova dei fatti si verifica facilmente che l'indice di gradimento di quelle parzialmente immerse, si manifesta in diretto rapporto con la profondità dell'acqua. La natura realizza così un'ordinata gradualità, mediante la localizzazione in decrescita dall'interno verso la riva.

Seguendo tale senso troviamo prima le piante "totalmente acquatiche" (*lenticchie e castagne d'acqua, utricolarie, ninfee, ecc.*), poi le *tife* e le *canne palustri* parzialmente immerse.

Per inciso, merita un attimo di attenzione una particolarità prettamente funzionale, specifica delle piante – come le *ninfee* e le *castagne d'acqua* – con le foglie adagiate sulla superficie dell'acqua. Tali foglie, contrariamente alla regola generale, hanno gli stomi (aperture necessarie per gli scambi gassosi fra la pianta e l'atmosfera), aperti sulla pagina superiore e non sull'inferiore.

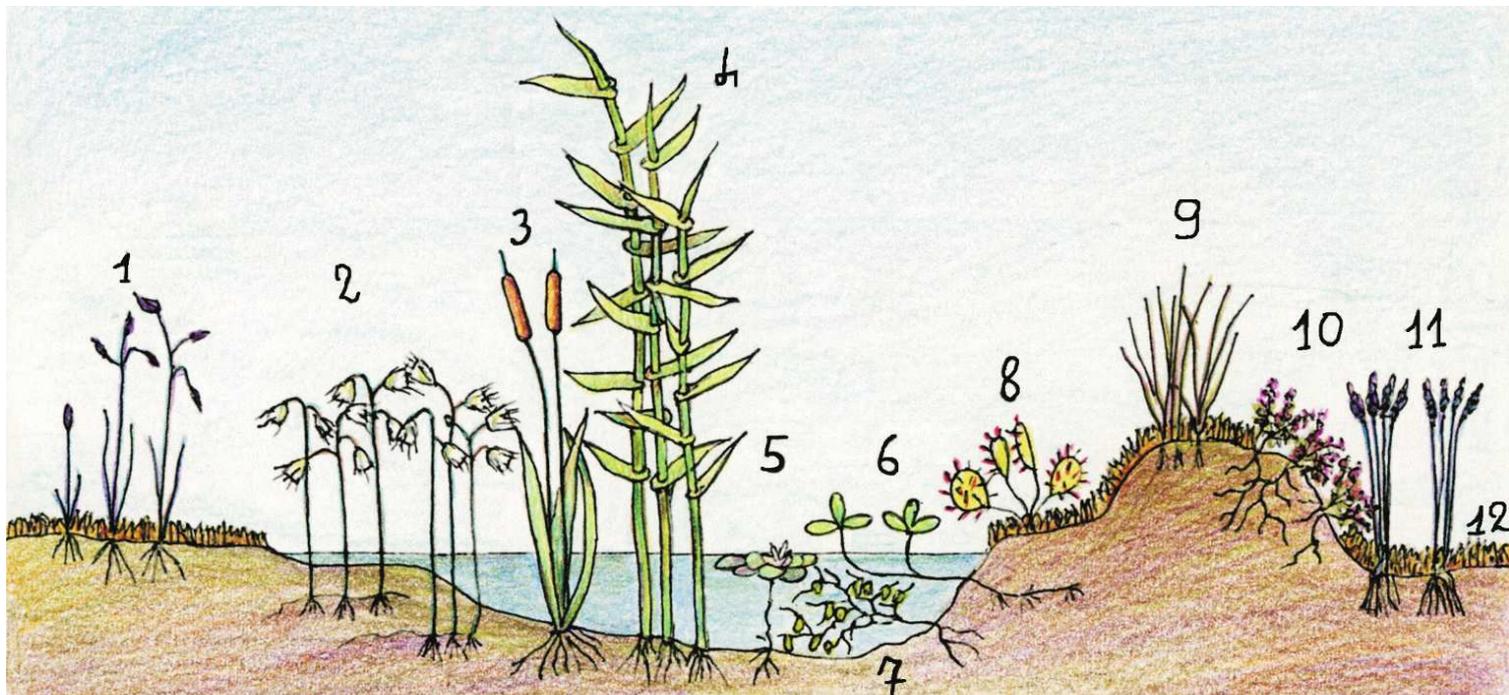
Nella successione verso la sponda, vivono poi il *trifoglio d'acqua* e gli *eriofori*, ormai nelle immediate vicinanze della riva. Su quest'ultima stanno, in bell'ordine la *drosera* (quando c'è), la *molinia*, il *brugo*, la *carice* e i *giunchi*.

Se avessimo la curiosità di verificare se effettivamente quest'ultimo gruppo di piante è radicato in terra, l'impresa non ci riuscirebbe tanto facile, perché la superficie del suolo è fittamente coperta e mascherata da altri vegetali: i *muschi brunni*. I quali, peraltro, tendono ad ammassare i loro residui, formando qua e là dei cumuli spugnosi, a loro volta molto favorevoli all'insediamento della *molinia cerulea*, del *brugo* e dei *giunchi*. Si veda lo schizzo a corredo del presente: raffi-

gura lo spaccato di un'area umida e rivela quanto sia tenace e vitale l'attaccamento alla terra dei vegetali propri di quest'ambiente. Se escludiamo piante galleggianti sull'acqua (es. *la lenticchia*), tutte le altre vanno ad ancorarsi con le radici al terreno del fondo, persino quelle (es. *canne, eriofori*) con una porzione di fusto immersa.

Ebbene, tutte queste piante hanno il comune destino di dover cedere il passo alle loro vicine di fascia più terricola, man mano che l'interramento dello specchio d'acqua procede e la profondità dell'acqua si riduce. Di fatto, al termine del processo, spariranno quelle viventi nell'acqua; le altre si ridurranno sempre più fino a che sopravvivranno solamente le meno esigenti di umidità. Ma anche per esse, gli anni sono contati, poiché il prosciugamento della zona umida crea condizioni propizie all'affermarsi e all'avanzata del cosiddetto *bosco igrofilo*, con la vegetazione che generalmente lo contraddistingue: diverse specie e varietà di *salice, pioppo bianco, sambuco e frassino*.

Nuovi inquilini per una casa ristrutturata.



1. Carici - 2. Eriofori - 3. Tife - 4. Canne palustri - 5. Ninfee - 6. Trifoglio acquatico - 7. Utricolare - 8. Drosera - 9. Molinia cerulea - 10. Brugo - 11. Giunchi - 12. Strato di Muschi brunni

TAURUS®
Erba-Lecco-Carate B.za **SPORT**

Tutto per Trekking, Alpinismo,
Running e Ski-running

TECNOGRAFICA
TIPOGRAFIA
LITOGRAFIA
22063 CANTU' - Viale Ospedale 5
Tel. 031.720401 - Fax 031.7092747

TECNOGRAFICA snc
di Montorfano e Riva
tecnograficasnc1@virgilio.it

UnipolSai
ASSICURAZIONI

MOLTENI ASSICURAZIONI
agenzia di Cantù

Via Vergani 28a - 22063 Cantù
tel. 031.715814 - fax 031.715052
cell. 348.3148780

e-mail CANTU.UN20249@agenzia.unipol.it

Islanda: un vecchio sogno realizzato

Non solo tra terra e fuoco

ANDREA e DANIELA

Ebbene sì, finalmente il sogno dell'adolescenza si è realizzato!!

Nel settembre scorso, Daniela ed io abbiamo preso l'aereo e siamo atterrati a Reykjavik, siamo saliti sulla macchina che abbiamo noleggiato e che per 15 giorni è stata la nostra casa (anche perché dormire negli alberghi non è proprio nel nostro stile, soprattutto considerati i prezzi veramente esagerati!), e siamo partiti per l'avventura più entusiasmante della nostra vita.

Abbiamo guidato tantissimo, percorrendo la "Hrinvegur", la strada statale che fa il giro del paese, le strade secondarie asfaltate che collegano i centri abitati minori, ma soprattutto le strade sterrate, che come capillari raggiungono le località di maggior interesse geologico e naturalistico e che quando le percorri ti senti letteralmente disperso nel nulla più assoluto.

Il piacere di guidare nelle terre de-

solate islandesi si accompagna purtroppo all'alto rischio di distrarsi, di uscire di strada, di fare un incidente, perché sfido chiunque a rimanere per un minuto con gli occhi incollati sull'asfalto senza alzare lo sguardo per contemplare quel magnifico panorama.

Molto meglio godersi il paesaggio a piedi, non importa se con una semplice e veloce passeggiata, con una gita di un giorno o con un trekking di più giorni, tanto è tutto così naturalmente favoloso e magico, che sembra di trovarsi in un altro mondo, dove il banale diventa straordinario e tutto ciò che colpisce i tuoi occhi regala pace ed armonia.

L'elenco delle meraviglie naturali è infinito.. e le parole non servono a nulla.

Il Circolo d'Oro dà una rapida e facile idea della geologia del paese, anche perché si trova vicinissima alla capitale, e infatti è stata la prima zona che abbiamo visitato.

In un'area piccolissima si concentra-



no il geyser Stokkur, un'esplosione di acqua bollente che ricorre puntualmente ogni 10 minuti raggiungendo un'altezza di 30 metri, le cascate Gullfoss le più spettacolari e potenti del paese, ma soprattutto il parco nazionale di Pingvellir, dove si può camminare tra le 2 placche tettoniche, quella nordamericana e quella euroasiatica, che ogni anno si allontanano di un centimetro, fenomeno che rende l'Islanda un posto unico al mondo.

Nei giorni successivi, pieni di entusiasmo, ci siamo dati alla montagna, e alle nostre attività preferite.

Dalle cascate di Skogar, un villaggio a sud del paese, siamo partiti per un trekking di circa 10 ore che ci ha permesso di attraversare il passo Fimmvorduhals, che si incunea tra due stupendi ghiacciai, e di salire su Modi e Magni, le 2 montagne più giovani del mondo, nate in seguito all'eruzione dell'Eyjafjallajokull, il vulcano che nel 2010 ha bloccato il traffico aereo di mezza Europa (ce lo ricordiamo tutti vero?); infine abbiamo raggiunto Porsmork, situata in una valle selvaggia, dove abbiamo avuto la fortuna di avvistare la volpe artica.

Ma la cosa che abbiamo apprezzato di più sono stati i ghiacciai.



**UNION
PLAST**

PRODOTTI
PER L'EDILIZIA
IDROPINTURE
RIVESTIMENTI MURALI

UNION PLAST S.R.L.

22040 Alserio (Co) - Via Carcano, 8
Tel. 031.631.115 - Fax 031/619.010

Internet: www.unionplast.com - E-mail: info@unionplast.com

Il Fornaio
RADICE®

CANTÙ

P.za Garibaldi, 3 - Tel. 031.714220
Largo Adua, 14 - Tel. 031.714447
Via Domea, 47 - Tel. 031.709495
www.ilfornaiodiradice.it

Specialità
pizze e focacce
vasto
assortimento
pane

fresart

di Frigerio Claudio
incisione - traforatura
fresatura metalli

sport e premio medaglie - coppe - targhe - trofei

22063 CANTÙ (Como) ITALIA

Via Cesare Cantù, 4 - Tel. e Fax 031.710640
info@fresart-italia.com - www.fresart-italia.com
info@sportepremio.com - www.sportepremio.com

Islanda: un vecchio sogno realizzato

Non solo tra terra e fuoco

Raggiunto il Parco Nazionale di Skafafell, abbiamo potuto ammirare in tutte le sue mastodontiche dimensioni il Vatnajökull, la calotta glaciale più grande del mondo dopo i poli, dove abbiamo potuto fare una passeggiata sul "ghiaccio nero", colore che non è dovuto all'inquinamento come ormai siamo abituati a vedere sulle Alpi, ma al fatto che le lingue glaciali, nel loro cammino verso valle, inglobano e si mescolano alla cenere e ai detriti vulcanici.

Sopra una di queste lingue di ghiaccio ci siamo divertiti a camminare in mezzo ai seracchi e a salire e scendere in arrampicata sulle pareti dei crepacci; insomma siamo stati contenti di avere utilizzato tutta l'attrezzatura alpinistica che abbiamo portato da casa!

Nei giorni seguenti abbiamo raggiunto i fiordi orientali che, come quelli occidentali attraversati durante gli ultimi giorni della nostra vacanza, ci hanno regalato panorami fantastici, ed esperienze veramente piacevoli, come l'avvistamento delle foche e l'assaggio delle specialità culinarie del paese, ovviamente tutte a base di pesce; insomma tutto meraviglioso!

L'unica nota dolente è il tempo, sempre imprevedibile, che può offrire giornate fantastiche dove gli arcobaleni si sprecano e il sole fa risaltare tutti i colori, il blu cobalto del cielo del nord, le varie sfumature di verde, da quello brillante dei campi e dei pascoli (per la gioia di tutti gli animali del paese!) a quello opaco dei pendii vulcanici, ma anche il giallo dei campi di fieno e il rosso degli arbusti.

Tuttavia, all'improvviso il tempo si può travolgere con piogge talmente violente ed incessanti e venti così forti che rendono ancora più insopportabile il freddo che ci ha accompagnato per tutta la vacanza.

Proprio una di queste piogge ci ha rovinato la visita della spettacolare laguna di Jokulsarlon, luogo dall'atmosfera quasi onirica e surreale dove galleggiano centinaia di iceberg che

si staccano dal ghiacciaio, e che avremmo voluto attraversare con un'escursione in kayak.

Nei territori a nord del paese abbiamo visitato un'altra zona fantastica dal punto di vista geologico, la regione del Myvatn, dove la crosta terrestre è sottilissima, la lava è praticamente sotto i nostri piedi e la terra "scotta" nel vero senso della parola; qui si concentrano un'impressionante numero di elementi e di fenomeni na-

stico, la Penisola di Snaefell, dove abbiamo fatto 2 bellissime scalate; la prima sulla roccia della Kirkjufell, la montagna più fotografata d'Islanda per via del suo profilo perfetto; la seconda sul ghiaccio dello Snaefellsjökull, il vulcano spento che domina l'intera regione.

Troppo spesso si tende a ridurre il paesaggio Islandese con la banale espressione "una terra di ghiaccio e di fuoco".



turali, crateri ormai estinti, geyser e fumarole, bocche dove bolle l'acqua e il fango, sorgenti termali.

Queste ultime rappresentano il valore aggiunto di una vacanza in Islanda, perché le pozze d'acqua calda sono numerosissime e distribuite in tutto il paese e permettono di rigenerare sia il corpo che lo spirito.

La nostra vacanza è terminata in un'altra regione straordinaria sia dal punto di vista geologico che alpini-

Ma l'Islanda è molto di più di questo, e nessuna foto può veramente rappresentare l'essenza del paesaggio e trasmettere le emozioni che si vivono nel sentirsi completamente immersi.

Perciò consigliamo a tutti di partire per il paese più entusiasmante del mondo, dove non crederete ai vostri occhi. Insomma, bisogna vederlo e viverlo di persona.

Provare per credere.

 **Zappellati gioielleria**
CANTÙ VIA MATTEOTTI 30 TEL. 031 712271



GENERALI
Assicurazioni Generali S.p.A.

Bianchi Donato & Cipolla Alberto
& Brambilla Marco snc

AGENZIA PRINCIPALE DI CANTU'
Via C. Cattaneo, 1 - Tel. 031.712277 - Fax. 031.704242

BOSTICCA PATRIZIA

massofisioterapista
massaggiatore sportivo

Via Lepanto n. 13
22063 Cantù (Co)
Tel. 348.0548073
pattibosticca@tiscali.it

Anche la buona cucina sale in QUOTA



POLENTA

La POLENTA la si trova in ogni Rifugio, in ogni stagione!

La polenta va cotta rigorosamente nel paiolo di rame (4 litri di acqua, per 1 Kg di farina gialla): quando l'acqua salata bolle, si fa cadere a pioggia la farina e si continua a rimestare con un bastone di legno per impedire che si formino grumi, deve cuocere almeno 50'. Essa spesso può accompagnare svariati piatti di carne: umidi, brasati, salamini cotti, intingoli vari o formaggi. La polenta Taragna è fatta con farina di grano saraceno, (solitamente "annega" nel burro e con tanto formaggio tipo toma), come la polenta "concia" di farina gialla (dove nell'altrettanto abbondante burro si cuoce anche dell'aglio per insaporire l'intingolo).

Nella polenta pasticciata alla valdostana non deve mancare la Fontina, mentre in quella pasticciata alla veneta, troviamo una sorta di ragù di carne trita, rigaglie di pollo, funghi secchi, sedano, carote, pomodori pelati e abbondante formaggio grana.

P.S. Se volete mangiare la migliore polenta "uncia", non dovete andare lontano, basta raggiungere il Rif. Martina sotto al monte S. Primo, godrete anche di una spettacolare vista sul lago.

Stagione 2017

Cicloescursionismo... si parte!



... "Con il medesimo spirito che ama ogni attività CAI, con la cultura e l'esperienza più che secolare del nostro sodalizio, semplicemente utilizzando la mountain-bike come strumento per andare in montagna, frequentarla e conoscerla, nel pieno rispetto dei luoghi, dell'ambiente e degli altri fruitori, di chi in montagna ci vive e di chi la frequenta per diletto.

Questo per noi significa fare "ciclo escursionismo in mountain-bike". Perché la mountain-bike non è solo

agonismo o velocità, non è solo discesa a rotta di collo, downhill o free-ride. Noi del CAI volgiamo dar voce a chi pratica la mountain bike con spirito escursionismo, con genuina passione per la montagna. Vogliamo dar voce a chi è abituato a muoversi in silenzio, a chi ama la sana fatica, a chi non considera l'ambiente montano come un luna-park. Vogliamo difendere la natura da chi la usa male e da chi la vuole vietare" ...

(<http://cce.cai.it/ciclo.html>)

Il CAI Cantù ha dato il via nel 2015 alla pratica della mountain-bike in montagna in particolare lungo i sentieri di zona, con un programma di escursioni ad hoc.

Il calendario, è compilato con l'intento di coniugare le esigenze di cicloescursionisti con diversi gradi di allenamento e preferenze (strade e/o sentieri), ferma restando la volontà di proporre iniziative in luoghi di elevato valore storico, culturale, naturalistico, paesaggistico.

Partecipando alle iniziative del sodalizio, classificate in base all'apposita scala di difficoltà, potrete avvicinarvi alla pratica del cicloescursionismo

nel migliore dei modi, usufruendo del bagaglio di esperienza dei nostri soci e degli amici iscritti alla S.I.M.B., i quali vi daranno le indicazioni per superare situazioni critiche ed errori inutili.

Ecco il calendario:

28 Maggio

Passeggiata Cantù-Alzate-Fontana del Guercio-Cantù

in collaborazione con Lega Ambiente

Uscita TC (turistica - famiglia)

25 Giugno

Cantù-Valbasca-Brenna-Cantù

con assaggi di discese tecniche

Uscita MC (media capacità tecnica)

23 Luglio

Passeggiata per le cascine della Brughiera

in collaborazione con Lega Ambiente

Uscita TC (turistica - famiglia)

17 Settembre

Sentiero dei Faggi Cantù-Como-Brunate-Capanna Mara-Albavilla-Cantù

Uscita BC (buone capacità tecniche)

Possibilità noleggio bici



Noleggio autobus, minibus
vetture con conducente

Autoservizi CATTANEO s.r.l.

Via Martiri della Libertà n. 8
23894 CREMELLA (LC)

Uffici (per corrispondenza e spedizioni)
Via Liberazione, 13 - 23895 NIBIONNO (LC)
Tel. 031 692175 - Fax 031 692167
e-mail: info@autoservizicattaneo.com
www.autoservizicattaneo.com

SEGUICI SUI SOCIAL

Per rimanere aggiornati sulle
attività della nostra Sezione

sul sito

www.caicantu.it

trovi tutte le
informazioni
aggiornate

