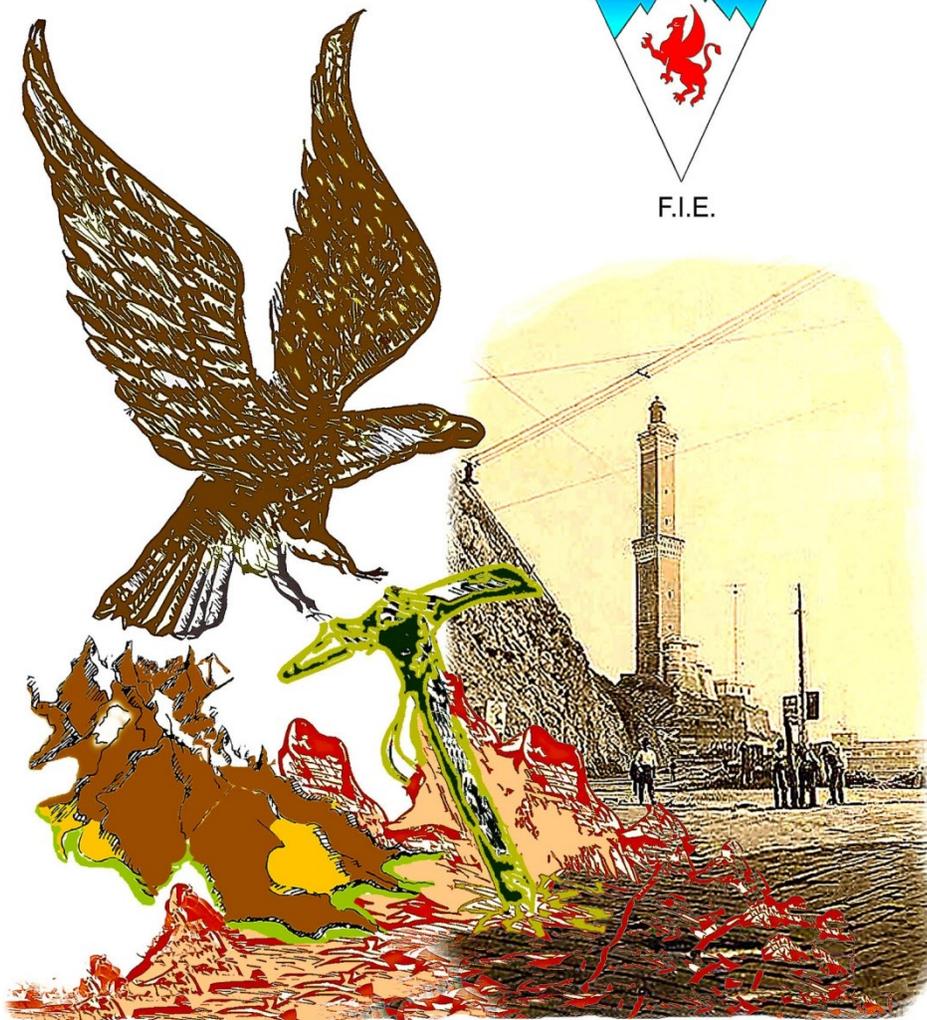


1928 - 2013 85° dalla fondazione

gruppo  
escursionistico



F.I.E.



Notiziario del gruppo escursionistico " I MONTAGNIN "

Anno 2013 N° 2

# NOTIZIARIO DEL GRUPPO ESCURSIONISTICO I MONTAGNIN

*periodico di informazione  
quadrimestrale*

## REDAZIONE

Via S. Benedetto 11/3  
16126 Genova  
Tel 010 252250  
Fax 010 8597527  
e.mail: [ge.montagnin@fastwebnet.it](mailto:ge.montagnin@fastwebnet.it)  
Sito internet: [www.montagnin.it](http://www.montagnin.it)

## DIRETTORE

## RESPONSABILE

Umberto Torretta

## SEGRETARIA DI

## REDAZIONE

Francesca Milazzo

## REDAZIONE

Nadia Bottazzi  
Alessandra Bruzzi  
Angela Gaglione  
Paola Poggioli  
Gianfranco Robba

## DELEGATO DEL C.D.

Gianfranco Robba

## STAMPA

Status s.r.l. Via Paleocapa 67r Genova  
Autorizzazione n° 8/1991  
del Tribunale di Genova.  
Diffusione gratuita ai Soci e ai  
simpatizzanti, non commercializzata.  
Pubblicità inferiore al 70%

**ANNO 2013 N° 2**

*“Camminare nel bello  
della natura e dell’arte”*

## SOMMARIO

Un anno ... dispari	Pag. 1
Un morbido rientro	" 2
Nel bianco di Madonna di Campiglio	" 3
La conquista dell'Everest	" 3
Paesi Fantasma	" 5
Riflessioni sul tempo, una cavaglia e gli anni che passano	" 7
Programma gite Giugno - Dicembre	" 9
Momenti forti del programma	" 12
Cronaca Montagnin	" 13
Riepilogo attività Dic '12 - Mag. '13	" 16
Napoli, De Crescenzo , Pasquale e l'Hotel Zi-Carmela	" 17
Mozzarelle e numeri	" 18

*Hanno collaborato a questo numero:*

- Elisa Benvenuto
- Luisa d'Angelo
- Angelo Pireddu
- Mariella Giustolisi



## UN ANNIVERSARIO DISPARI

Un anniversario da non dimenticare: il nostro ottantacinquesimo compleanno!

Di solito festeggiamo ufficialmente i decennali ma credo che questo numero “dispari” abbia una certa importanza.

Ottantacinque anni ininterrotti di attività sono un traguardo rimarchevole nella storia di un gruppo come il nostro. Non ci siamo mai fermati, neanche nei momenti più critici: tutti sappiamo di quando, durante i tempi bui della seconda guerra mondiale, alcuni Soci si incontravano sotto i portici di Piazza Dante per mantenere vive e continue le attività del Gruppo.

Da allora, e per fortuna, molte cose sono cambiate, ma i Montagnin sono sempre gli stessi. Non indossiamo più i pantaloni alla zuava, gli scarponi chiodati o le giacche di panno; camminiamo leggeri avvolti in tessuti ultratecnici ma gli occhi ed il cuore sognano sempre panorami infiniti, boschi ombrosi, magnifiche vette, *“le discese ardite e le risalite”*. Più importante ancora, delle tante attività svolte, è il nostro modo di essere insieme, amici in cammino sui sentieri dei monti così come sul sentiero della vita, pronti a ridere, scherzare e prenderci in giro ma anche a fermarci e aspettare chi è rimasto un po' indietro.

Per lasciare un segno di questo anniversario intolleremo all'ottantacinquesimo il trofeo della gara sociale che si svolgerà ad ottobre e a cui siete già da ora caldamente invitati a partecipare.

Inoltre sono in “gestazione” alcune proposte per rendere questo anno un po' speciale. Soprattutto, però, ricordiamoci l'importanza della solidarietà e dell'amicizia che ci hanno accompagnato fino ad oggi e che sicuramente saranno di viatico per arrivare per lo meno fino ai cento anni dalla fondazione.

E comunque cosa ne direste di festeggiare tutti insieme, in Sede, spegnendo ottantacinque candeline su una grande torta “Montagnina”?

Buon anniversario a tutti!

*Elisa*



*Maggio 2013: Napoli, chiostro di S. Chiara*

## Un morbido rientro

Domenica 12 maggio 2013, dopo una serie di domeniche uggiose, bagnate, ventose, oggi c'è il sole!

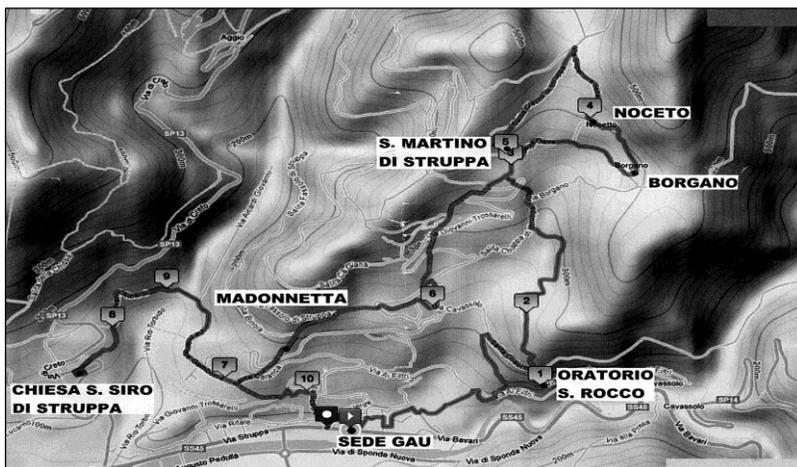
Stamattina all'alba sveglia per controllare il tempo: il cielo verso il forte Diamante è limpido e roseo ma sul mare una pennellata di nuvole ....in un lampo un pensiero: " Vuoi vedere che anche questa domenica va a finire in acqua?" Via nuvole e pensieri, le previsioni danno un tondo giallo pieno (il sole!!), così immediatamente zaino e via..... La giornata, per me, è speciale perché dopo una lunga pausa torno "in gita"; ho scelto un rientro morbido, una gita cittadina con percorso breve e un dislivello minimo, insomma non voglio tenervi sulle spine.

E' la 26^ Giornata dell'Escursionismo, organizzata dalla F.I.E regionale ligure, una giornata d'incontri fra vecchi amici e di scoperta di un territorio che incornicia la città con sentieri tra le case variopinte, giardini di rose in piena fioritura e di gelsomini profumati. Cani e gattini che inducono scritte " attenti al gatto" sugli uscì profumati di fiori. Le denominazioni dei percorsi sono già tutto un programma:

*"Struppa Medioevale"* e *"Tesori storico naturalistici dell'acquedotto storico"*. Tutto bene, beh, sì anche se noi Montagnin eravamo un po' pochini (ma buoni) Certo era una gita un po' da *sgambelletti*, però il suo valore non stava nei numeri, cioè quanti metri di dislivello, quanti km da percorrere, quante ore di cammino, ma nel momento di ritrovo, di condivisione di una scelta di vita, insomma nel fare gruppo quale siamo. Anche la scelta del "Trekking" cittadino mi è piaciuta. Ogni tanto coinvolgere tante persone per conoscere i confini della propria città e per valorizzarne il territorio è un fattore positivo, inoltre era un percorso a km zero.

Ciao.

*gelsomina*



## Nel bianco di Madonna di Campiglio

Come ogni anno, durante il mese di novembre, prenoto la settimana bianca. La scelta è dettata da vari motivi. Quest'anno ho scelto l'offerta di Madonna di Campiglio presentata dal Gruppo escursionistico "I Montagnin".

Non li frequento molto spesso in quanto tra arrampicate, escursioni con il CAI ed altre associazioni il tempo è sempre scarso, ma sono contenta di fare nuove conoscenze e la settimana bianca è un'ottima occasione.

Fatta l'iscrizione, i mesi passano ed arriva finalmente la data della partenza. Chiamo il Presidente per conoscere i dettagli del viaggio e sorpresa: il gruppo dei *ciaspolatori* si è ridotto in modo drastico per vari motivi.

Per fortuna proprio all'ultimo momento si è unito ai pochi Beppe, che sarà per me un valido e caro compagno di viaggio.

Come previsto il 2 febbraio si parte alla volta di Madonna di Campiglio, dove Beppe ed io arriviamo in perfetto orario per l'ora di pranzo. A cena facciamo conoscenza con gli altri compagni di soggiorno: Pierluigi, Adelia, Maria, Ines ed insieme iniziamo la nostra settimana bianca dividendoci in quattro sciatori e due *ciaspatrici* ovvero Ines ed io.

Certo un po' di smarrimento all'inizio c'è stato poiché mancava il consueto gruppone con capogita tipico delle nostre escursioni ma, avuta la mappa delle possibili camminate con le ciaspole, Ines ed io ci siamo avventurate nel bianco mondo della neve. Sentieri immersi in infinite pinete, silenzi interrotti solo dai tanti ruscelli non gelati, il sole che filtra tra maestosi alberi, spettacolari vette imbiancate che fanno capolino fra gli abeti.

Tutto questo è stato vissuto solamente da me e dalla mia compagna di cammino in quanto per ore ed ore, in tutte le nostre escursioni, non abbiamo mai incontrato altri ciaspolatori: a Madonna di Campiglio sovrano è lo sci!

Durante queste camminate ho avuto modo di conoscere meglio Ines, una persona cordiale e soprattutto simpatica, che non si fa intimorire da nessuno e che, seppur prudente, si è affidata alle mie decisioni nella scelta dei percorsi da effettuare ogni giorno, gite sempre interessanti in una natura veramente splendida.

Alla sera, davanti a un bel piatto fumante, ci scambiavamo con i nostri quattro compagni sciatori le rispettive esperienze vissute nella giornata e davamo pareri sulla cucina dell'albergo, sempre con grande serenità e soprattutto allegria per le simpatiche battute di Pierluigi rivolte spesso verso la sempre sorridente Ines.

Per quanto mi riguarda, sono riuscita anche a fare una gita di scialpinismo toccando quasi con mano le favolose pareti delle Dolomiti di Brenta.

Purtroppo arriva la fine della settimana, ma Ines ed io abbiamo ancora un'avventura da vivere: ci siamo prenotate per una gita con le Guide Alpine, che ci porteranno a conoscere il territorio intorno a Madonna di Campiglio e, come premio per la lunga escursione effettuata, in baita abbiamo trovato polenta

fumante, gulash, torta di mele e grappa. Nulla è mancato, neppure il caldo di uno scoppiettante caminetto!

Sabato 9 mestamente ci stavamo preparando al rientro quando abbiamo dovuto anche affrontare una piccola difficoltà a causa dell'automobile gelata di Pierluigi. Ma tutto fortunatamente si è risolto e siamo tornati a Genova con l'augurio di rincontrarci nelle tante future gite.

Faccio un post scriptum per dire che sono una nuova iscritta e poco per volta spero di entrare a far parte, come già mi sento, del simpatico gruppo dei Montagnin.

*Luisa D'Angelo*

## **La conquista dell'Everest**



Monte Everest, m 8848

*Ricorre quest'anno il 60° della prima scalata dell'Everest e dei suoi 8848 m.*

*Il 29 maggio 1953 il neozelandese di Auckland Edmund Hillary e lo sherpa (nativo della valle del Karta in Tibet, ma residente in India), Tenzing Norgay, raggiungevano la cima della montagna più alta del mondo. La notizia della conquista della vetta arrivò a Londra appena in tempo per l'incoronazione della nuova regina, Elisabetta II, che così poté celebrare la grandezza dell'impero britannico. (Nuova Zelanda e India erano allora parte dell'impero). Da quel giorno, 5.600 persone sono riuscite a piantare una bandierina in cima all'Everest, ma almeno 230 sono morte (tra cui tre italiani) nel tentativo di farlo. Una scalata che, anche coi mezzi di oggi, resta sempre un'impresa complessa, costosa e con molti pericoli.*

## Paesi fantasma

Durante una gita sui nostri monti, nel mezzo di una fitta boscaglia, mi è capitato di imbattermi in un paese abbandonato.

Dico la verità che il primo effetto è stato quello di un pugno allo stomaco e il cuore e il cervello si sono accesi di mille pensieri e ricordi.

Se queste vecchie case potessero parlare, chissà quante storie avrebbero da raccontarci.

Abitate forse dai primi pastori più di mille anni fa o dai contadini dell'alto medioevo, chissà quante cose, persone e fatti hanno visto.

Nido e sogno di giovani sposi, vagiti di neonati e risa innocenti di bambini, urla di liti, lamenti per la fame e le carestie, ansimare di vecchi malati e in punto di morte.

Queste vecchie mura di pietre a secco, tenute assieme con poca calce, avranno senz'altro visto processioni di preti, benedizioni di animali, feste nuziali, balli campestri, mietiture e vendemmie, ma anche funerali di giovani denutriti, donne morte di parto e vecchi distrutti dalla fatica e poi, eserciti che transitavano vincitori o in ritirata, o saccheggi e fiamme da parte dei nemici di turno.

Al pari dell'essere umano, queste case hanno senz'altro subito mille difficoltà, pioggia, neve, incendi e crolli, ma l'uomo che con loro viveva in simbiosi, le aveva sempre aggiustate, rabberciate e con l'ampliarsi del nucleo familiare anche ingrandite, anzi verso gli anni quaranta o cinquanta del 1900, aveva cercato di abbellirle con un terrazzo o una ringhiera di ferro.

Poi improvvisamente, come ai tempi della peste, a una a una le vecchie case sono state abbandonate e tutti sono fuggiti per non tornare mai più, quasi si avesse paura di una maledizione, di un malocchio o di un morbo.

Eppure, entrando in alcune di esse, sembra che siano state abbandonate da poco; alle pareti è appeso il ritratto di un uomo con i baffi all'insù e una vecchia col fazzoletto nero in testa, in cucina vi è ancora la stufa, mentre la canna è in terra arrugginita fra piatti rotti e pezzi di carta. Nella stanza si può vedere ciò che resta di un vecchio letto di ferro e i sacconi sventrati e rosicchiati dai topi, in cantina vecchi ferri, zappe in disuso e bottiglie vuote, un vaso da notte bucato.

Ma ciò che ti fa rendere conto che in quella casa non vi è più vita è la stalla. E'completamente vuota ed è rimasta solo la greppia incassata nel muro, ma i buoi e le mucche che si voltano per vedere chi entra non ci sono più.

Gli unici abitanti di quelle case sono i ragni e le lucertole d'estate e i passerii d'inverno, poi è tutto silenzio. Piano piano la neve e la pioggia s'infiltreranno fra i sassi, poi l'erba e le piante si insinueranno con le loro radici e tutto crollerà.

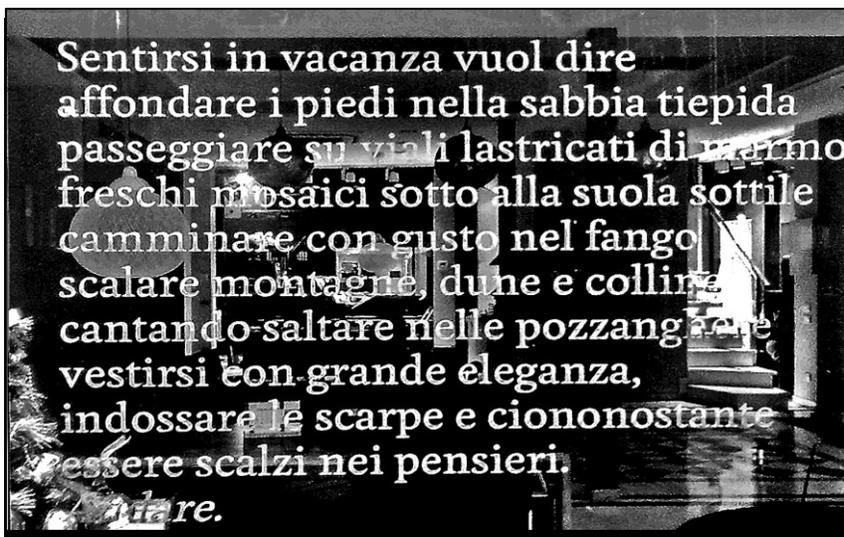
Mentre esco e mi allontano col cuore triste, penso però che per tutte le cose del mondo vi sia un principio e una fine, un filo logico, per cui era forse destino che anche questi paesi di montagna vedessero la loro fine.

Non sarebbe giusto che l'uomo visse ancora in certi luoghi di fame e miseria, è però doveroso raccontare alle generazioni future ciò che è stato, nel bene e nel male.

*Roberto Torretta*



Castelvecchio di Rocca Barbena



## **Riflessioni sul tempo, una caviglia e gli anni che passano.**

Di recente ho visto in TV una trasmissione sull'escursionismo che si intitola *"Facciamo due passi"* dove, all'inizio e alla fine della puntata, il protagonista pronuncia questa frase: *"Impariamo a camminare da piccoli e lo facciamo per tutta la vita"*. La frase è bella, intrigante, ma naturalmente assai generica e credo pure ottimistica.

Ora capita che le persone come me ormai un tantino avanti con l'età, (soprattutto se in gioventù hanno amato la montagna, i sentieri e l'aria aperta), vadano oggi per boschi e per monti, arrancando su stradine e sentieri, con zaini variopinti, gli immancabili bastoncini e tanti berretti e bandane a salvaguardia di zucche bianche o pelate. I più saggi camminano adagio, senza scosse, i più in forma (ancora in odor di gioventù) con passo deciso, incalzante. Interminabili discussioni sulla politica, sul calcio, sul tempo, sui nipoti; si ricordano altre gite, altri trekking, altre albe, altri amori.

Durante quest'inverno e questa improbabile primavera, il tempo, quello meteorologico intendo, è stato a dir poco carogna, è piovuto spesso e volentieri soprattutto nei fine settimana, venti forti, temperature in maggio che non sarebbero andate bene neanche a marzo.

Ora, visto che il tempo, quello che cammina e imbianca le chiome, rende il passo prudente anche con il sole, mentre l'acqua rende scivolosi e infidi i viottoli e i sentieri, molti di noi hanno disertato le gite domenicali (assai spesso rinviate a tempi migliori), dedicando le giornate di forzato riposo a leggere, alla TV, a preparare future escursioni.

Per quanto mi riguarda ho trascorso i primi mesi di quest'anno a guardare con sospetto e con ansia la mia caviglia sinistra. Ogni tanto gonfiava, poi tornava normale, mi faceva un male dell'altro mondo, tanto da non poterla appoggiare.

Le lastre asserivano di una frattura composta al malleolo peroneale, con lesione di alto grado al legamento peroneo-astralgico.

Dico lastre, in quanto ne ho fatto due a distanza di un paio di mesi. Nel frattempo niente gesso ma tutore e riposo. Tanto fuori piove e quindi ... La caviglia continua a gonfiarsi e sgonfiarsi e io continuo a zoppicare e a tirare moccoli!

Quindi, dopo una risonanza magnetica dagli stessi identici esiti, mi decido per un'altra visita ortopedica e qui, visto che il medico mi giura che non vi sono ossa rotte ma solo lesione ai legamenti e che posso fare escursioni, gli credo con entusiasmo, riprendo a camminare, con cautela e attenzione, ma come liberato da un incubo.

Solo qualche pillola, un po' di magnetoterapia, e scarponi alti alla caviglia quando vado per sentieri.

Da qualche settimana ho ripreso a girare per monti, mai da solo, e sono arrivato a fare sino a sei ore di cammino e con lunghe discese e scalinate (percorsi fra i più disagiati e pericolosi). Il 12 maggio di quest'anno ho partecipato con numerosi

amici Montagnin alla 26<sup>a</sup> Giornata Nazionale dell'Escursionismo insieme all'associazione GAU, fra i borghi di "Struppa Medioevale". E' stata un'esperienza diversa dalle altre giornate dell'escursionismo, lontano dai nostri monti, ma camminando per antiche creuze, in mezzo a fiori e casette nel verde.

Come al solito ho raccolto un po' di erbe selvatiche per la più saporita delle insalate.

Il troppo sole cocente (incredibile!) ha costretto i meno intrepidi a consumare il fumante minestrone di pasta e fagioli al coperto, mentre ai tavoli all'aperto si stendevano le solite "sgrigue".

Per restare in dieta stretta, Silvana e io ci siamo fatti due bei piatti di porchetta. Dopo qualche brano dei canterini del gruppo folk delle ragazze della GAU, abbiamo abbandonato la fiera.

Trovo che quel modo di camminare adagio, potendo guardarsi intorno, fare due foto, raccogliere erbe, chiacchierare dei minimi sistemi, sedersi su un bel prato a sgranocchiare un panino, siano ormai (o dovrei dire finalmente?) ingredienti irrinunciabili delle mie escursioni.

Ci sono arrivato per gradi, un po' per gli anni, un po' per la caviglia, un po' perché l'andare per monti non deve, né m'interessa che sia, una sfida alle mie forze (ormai in discesa).

"Camminare nel bello della natura e dell'arte", non correre, non arrivare ad ogni costo sempre e comunque da qualche parte. Mi sono reso conto che la fatica per se stessa è una forma di masochismo che non voglio proprio frequentare.

Ma camminare per me è importante, è vivere, magari facendolo adagio.

*G.Franco*



*Una parte dei Montagnin "cuoce al sole" dopo un buon piatto di pasta e fagioli durante la Giornata Naz. dell'Escursionismo alla GAU.*

# " I MONTAGNIN "

## GRUPPO ESCURSIONISTICO

Via S. Benedetto, 11/3 - 16122 Genova

Tel. Segreteria 010 252250 Fax 010 8597527

Sito Int.: [www.montagnin.it](http://www.montagnin.it) E.Mail: [ge.montagnin@fastwebnet.it](mailto:ge.montagnin@fastwebnet.it)

La Sede è aperta: Martedì dalle 17 - 19 e Giovedì dalle 21 - 23



## PROGRAMMA ATTIVITA'

### da Giugno a Dicembre 2013

**NB** Compatibilmente con il programma, la disponibilità di Capi gita e il meteo, si potranno effettuare durante Estate gite balneari. Informazioni in Segreteria.

Data	Descrizione dell'attività	Respons. della attività	Durata attività ore	Disliv. in salita	Diff. Esc.
<b>Giugno</b>					
2 Dom	Torneo Sociale di Bocce. Belvedere di Sampierdarena	C.D.			
9 Dom	Anello fra Val Borbera e Scrivia, intorno all'Antola: Capp. di S. Fermo - Berga - Campassi - S. Fermo [A.P.]	B. Barabino	7,00	650	E
16 Dom	Stazzema - Foce delle Porchette - Monte Croce . I fiori delle Apuane.	G. De Ranieri A. Pireddu	7,00	760	E
22-Sab 24 Lun	3 Giorni in Val Maira - Acceglio (CN) . Vedere articolo. Prenotazioni e informazioni in Segreteria. [A.P.]	E. Benvenuto S.Paccani			
23 Dom	Gita in Località a destinarsi	Comm. Tec.			
30 Dom	Giogo di Toirano - S.Pietro nei Monti - Giogo di Toirano [A.P.]	S. Paccani B. Barabino	4,00	150	E
<b>Luglio</b>					
6 Sab 7 Dom	Val Ferret (AO) 1°gior: a) Arnouva - Biv. Comino - Rif. Bonatti b) Lavachey - Balconata Val Ferret su TMB - Rif. Elena - Rif. Bonatti. 2°gior: Rif. Bonatti - Tete^ d'entre deux Saufs - Planpinceux (vedi articolo) [A.P.]	A. Bruzzi A. Pireddu	7,00 6,00 5,45	980 900 700	EE E E
14 Dom	Colle della Ciambra ( 1723 m) - Monte Birrone (2131) Vedere articolo [A.P.]	I. Birsà S. Paccani	5,00	670	E
17 Mer 20 Sab	Trekking nelle Dolomiti di Sesto. Giro delle 3 Cime, Sent. delle Forcelle. Vedi articolo. Iscrizioni in Sede. [A.P.]	Gf. Robba E. Benvenuto			
21 Dom	Escursione nel parco della Val Grande. ( Verbania) Informazioni in Sede. [A.P.]	Gl. Carbone	Allo studio		

<b>Data</b>	<b>Descrizione dell'attività</b>	<b>Respons. della attività</b>	<b>Durata attività ore</b>	<b>Disliv. in salita</b>	<b>Diff. Esc.</b>
20 Sab 30 Mer	<b>Soggiorno estivo in Dolomiti a San Cassiano, Val Badia, Pensione Alidor. Informaz. e prenotaz. in Sede. [A.P.]</b>	C.D.			
28 Dom	<b>Sentiero dei Fiori. Giro ad anello dal colle di Valcavera Valle Stura (CN). Vedi articolo. [A.P.]</b>	I. Birsà S. Paccani	5,00	757	E
<b>Agosto</b>					
3 Sab 4 Dom	<b>Valle di Gressoney. 1° Gior. Punta Indren - Rif. Mantova m 3498 . 2° Gior. Rif. Mantova m 3498 - Balmenhorn - Piramide Vincent m 4215. [A.P.]</b>	A. Pireddu	3,0 5,0	250 750	EE Alp. F
11 Dom	<b>Anello dei laghi di Riofreddo Vinadio, Valle Stura (CN) Vedi Articolo. [A.P.]</b>	I. Birsà S. Paccani	5,30	951	EE
15 Giov	<b>Eventuale gita per ascoltare il concerto di Ferragosto. La località non è ancora stata stabilita.</b>	C.T.			
18 Dom	<b>Gita ad anello sui monti intorno a Varese Ligure. [A.P.]</b>	GF. Robba S. Maestroni	5,0	750	E
25 Dom	<b>Escursione nel parco dei 100 laghi (Appennino Tosco-Emiliano) . Dai Lagoni alle zone umide. [A.P.]</b>	GL. Carbone	5,0	400	E
31 Sab 1 Sett	<b>1° gg: Valnontey m 1666 - Casolari dell'Herbetet m 2435 - Laghetto del Lauson - Rifugio Vittorio Sella m 2584. 2° gg: Rif. Sella - Col Lauson m 3296 - Valnontey [A.P.]</b>	E. Benvenuto S. Paccani	6,00 6,00	990 700	EE E/EE
<b>Settembre</b>					
8 Dom	<b>Partecipazione alla Mare-Monti di Arenzano. Programma e prenotazioni in Sede.</b>	A. Pireddu			
15 Dom	<b>Sentiero naturalistico di Bric Guana (Giro dei Laghi del Gorzente) [A.P.]</b>	S. Paccani	6,00	500	E
22 Dom	<b>"La via delle Cappelle" in Valle Arroscia. Da Lovegno Pieve di Tecò (IM) [A.P.]</b>	A. Bruzzi	5,30	480	T/E
28 Sab 29 Dom	<b>Dalla Val Mastellone alla Val Sermenza ( Varallo Sesia) Vedi momenti forti. Progr. e prenot. in Sede [A.P.]</b>	L. Capelli Gl. Carbone	6,00 6,00	1064 1047	E E
<b>Ottobre</b>					
6 Dom	<b>Montemarcello (Sp) - Punta Bianca - Tellaro. Gita breve: Tellaro - Lerici [A.P.]</b>	A. Pireddu E. Benvenuto	5,0 2,0	400 ----	E T
13 Dom	<b>Gara di marcia e pranzo sociale. Informazioni e prenotazioni in Sede.</b>	CD			
20 Dom	<b>Passo del Lagastrello - Rif. Sarzana - M. Acuto. [A.P.]</b>	A. Pireddu Gf. Robba	5,30	500	E
27 Dom	<b>Monte Bertrand attraverso il bosco delle Navette. [A.P.]</b>	E. Benvenuto S. Paccani	5,30	900	E
<b>Novembre</b>					
3 Dom	<b>Castagne e polenta a Mignanego</b>	CD			

Data	Descrizione dell'attività	Respons. della attività	Durata attività ore	Disliv. in salita	Diff. Esc.
10 Dom	Stazzano - Santuario di Monte Spineto - Ca' del Bello - Borghetto Borbera. [A.P.]	L. Roncallo R. Caprile	5,00	400	E
17 Dom	Pontedecimo - Cesino - Pian di Reste - Paveto - Pietralavezzara	A. Bruzzi	4,30	700	E
21 Giov	Assemblea dei Soci in Sede.	CD			
24 Dom	Acquasanta - Punta Martin - Colle della Baiarda - Sentiero Carlo Poggi - Acquasanta	Gl. Carbone	6,00	800	EE
<b>Dicembre</b>					
1 Dom	Lavagna - S. Giulia - Cavi di Lavagna - Punta Manara - Sestri Levante	A. Pireddu E. Benvenuto	5,00	400	E
8 Dom	Santuario di Montallegro - Leivi - Chiavari	Gl. Carbone	5,00	100	E
15 Dom	Capenardo - Monte Candelozzo - Pendici ovest Monte Candelozzo - Capenardo [A.P.]	I. Birsà P. Strata	3,00	300	E
19 Giov	Auguri di Natale in Sede.	Com.Pro Sede			
22 Dom	Staglieno - Colla di Trensasco - Colla del Diamante - Righi	S. Paccani	4,30	600	E
24 Mar	Notte di Natale e S. Messa con i Montagnin	CD			
29 Dom	Il Presepe di Pentema. Donnetta - Cappella del Colletto - Costa della Gallina - Pentema - Donnetta [A.P.]	E. Benvenuto	6,00	500	E
31 Mar	Capodanno con i Montagnin. In corso di elaborazione. Informazioni e prenotazioni in Sede.	CD			

### Estratto dal regolamento gite dei “Montagnin”

<b>Direttore di gita</b>	Il Direttore di gita può variare, a suo insindacabile giudizio, lo svolgimento, il percorso e la durata dell'attività in programma, qualora le condizioni e le circostanze lo richiedano.
<b>Responsabilità</b>	I Direttori delle gite e delle escursioni, e per essi il Gruppo Escursionistico “I Montagnin”, si manlevano da ogni responsabilità per eventuali incidenti che potessero verificarsi nelle attività in programma, sia alle persone che alle cose.
<b>Legenda</b>	<b>A. P.</b> Indica l'uso di auto proprie; Senza indicazioni, uso di mezzi pubblici. <b>Pullman Riservato:</b> Idem <b>C.D.</b> = Consiglio Direttivo. <b>C.N.I.</b> = Comm. Nuove Iniziative. <b>C. T.</b> = Comm. tecnica. <b>P. S.</b> = Pro Sede - <b>F.I.E.</b> = Federaz. Italiana Escursionismo - <b>CAI</b> = Club Alpino Italiano.
<b>Doveri dei partecipanti</b>	I partecipanti alle gite dovranno essere vestiti ed attrezzati adeguatamente per il tipo di escursione prevista. E' altresì opportuno che i partecipanti effettuino solo le gite adatte al proprio allenamento e alle capacità tecnico-fisiche. Il Direttore di Gita, potrà non accettare persone non adeguatamente equipaggiate o, per qualsiasi motivo, non in grado, a suo giudizio, di effettuare l'escursione.

### Scala di valutazione delle difficoltà escursionistiche

<b>T = Turistico</b>	<b>Facile</b> : Itinerario su mulattiera o comodo sentiero, ben segnato e segnalato, di norma sotto i 2000 metri e con dislivelli massimi sui 400-500 metri; richiede conoscenza dell'ambiente montano ed una preparazione fisica alla camminata.
<b>E = Escursionistico</b>	<b>Media difficoltà</b> : Itinerario su sentieri anche lunghi, dal fondo irregolare ed anche molto stretti; tracce di sentiero su pascoli, detriti e pietraie; brevi tratti anche inclinati su neve residua; pendii ripidi e passaggi su roccia che richiedono per l'equilibrio l'uso delle mani; in caso di tratti esposti, questi sono assicurati da cavi, pioli o scalette.
<b>EAI = Attrezzatura innevati</b>	<b>Media difficoltà su percorsi innevati</b> : Come per l'itinerario escursionistico ma su sentieri Innevati. Occorre disporre di attrezzature da neve come ciaspole, bastoncini, event. ramponi

<b>EE = Escursionisti Esperti</b>	<b>Difficile</b> : Indica percorsi che presentano terreni impervi ed infidi, pendii aperti senza punti di riferimento con notevoli problemi di orientamento; pietraie, brevi nevai non ripidi, tratti rocciosi con lievi difficoltà tecniche, semplici vie ferrate.
<b>EEA = EE con Attrezzature</b>	<b>Molto difficile</b> : Richiede l'uso dei dispositivi di autoassicurazione per superare difficoltà di tipo superiore di cui alla sigla EE (ferrate di impegno più elevato del precedente, con possibilità di brevi passaggi di I o II grado).

### **Momenti forti del programma: Giugno - Dicembre 2013**

***I programmi dettagliati dei mesi di giugno e luglio 2013 sono stati pubblicati integralmente nel numero 1/2013 del notiziario dalla pag. 24 alla pag. 32. Per le relative informazioni vi invitiamo a rileggere il dettaglio di quelle gite.***

**22 Settembre.** La "Via delle Cappelle" in valle Arroscia. E' una ripresa della gita saltata il 7 Aprile. Si tratta di una bella e facile passeggiata panoramica, lungo stradelle forestali e carrareccie che si snodano in un ambiente molto vario e interessante fra le valli Arroscia e Pennavaria, nei dintorni dei monti che circondano l'antico borgo di Pieve di Teco..  
Transiteremo davanti alla Cappella di S. Antonino - Madonna della Neve - santuario di SS. Cosma e Damiano - Madonna del Monte. Consigliata a tutti per bellezza e facilità dell'itinerario.

**28-29 Settembre.** Val Mastellone e Val Sermenza (Varallo Sesia). Il primo giorno l'itinerario si svolge sulla vecchia mulattiera che conduce al lago e colle di Baranca, e collega gli abitati di Bannio e Anzino attraverso la Val Allocchia.

Poi per sentiero al Colle d'Egua sempre su itinerario di grande importanza per collegare le due valli. Il secondo giorno si cammina su un itinerario classico di traversata, il più logico per collegare le due località.

Il percorso proposto ricalca quello della Grande Traversata delle Alpi, del Sentiero Walser e della Via Alpina. Discreto il dislivello, poco più di mille metri e sei ore di cammino per ogni giorno di percorso.

**20 Ottobre.** Il lago di Lagastrello e il M. Acuto. Ripetizione della gita del 14 Aprile 2012, tormentata dalla pioggia e dalla nebbia. Con i colori dell'autunno e i boschi pieni di funghi!

**27 Ottobre.** Il Monte Bertrand dal Bosco delle Navette. Il Bosco, famoso per aver fornito gli alberi dei velieri alle navi di Napoleone, è composto in gran parte da magnifici larici ed alcuni straordinari abeti rossi.

La cima della Bertrand rappresenta un balcone panoramico da cui, nelle mattinate limpide, si spazia dalla Corsica alle Alpi Liguri e Marittime. Splendida gita non troppo impegnativa e assai remunerativa.

**31 Dicembre.** E' allo studio un soggiorno in montagna per il Capodanno 2013 e un altrettanto interessante programma per un capodanno coi Montagnin in Sede. Informazioni e prenotazioni in Segreteria.

# Cronaca Montagnin

## Nuovi Soci

Massara Maria Rosa  
Miniussi Olga  
Primarolo Andrea  
Tagliacarne Remo

## Ginnastica Yoga

Col mese di maggio si è concluso il ciclo di incontri di ginnastica yoga diretto dalla Socia Maurilia. I partecipanti ne hanno tratto gran giovamento e si augurano, magari coinvolgendo altri interessati, che riprendano alla fine dell'estate.

## I 90° di "A Compagna"

Il G.E. "I Montagnin" ha consegnato alla Soc. "A Compagna" di Genova, una targa commemorativa nella ricorrenza dei 90 anni dalla fondazione della importante Società di cui hanno fatto parte per molti anni.

## Gara Sociale di bocce 2013

Domenica 2 giugno 2013 a Belvedere di Sampierdarena si è tenuta la tradizionale gara sociale di bocce. L'attività si è svolta in una giornata di inizio giugno parzialmente velata e fresca, nel bell'impianto del Belvedere di Sampierdarena.

Verso mezzogiorno il sole (una rarità in questa umida primavera) ci ha fatto gentilmente visita e la giornata si è fatta calda. Colazione mattutina con cappuccino e focaccia gentilmente offerta.

Il pranzo è stato un grande successo: pantagruelica grigliata di bistecche e salsiccia, bottiglie di bonarda e torte. Il tutto organizzato magistralmente dal "nostro caro Angelo" onnipresente e gran logistico Direttore Sportivo, così come il torneo di bocce di cui diremo.



*Le coppie in gara durante il girone eliminatorio*

Un plauso speciale va al buon Fulvio, gran maestro di fuoco e barbecue, ed ai suoi valenti aiutanti e alla calda accoglienza dei dirigenti sportivi dell'impianto, il servizio di bar e la disponibilità di locali per rinfrescarsi.



*Fulvio, Maura e Angelo preparano e distribuiscono le carni al barbeque*

Alla manifestazione erano presenti 35 Soci Montagnin con la partecipazione alla gara di 16 coppie di giocatori.

Dopo le accanite eliminatorie, quarti e semifinali, questi sono i risultati della gara:

### ***TROFEO TINA SCUTO***

- 1^ classificata: Moro Micheloni Lucia - Micheloni Ferdinando
- 2^ " " Grasso Pina - Consigliere Alfonsina
- 3^ " " De Benedetti Vilma - Strata Paolo
- 4^ " " Villa Lidia - Visconti Gianna

Il trofeo è intitolato a Tina Scuto e dotato di premi offerti dalla Socia Mariella Giustolisi, statutte raffiguranti atleti che giocano a bocce e varie medaglie.

Hanno premiato le coppie di atleti vincitori, la sponsor della manifestazione Mariella Giustolisi e il nostro Presidente Elisa Benvenuto. I Soci presenti hanno trascorso la giornata in semplicità e allegria, dandosi l'arrivederci all'anno prossimo, augurandosi, tutti, di vincere il nuovo trofeo per il 2014.



*Coppia 1^ Classificata: Moro Micheloni Lucia e Micheloni Ferdinando*



*Coppia 2^ Classificata: Pina Grasso e Alfonsina Consigliere*



*Coppia 3^ Classificata: Vilma De Benedetti e Paolo Strata*

## Riepilogo attività' da Dicembre 2012 - Maggio 2013

Gite escursionistiche: 24

Partecipanti: 405

Gite non effettuate per maltempo: 5

Attività C.N.I.: 5

Partecipanti: 57

Attività turistiche: 3

Partecipanti: 157

Altre attività : 2

Partecipanti: 48

**Totale partecipanti: 667**

Visita a palazzo Spinola di Via Garibaldi.

Serata auguri di Natale.

Presepe vivente di Roccavignale.

Notte di Natale nel centro storico di Genova

Soggiorno di Capodanno in Val Maira.

Capodanno in Sede.

Visita al presepe di Crevari.

Pranzo dell'Epifania a Levanto.

Tombolata.

Polenta e... (serata gastronomica).

Bugie di carnevale e scambio dei "ravatti".

Gita turistica a Cannes e all' Isola Sainte Marguerite.

Festa della donna.

Mercante in fiera.

Passeggiata per le antiche creuze di Genova

Serata con lo scrittore alpinista Christian Roccati.

Serata auguri di Pasqua.

Favata.

Gita turistica a Mantova.

Partecipazione alla "Giornata Nazionale dell'Escursionismo. (F.I.E.)

Visita alla mostra "Alla scoperta dei cartelami"

Gita turistica in Cilento (dal 25 al 30 Maggio).

## Napoli, De Crescenzo, Pasquale e l'Hotel Zi-Carmela

Il mio collega Luciano De Crescenzo, partenopeo purosangue, prima di abbandonare la IBM per dedicarsi a fare lo scrittore a tempo pieno (e vendere 18 milioni di libri), menzionava per bocca del suo immaginario personaggio, professor don Gennaro Bellavista, “i fattarielli” su Napoli e i suoi abitanti.

Secondo il professor Bellavista troppe sono le banalità che si dicono e si scrivono su Napoli e i suoi abitanti. La vita a Napoli è un'arte sottile, il sorriso e il sentimento aiutano l'intelligenza nel mestiere di vivere.

Noi *Montagnin* siamo stati nella Napoli fantasiosa delle vie, dove l'arte di arrangiarsi è all'ordine del giorno.

Quella che impropriamente viene definita come “filosofia napoletana” è in realtà un atteggiamento nei confronti della vita.

E' quello che Goethe, incantato più dai napoletani che da Napoli, descrive come “la dimenticanza di sé”, l'unico popolo che se ne sta al sole ad interrogare l'anima. Peccato che questa Napoli però stia scomparendo, ingoiata ma non digerita, dalla globalizzazione.

Ecco appunto, il cuore partenopeo lo abbiamo ritrovato a Laura, a pochi passi da Paestum, all'Hotel “ZI-CARMELA” dove i Montagnin hanno trovato alloggio.

Il titolare, signor Pasquale, è stretto parente ed affine al personaggio di De Crescenzo, con il suo sorriso e l'intelligenza nel mestiere di ospitare e intrattenere i suoi ospiti. Oltre alle grigliate di pesce che ci ha profuso, ha voluto anche darci i piaceri della musica e della spensieratezza.



Così è successo che al ritorno dalla visita alla città di Napoli, (e dopo le meravigliose e faticose gite dei giorni precedenti a Tarquinia, alla Certosa di Padula, a Paestum, alla Reggia di Caserta, a Pompei, alla Costa Amalfitana e la indimenticabile gita escursionistica ai faraglioni di Capri) con grande sorpresa ci

siamo ritrovati già all'inizio della cena ad applaudire, con musica dal vivo, melodie genovesi e napoletane, seguite da balli latino americani, con i Soci Montagnin che hanno fatto esibizione delle loro miglior doti con rumbe, samba, Jive, intervallate da valzer, rock, baciata e mambo in versione di gruppo.

La serata si è trasformata in una vera competizione tra i soci più bravi!

Alla fine il giudizio degli osservatori "indipendenti", ha elogiato la fluidità e la passionalità della coppia formata da Angela Gaglione e Letterio Romeo nonché, a seguire, di Ivana e Michele Russo.

Infine Fulvio e le sue ballerine hanno chiuso la triade dei più applauditi e votati, insieme a tutti gli altri Soci, scatenati come diavoli, Presidente Elisa in testa, che hanno continuato a ballare fino a tarda sera.

*Angelo*



## **Mozzarelle e numeri.**

*"La matematica non sarà mai il mio mestiere!"* Così pensavo anch'io ai tempi della scuola, come cantava l'Antonello da Roma. Poi le vicende della vita mi hanno portato a occuparmi di statistica, di costi delle risorse umane e così via, per tutti i lunghi anni di lavoro e molto spesso mi sono trovato a dovermi districare fra numeri, statistiche, classifiche, confronti fra grandezze, costi e spese. Pazienza, avrei voluto vivere di lettere e congressi e non di numeri, ma tanto basta!

Cosa c'entra tutto questo con la gita dei Montagnin da Paestum a Montecassino? Forse un bel nulla, tuttavia la cosa mi è venuta in mente mentre osservavo Angelo, Gianna e Maria attorno a un tavolo in albergo con pile di carte piene di nomi e di numeri, che facevano i conti delle spese e la divisione fra notti, cene e mance. Allora le mie vecchie consuetudini sono riaffiorate e ho trasformato il racconto del nostro viaggio/soggiorno in cifre. Cosa c'entrano le mozzarelle? Ma diamine, tutta la vacanza vi ha girato intorno e dentro. Vengo subito al punto, seguitemi orsù!

1) *Numero di mozzarelle* consumate a pranzo e cena in albergo da Zi-Carmela:

51 gitanti (+ Giulio grande autista!) x 6 cene + 1 pranzo (con 2 comunioni)  
a base di mozzarella (assolutamente di bufala) per antipasto =  $52 \times 7 = 364$ .

Vanno aggiunte le circa 20 confezioni speciali fatte arrivare direttamente dal vicino e fidato caseificio acquistate dai Montagnin per portare a Genova.

Stimo (per difetto ...) circa 5-6 mozzarelle per confezione = 120. Aggiunte alle 364 già conteggiate si arriva al bel numero di **484**. Non male, roba da un 500 pizze o altrettante insalate capresi.

Per non parlare di quelle in carrozza! ...



*Il gruppo all'entrata del parco archeologico di Paestum*

- 2) *I Km percorsi.* Nel rammaricarmi di non aver consultato Giulio per leggere il contachilometri, ci provo a occhio. Intanto 2 autisti all'andata e 2 al ritorno. Considerando  $800 \text{ km} \times 2$  (and e rit) + Tarquinia = 1650 Km. 4 giorni in giro da Capaccio scalo e rit. per Certosa di Padula, Magna Grecia di Paestum, Reggia di Caserta, Scavi di Pompei, Porto di Salerno per Capri, Napoli, Montecassino. Facciamo  $200 \times 4 = 800$ ; sommati ai primi fanno **2450 km**. Però!
- 3) *Fra chiese, monasteri, certose, cappelle, monumenti, reggie e musei, ne abbiamo visitati 12/15* (senza contare la Madonna del Rosario di Pompei) con i 2/3 Montagnin che sono entrati gratis mentre gli altri (che sfacciatamente facevano i dispiaciuti) che hanno sborsato da 6 a 10 *euri*. Facciamo  $17 \times 13 \times 8 = 1768 \text{ €}$



*Il mare arrabbiato" sulla spiaggia di Capaccio - Paestum*

- 4) *Numero di bottigliette* di acqua minerale e di caffè bevuti sul pullman e gentilmente preparati da Anna, amata segretaria di Giulio e da altri: oltre **110 caffè** e **360 bottigliette** d'acqua. Stima ottenuta utilizzando la "*curva media di Gauss*".

- 5) *Numero di volte* che Aureliana ha contato i presenti - assenti sul pullman perché nessuno fosse lasciato a terra: **circa 25**. Grazie. Le abbiamo dato la mancia? Poi è necessario valutare, anche se in modo assolutamente non scientifico, il numero di volte che Michele si è alzato durante gli spostamenti ed è andato a "ciatellare" leggiadramente ora qua, ora là. Facciamo 12/15 volte per ogni metà giornata x 6 gg. Fanno all'incirca  $13 \times 2 \times 6 = 156$  volte. Fulvio,roso d'invidia, **solo 85**.
- 6) *Le volte che "Il nostro caro Angelo" ha gridato al microfono: Montagnin, siete svegli?* Non posso dirlo con certezza, perché spesso dormivo o leggevo. Neanche posso chiedere a Silvana perché lei dormiva praticamente sempre. Rivolgersi a Ines e altre socie limitrofe sarebbe tempo perso, soprattutto per via del fatto che sarebbe stato praticamente impossibile inserirsi nel loro fitto chiacchiericcio e il via-vai dei caffè. Possiamo ritenere che lo abbia gridato ad ogni ora per tutti i 6 giorni del viaggio. Diciamo circa **30 - 40 volte**. Grazie impareggiabile nostro duce (nel senso di perfetto organizzatore, s'intende). E poi grazie a Gianna e alle sue preziose informazioni turistiche. Penso **10 letture**.



*Abbazia di Montecassino: scalinata del Paradiso*

- 7) *Per finire* quale sarà stato il numero di balli che i Montagnin hanno eseguito nell'ultima serata con musica dal vivo da Zi-Carmela? Davvero tantissimi, potrei dire che abbiamo ballato tutti e più volte. Azzardo una media di 10 balli per 22 coppie. **Totale 220**, magari per difetto! Come non ricordare poi la coppia Ivana e Michele, esibitarsi in figure classiche e molto applaudite e infine, inaspettata e molto apprezzata esibizione, lunga, ripetuta, perfetta e assai romantica, della nuova coppia "**Angela e Letterio**". Pare, ma non v'è certezza, che una assai qualificata e affatto presente giuria, abbia graziosamente giudicato inarrivabili *l'Eleuterio e sempre Cara*, relegando a un decoroso ma perdente 2° posto Ivana e Michele. Se *Eleuterio e sempre Cara* continueranno a danzare, ne ripareremo!

**Evviva dunque i numeri**, anche se "*la matematica non sarà mai il mio mestiere!*"

*Il Gian*

## Castagne

L'èa 'na giornâ d'autûnno, e in ta frescûa,  
faxendo quattro passi in ta natûa,  
me son trovou in mêzo a ûn bosco antigo,  
dove gh'andâvo spesso co 'n'amigo,  
a rûspaggiâ e castagne cheite in tæra,  
quand'ëmo ancon figgièu in tempo de guæra.

A câsa ne-e boggîvan pe disnâ,  
con due gambe de fenoggio e ûn pö de sâ.

Me pâ de sentî ancon ciammâ mæ moæ:  
"vegnî, l'è pronto in töa, hô fæto e piæ  
mangiævene due o træ senza sprecâ,  
che se n'avanse, servan pe çenâ".

Väna illûxion, inûtile speransa,  
quande s'ha famme de röba no n'avansa;  
e â seia, gh'èa rostie pe cangiâ,  
pe risparmiâ anche l'ægua, l'êuio e a sâ.

Riveddo ancon mæ poæ co-e fâ ballâ,  
in te 'na poæla vëgia e pertûzâ.

O l'è ûn frûto nostrâ, senza preteize,  
ûn frûto fæto in pô comme o zeneize,  
serrou drento a 'na rissa, quæxi ascoso,  
ma con in chëu tanto dôçe e generoso,  
che tanto o n'ha aggiûtto in ti momenti,  
quande gh'èa solo da famme sotta i denti.

Me son accucciou, me n'ho insernûo due o træ,  
ma i mæ figgièu no me l'han manco ammiæ.

*Gianni Raffo, Lavagna (Ge) 2000*

Tratto da "Antologia del premio Ciävai 2000





12.5.2013 Giornata Nazionale dell'Escursionismo presso la G.A.U. di Struppa - Genova