

1928 - 2023
95 anni
con i Montagnin



Notiziario del gruppo escursionistico "I MONTAGNIN"
Numero 1 - Anno 2023

NOTIZIARIO DEL GRUPPO ESCURSIONISTICO I MONTAGNIN

*periodico di informazione
quadrimestrale*

REDAZIONE

Via S. Benedetto 11/3

16126 Genova

Tel 010 252250

e-mail : ge.montagnin@libero.it

Sito internet: www.montagnin.it

DIRETTORE

RESPONSABILE

Umberto Torretta

SEGRETARIA DI

REDAZIONE

Angela Gaglione

REDAZIONE

Elisa Benvenuto

Nadia Bottazzi

Alessandra Bruzzi

Gianfranco Robba

DELEGATO DEL C.D.

Alessandra Bruzzi

STAMPA

Autorizzazione n° 8/1991

del Tribunale di Genova.

Diffusione gratuita ai Soci e ai
simpatizzanti, non commercializzata.

Non contiene pubblicità

ANNO 2023 N° 1

“Camminare nel bello della natura e dell’arte”

1928 - 2023: 95 anni di Montagnin
- 5 “ “ al centenario

SOMMARIO

Relazione Morale 2021 - 2022	Pag. 1
Novantacinque e Settanta	“ 4
Speciale elezioni biennio 2023 – 2024	“ 6
Kalipè: passo lento e corto	“ 8
Venaria Reale	“ 12
Turistica sul Lago di Garda	“ 14
Dove si narra di Dei, Santi, ninfe e mostri	“ 16
Il destino della vita	“ 19
Cronaca Montagnin	“ 20
Perché ...?	“ 26
Programma attività Feb. – Lug. 2023	“ 28
Momenti forti del Programma	“ 32
Gara di Marcia 2022	“ 38

Hanno collaborato a questo numero:

- Mariella Giustolisi
- Angelo Pireddu
- Rosalba Prencipe

Per la redazione:

- Nadia Bottazzi
- Gianfranco Robba

Direttore

- Umberto Torretta



RELAZIONE MORALE 2021-2022

Carissime e carissimi Montagnin,

Do il benvenuto a tutti i Soci che hanno voluto e potuto intervenire all'*Assemblea Annuale* e ascoltare la relazione morale.



Un grazie anche ai soci che vorranno leggerla sul nostro *sito dei Montagnin*.

La relazione verrà, come sempre, pubblicata sul nostro notiziario per arrivare ai Soci che non possono intervenire di persona all'assemblea ma che seguono sempre con interesse le attività della nostra Associazione.

Vorrei anzitutto comunicarVi la decisione del Consiglio Direttivo di pubblicare anche nel 2022 *un numero unico* del nostro notiziario da noi chiamato *Giornalino*.

La decisione è stata molto sofferta anche da parte di chi ha votato per il numero unico, penso che sia comprensibile la motivazione del contenimento dei costi.

Purtroppo le nostre entrate sono notevolmente diminuite, poiché alcune attività come la pulizia dei sentieri non sono più remunerate; altre quali i pranzi sociali sono drasticamente diminuite e le nostre gite turistiche non sempre sono molto frequentate come anni addietro.

Passo ora a elencare alcuni numeri che fotografano la situazione dell'Associazione:

- | | |
|------------------------------------|---------------------|
| - Soci attivi al 31-10-2022: | 176 |
| - Attività svolte: | 74 con 946 presenze |
| - Attività escursionistiche: | 61 con 611 presenze |
| - Attività ricreative e culturali: | 13 con 335 presenze |

Quest'anno verranno premiati *per 25 anni di appartenenza al gruppo* i Soci:

- Colombati Angiola
- Caprile Rosella
- Roncallo Lorenzo

Per 50 anni di appartenenza:

- Paccani Arianna
- Paccani Cristina

Escursionista dell'anno: Poddioli Paola

Classifica escursionismo:

- 1) Poddoli Paola
- 2) Pireddu Angelo
- 3) Piccolo Eva

Classifica ricreativa culturali:

- 1) Villa Lidia
- 2) Poggio Maria
- 3) Giustolisi Mariella

Partecipazione alle attività culturali e ricreative: Villa Lidia

di cui per le attività sociali femminile (74):

- 1) Poddoli Paola
- 2) Caprile Rosella
- 3) Villa Lidia

di cui per le attività sociali maschile (74):

- 1) Angelo Pireddu
- 2) Roncallo Lorenzo
- 3) Cirillo Antonio

Vorrei fare un elenco a volo d'uccello sulle attività 2021/2022.

Turistica a Roma con un numeroso gruppo nel ponte dell'Immacolata 2021, inizio anno con pranzo a Levanto. La giornata del torneo di bocce che ha visto trionfare la coppia Alfonsina - Bruno, la turistica alle Isole Pontine e Tuscia, cena e Trofeo di minigolf a Fregoso, fantastiche giornate sul lago di Garda, di nuovo a Cogoleto per la Gara di Marcia con il trionfo di Paola Poddoli e Angela Gabriele e con il pranzo sociale. Chiudo infine con la visita alla Reggia di Venaria con pranzo a Sinio al ristorante Luna.

Tutte le domeniche sono state programmate delle gite escursionistiche ed anche gite brevi. Voglio ringraziare la Commissione Tecnica per queste attività che sono il perno della nostra Associazione; voglio ringraziare anche il Direttore Tecnico Angelo Pireddu. I Direttori di Gita verranno premiati, per la loro dedizione e grande professionalità, nella serata degli auguri di Natale.

Con grande dolore ci ha lasciato il nostro Silvestro Vazio, dopo una vita dedicata ai Montagnin, anche come Presidente e Direttore Tecnico.

Ringrazio tutti i Soci che hanno continuato a partecipare alla vita sociale, dimostrando un grande attaccamento all'Associazione, che ci permetterà di arrivare il prossimo anno al 95° dalla fondazione. E continuando così ci traggiamo per i 100 anni.

Il Consiglio Direttivo ha affrontato il problema della attuale Sede.

Abbiamo richiesto alla Proprietà di considerare una diminuzione dell'affitto e delle spese condominiali. La risposta è stata negativa per la diminuzione dell'affitto ma

ci è venuta incontro per le spese di amministrazione di un solo anno; inoltre ci ha garantito che non ci saranno problemi per ospitare eventuali altre Associazioni. Altre alternative individuate, sono anche di essere ospiti di altre società. Le analisi sono ancora aperte e per ora non riusciamo a proporre alternative valide, ma vi invitiamo tutti a collaborare per individuare delle soluzioni. Quest'anno l'assemblea è elettiva per rinnovare il Consiglio Direttivo, i Sindaci ed i Proviviri. Per il Consiglio Direttivo si sono presentati nuovi candidati e alcuni consiglieri attuali non si sono candidati. Io credo che il cambiamento sia un segno di vitalità del gruppo, apportatore di nuove idee e ulteriori stimoli.

Si chiude il quarto anno della mia Presidenza, anni difficili per tutti noi: abbiamo lavorato cercando di mantenere attiva la partecipazione dei Soci, con una visione attenta alle criticità del momento, non ultima l'inflazione e la guerra in corso che ci colpisce economicamente.

Abbiamo accolto tra di noi nuovi soci, che ringraziamo per averci scelto. Ringrazio personalmente i Consiglieri, i Sindaci, i Proviviri e tutti i componenti delle Commissioni per il lavoro svolto. Un ringraziamento particolare a Igor Birsa per il fattivo apporto alla parte statistica.

Genova, 24 novembre 2022

Il Presidente:
Mariella Giustolisi



Novantacinque e Settanta

Buongiorno, sono il *Vostro Notiziario*.

Ho sentito la necessità di intervenire di persona sulle *Mie pagine* per essere sicuro che la *Redazione* fosse all'altezza delle comunicazioni che devono essere divulgate ai Nostri Soci del "G.E. Montagnin" di Genova.

Abbiamo due compleanni da festeggiare. Il primo nella ricorrenza della nascita del Gruppo. Essa risale al 1928, com'è noto e altrettanto riportato nell'articolo **I-Costituzione dello Statuto**, che recita: Il giorno 25 novembre 1928 in seno alla "A Compagna de Zena" successivamente denominato "I Montagnin de A Compagna" e attualmente "**Gruppo Escursionistico i Montagnin**". La denominazione e il distintivo del gruppo restano esclusivi.

Il secondo (ci tengo naturalmente a evidenziarlo) riguarda la "*Mia nascita*". Voglio precisare che la data ufficiale risale al mese di giugno del 1952, con un numero 1 di lancio e con la stesura definitiva e continua dal successivo gennaio 1953.

Pertanto in quest'Anno di *Grazia 2023*, ci accingiamo a festeggiare i *novantacinque* anni del Sodalizio e i *settanta* del Notiziario. In altre pagine di questo numero potrete trovare iniziative, attività e manifestazioni che speriamo, riusciranno a coinvolgere i Soci e a rinverdire il famoso ed esclusivo "Spirito Montagnin" che da sempre contraddistingue il Gruppo e fa degli appartenenti dei sinceri amici. Osando oltre, confido, così come tutta la Redazione e il Consiglio, che a partire da questo 95° i cinque anni che ci separano dagli straordinari primi 100 dalla fondazione, saranno fecondi d'idee e di buon lavoro, per "**Camminare (insieme) nel bello della natura e dell'arte**".

Per quei Soci che allora non c'erano e anche per quelli che, magari per i capelli (pochi) ormai bianchi come la neve (sempre più scarsa) allora c'erano, ma hanno scordato, estrapolo dalle mie vecchie pagine qualche attività fatta negli ultimi trentacinque anni, per il 70°, 80° e 90°. Così, per farvi venire la voglia e le idee!

- **70°**. Viene individuato, pulito, attrezzato e segnalato il "*Sentiero del 70°*" che collega la località San Sebastiano in Val Bisagno a Bolzaneto in Val Polcevera, scavalcando la *Sella del Forte Diamante*. Lunghezza circa 9 km, dislivello in salita 600 m, tempo di percorrenza circa 3,30 ore. Il sentiero viene successivamente modificato nei pressi della Sella e raggiunge il paese di Camporsella mantenendo però le stesse caratteristiche ma eliminando un passaggio attrezzato con corde e assai scivoloso. La manutenzione e il controllo avvengono periodicamente e assiduamente effettuate dai Montagnin. Nel Notiziario viene istituita una rubrica dal titolo "*Il mio essere Montagnin*" nella quale i Soci si raccontano esprimendo, anche in poche righe, il *sentimento* che li lega al Gruppo e quali sono i loro modi di vivere le attività. Moltissimi aderiscono e si confessano per tre numeri consecutivi.

- **75°**. Programma gite e turistiche potenziato. Soggiorno all'isola di Capraia, giro attraverso le gole del Verdon, salita alle Cime d'Auta con i Crodaioli di Caviola, trekking intorno alle Tre Cime di Lavaredo. Viene poi indetto un concorso

letterario per poesia e prosa. Si tiene in Sede anche una mostra di vecchi articoli del Notiziario, fotografie, notizie. Seguirà anche un concorso fotografico a tema sulle attività dell'anno.

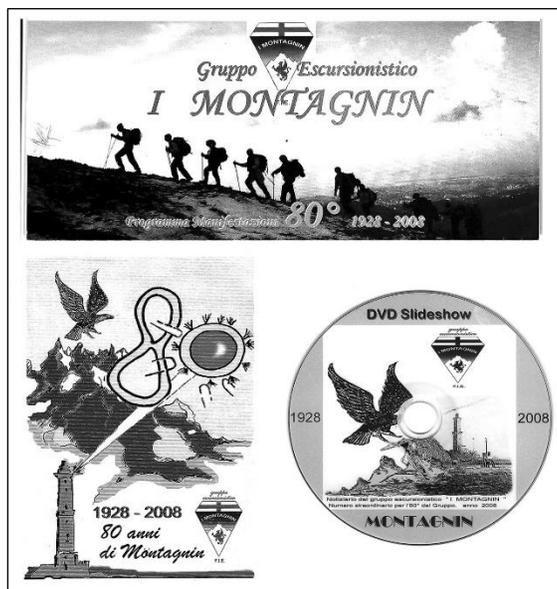
- **80°**. Viene dato alle stampe il libro "1928-2008 80 anni di Montagnin" interamente scritto e pensato dalla redazione del Notiziario: una raccolta di vecchi articoli, fotografie e scritti originali per l'occasione. Una tappa fondamentale per conoscere la vita degli ultimi 55 anni del gruppo. Viene approntato e distribuito un film su DVD "I Montagnin dal 1928 al 2008" con un gran numero di fotografie, scritti e documenti sulle principali attività degli 80 anni di vita sociale.

Tradizionale salita alle Cime d'Auta con i Crodaioli per posare un fiore ai piedi della "Madonnina dei Montagnin", posta dal Socio Arata anni addietro.

Trekking dell'Etna, soggiorno a San Vigilio di Marebbe, Trekking Braies-Sennes.

- **90°**. Ripercorso il "Sentiero del 70° dei Montagnin" dopo aver ripulito, risegnato e apposto nuove targhette segnavia; rinfresco del 90° a Camporsella. Analogamente percorso il "Sentiero Alinovi", (da Viganego a Colle Speranza), inaugurato l'11.04.2010 in memoria del socio Montagnin e dirigente FIE Vittorio Alinovi, alla presenza di famigliari e numerosi altri amici delle società affiliate.

Grande festa del 90° presso il teatro della Parrocchia di San Marcellino con consegna di targhe e riconoscimenti. Ospite d'onore il Coro Monte Cauriol e a seguire squisitezze gastronomiche. Gradita presenza del gruppo Scarponi e di altri amici della F.I.E. Gara di marcia e pranzo sociale del 90°.



- **95°** Scusate cari lettori, ma le attività per i 95 anni sono allo studio e le scoprirete quanto prima, magari nelle pagine seguenti. Prepariamoci per godercele e facciamo tutti il tifo per prepararne e partecipare a quelle straordinarie che ci gusteremo per i 100 anni nell'ormai vicino 2028. Mi aspetto di poter ospitare sulle pagine del prossimo numero resoconti e lanci di attività per il 95° e previsioni per il centenario. Forza! Rimbocchiamoci le maniche e soprattutto i calzettoni e ... al lavoro!

Grazie per avere letto queste mie

righe e per la Vostra pazienza.

Il Notiziario, chiamato: "Giornalino"

Speciale Elezioni biennio 2023 - 2024

ELEZIONI DEL CONSIGLIO DIRETTIVO, DEL COLLEGIO DEI SINDACI E DEL COLLEGIO DEI PROBIVIRI, PERIODO NOV. 2022 - NOV. 2024

La Commissione Elettorale, a seguito delle votazioni tenutesi nei giorni di giovedì 24 e di venerdì 25 novembre 2022, dopo lo scrutinio dei voti (iniziato alle ore 19.00 e terminato alle ore 22,10 del 25 novembre 2022), rende noti i seguenti risultati:

Soci aventi diritto al voto 174 - Soci votanti in presenza 74 più 56 per delega , per un totale di 130 Soci votanti. Percentuale votanti : 74,7%

Per il Consiglio Direttivo : Schede valide 128, nulle 0, bianche 2

Per il Collegio dei Sindaci: Schede valide 125, nulle 3, bianche 2

Per il Collegio dei Probiviri: Schede valide 128, nulle 0, bianche 0

Hanno riportato voti per il Consiglio Direttivo:

1 - Cirillo Antonio	Voti	115
2 - Bruzzi Alessandra	"	110
3 - Poddioli Paola	"	102
4 - Villa M. Vittoria	"	75
5 - Florio Mirella	"	74
6 - Benvenuto Elisa	"	72
7 - Merani Ornella	"	63
8 - Capelli Luigi	"	60
9 - Massara M. Rosa	"	58

Seguono, non eletti: Ferrini Mirco voti 41 - Acanfora Fabrizio 32 - Pireddu Angelo 30
- Dondero Daria 22 - Picollo Eva 3 - Carbone Gian Luigi 1.

Hanno riportato voti per il Collegio dei Sindaci:

1 - Roncallo Lorenzo	Voti	88
2 - Caprile Rosella	Voti	81

Seguono, non eletti: Bertolini Claudio voti 40 - Cuneo Michele 13.

Hanno riportato voti per il Collegio dei Probiviri:

1 - Terrile Piero	Voti	85
2 - Barbieri Maurilia	"	78
3 - Corradi Cesare	"	74

Seguono non eletti: Monteghirfo Walter voti 44 - Baratti Anna 26.

CARICHE PER IL CONSIGLIO DIRETTIVO

Presidente: Benvenuto Elisa **Vice Segretario:** Villa Maria Vittoria
Vice presidente: Cirillo Antonio **Direttore Tecnico:** Bruzzi Alessandra
Segretario: Florio Mirella **Cassiere:** Massara Maria Rosa

CONSIGLIERI

Capelli Luigi - Merani Ornella - Poggioli Paola

COLLEGIO DEI SINDACI

Caprile Rosella - Roncallo Lorenzo

COLLEGIO DEI PROBIVIRI

Barbieri Maurilia - Corradi Cesare - Terrile Piero

COMMISSIONE TECNICA

Direttore: **Bruzzi Alessandra**

Benvenuto Elisa - Bertolini Claudio - Birsia Igor - Caprile Rosella - Carbone Gian Luigi - Cirillo Antonio - Corradi Cesare - Cuneo Michele - Dondero Daria - Massara M.Rosa - Merani Ornella - Picollo Eva - Pireddu Angelo - Poggioli Paola - Ratto Alberto - Robba Gianfranco - Roncallo Lorenzo - Villa Lidia - Villa M. Vittoria

ATTIVITA' CULTURALI

Benvenuto Elisa - Bertolini Franca - Bruzzi Alessandra - Carbone Gian Luigi - Picollo Eva - Poggio Maria - Prencipe Rosalba

COMMISSIONE GIORNALINO

Responsabile: **Bruzzi Alessandra**

Direttore: Torretta Umberto

Benvenuto Elisa - Bottazzi Nadia - Gaglione Angela - Robba Gianfranco

COMMISSIONE PRO SEDE (Attività e Manutenzione)

Responsabile: **Poggioli Paola**

Carbone Gian Luigi - Colombati Angiola - Merani Ornella - Pagano Idelma - Villa Lidia - Villa Maria Vittoria

COMMISSIONE NUOVI PARTNER

Responsabile: **Carbone Gian Luigi**

Bruzzi Alessandra - Cirillo Antonio - Ferrari Luca

KALIPE': passo lento e corto ...

Per varie ragioni non camminavo per *bricchi* da febbraio.... un po' per problemi di salute un po' per pigrizia. Poi la scusa dell'inverno, le giornate corte, la certezza che, così fuori allenamento, quei fanatici compagni di gite mi avrebbero fatto tirare l'anima coi denti e.... via dicendo...Alla fine, annoiato di stare da solo e stufo di veder perdere il Genoa in televisione, decido di staccare gli impolverati scarponi dal chiodo e di accodarmi ai Montagnin per una stimolante escursione sui monti dello spezzino, lungo il tratto finale dell'AVML (che, piano piano, dagli ultimi rilievi, scende digradando verso il mare). L'idea era di salire, dalla Foce dei Casoni di Suvero, sul monte Cornoviglio, sino in cima ai suoi 1162 m e poi tornare ai Casoni passando per il monte Coppigliolo e finalmente mettere le stanche gambe sotto un ben fornito tavolo alla "Trattoria Agriturismo Dei Cacciatori."

Conosco bene quei luoghi da lunghe frequentazioni e quei sentieri che scavalcano il monte Antessio, il Santuario del Dragnone, la pineta di Suvero, il valico dei Casoni, il monte Civolaro, Calice al Cornoviglio e il suo castello, l'Alpicella. Anche questo percorso quindi, che fa parte delle tappe finali dei 450 km dell'Alta Via dei Monti Liguri che provengono da Ventimiglia, mi è ben noto.

Andando indietro nel tempo, ad un trekking di 20 anni fa, ricordo che quella volta avevamo pernottato e abbondantemente cenato all'agriturismo/trattoria dei Cacciatori, proseguendo poi l'indomani per Ceparana. Ancora qui sosteremo, oggi come allora, solamente però per una frugale abbuffata di fine gita con un nutrito gruppo di Montagnini.



L'ultima sera, durante quel trekking sull'AV, al valico dei Casoni (m 992) faceva abbastanza freddo, nonostante fossimo a fine aprile. Addossata alla parete in fondo alla grande cucina una vecchia stufa a legna in ghisa spandeva un bel calduccio... Dopo cena i più esausti dei partecipanti vanno a letto, mentre alcuni di noi, ancora con gli occhi aperti nonostante le bottiglie di nostralino e la polenta

con salsicce e funghi, restano attorno alla stufa con una bottiglia di grappa a raccontare di passate escursioni e a farsi venire sonno. In cucina le donne del locale rassettano, in sala gli uomini sistemano per la colazione e i bambini giocano col gatto mentre i cani da caccia sonnecchiano con il muso fra le zampe. Il nonno fuma un mozzicone di toscano e, non visto, si serve un cicchetto di grappa.

E' l'anziana bisnonna (capelli candidi, scossalino nero a fiori gialli, voce ancora decisa con l'accento ligure del levante che sa già di Toscana) che, mentre infila l'ennesimo ciocco di castagno nella bocca aperta della stufa, parla di cose passate, di vecchi ricordi ingarbugliati dagli anni.

Poi, quasi cambiando la voce in un'altra più emozionata e un po' commossa, racconta un episodio della guerra del 1945 e della resistenza partigiana. Avvenne durante i 10 giorni di quella che passerà alla storia come la sanguinosa "Battaglia del Gottero", avvenuta dopo il rastrellamento Nazi-Fascista della IV Zona, con 25.000 Nazifascisti contro 2.500 Partigiani, dalla Lunigiana al Bracco.

Avvenne che in una notte freddissima di fine gennaio, mentre infuriava una specie di tempesta di neve, lei e il bisnonno sentono dei rumori che sembrano venire dalla Cappelletta lì dietro la casa. I rumori insistono e insiste anche l'anziana col marito, tanto che lui si mette il tabarro ed esce nella tempesta a vedere cosa succede. C'è un uomo ferito, accartocciato sui gradini, che si lamenta e batte coi pugni sulla porticina. Indeciso sul da farsi, il nonno lo trascina in casa aiutato dalla nonna, gli tolgono il pastrano e rimangono sbigottiti: è un soldato della Wehrmacht, ferito ad una gamba! Cosa fare? In breve lo accolgono, lo curano e appena sta meglio lui se ne va: è un disertore scampato ad uno dei molteplici conflitti a fuoco della battaglia del Gottero. La storia prosegue poi in una maniera inattesa e si conclude molti anni dopo: in una mattina d'estate di fine anni sessanta, si presenta all'agriturismo una famiglia tedesca con due ragazzini già grandicelli. L'uomo dice di chiamarsi Franz (chissà se è il vero nome) e viene ad abbracciare e a far vedere a moglie e figli il luogo e la famiglia italiana, "Gute Italiener", che lo hanno salvato in quella circostanza terribile, dimostrando, al di là delle opposte ideologie, tanta generosità e carità cristiana!



La giornata è soleggiata e il Gruppo procede chiacchierando sulla pista sterrata in leggera

salita in ordine sparso. Sulla destra, oltre Suvero e Rocchetta, la mole grande del M. Gottero. Più giù, oltre il M. Antessio, compare la guglia appuntita del Dragnone

con il Castellaro e il rosso Santuario sulla cima. Più giù davanti a noi la chiostra dei monti che digradano fra le antenne del monte San Nicolao e il golfo della Spezia. Sulla sinistra, lontane, le bianche Apuane e ancora più a sinistra, in alto, la nostra meta, il Monte Cornoviglio, che dà il nome al paese di Calice e al suo castello.

Lungo la salita fra le erbe dei prati spuntano ridenti le bianche corolle dei narcisi, che ci guardano coi loro occhi gialli. Alcune mucche ci scrutano pigre e alcuni fringuelli smettono il canto intanto che passiamo.



Sui prati della vetta, sotto il sole, un sorso d'acqua e poi tutti nella foto di gruppo.

Riprendiamo la discesa sino alla depressione della Conchetta dove il gruppo si divide: alcuni, coraggiosi, affrontano in sequenza la Costa Ali (1163 m), proseguendo quindi per il M. Coppigliolo (1140m) e raggiungono il passo dei Casoni presso la trattoria; gli altri, un po' più provati o forse con minor tenacia nelle

gambe, tornano lungo la sterrata a piccoli gruppi, in allegria. Ci ritroviamo tutti sul piazzale dell'Agriturismo per il pranzo. Quelli della Costa Ali e del M. Coppigliolo dissertano sugli scivoloni lungo quest'ultima ripida discesa fatta a rotta di collo; gli altri, quelli del percorso facile, si congratulano delle chiacchiere e del pieno relax fra passeggianti durante il ritorno. Del pranzo dirò solo che è stato soddisfacente ed abbondante, con molte risate e tanta allegria. Un gruppetto di Montagnini, preferendo l'aria aperta, è riuscito a farsi portare un piatto di ravioli o una bistecca fuori, all'aperto, e a mangiare sui tavoli e le panche sotto gli abeti.

Sulla via del ritorno, prima del rientro a Genova, visitiamo il borgo medievale di Suvero, diventato da qualche tempo residenza di atelier d'artisti e di artigianato di livello, un po' sullo stile di Bussana Vecchia. Giriamo per i carruggi e scattiamo le foto di rito, leccando un buon gelato alla frutta.

A questo punto, dopo il racconto della giornata, sento forte il bisogno di riflettere su alcuni punti che riguardano il nostro modo di andare per i monti e che cosa ci prefiggiamo nel farlo. Quando ero ragazzo e rientravo da una escursione con gli Scout, mio padre, a volte, mi chiedeva:



“Allora, ti sei divertito?” “Certo, papà, abbiamo camminato tanto, poi abbiamo cotto gli spaghetti e nel pomeriggio abbiamo giocato allo scalpo!”

Stranamente ero felice della giornata, ma non mi sembrava di essermi divertito, anzi mi ero stancato. Stanco ma soddisfatto. A quell'epoca il nostro capo ci diceva che la strada ci entra dentro attraverso gli scarponi, ma solo quando ci sono dentro i piedi. Col tempo ho imparato che la strada non è solo un sentiero che si snoda su per i monti, ma rappresenta invece la metafora della vita.

Poi qualcun altro mi spiegò un motto latino: *“Dulcis ex asperis”* e così realizzai che il traguardo è più appagante se lo raggiungi superando le difficoltà che incontri e che camminare costa fatica, però si arriva alla fine della giornata stanchi ma felici. Mi piace camminare con gli amici, fare le discussioni sul calcio o sulla politica, assaporare il vento sul viso, percorrere un sentiero col profumo del timo selvatico, gustare il panino seduto sull'erba, levarsi lo zaino dalla schiena, godere della stanchezza della salita e del rosso dei tramonti oltre il mare. Amo tutto ciò che ho imparato durante le gite a piedi e il ringraziamento del mio corpo dopo il bagno caldo a casa la sera....

Mi piace camminare, ma non come fine ultimo, come atto sportivo in sé. Mi piace avere uno scopo per il viaggio: preferisco soprattutto farlo più lentamente, tanto non potrei correre dato il mio cuore dispettoso e i muscoli dolenti poco allenati.

Tuttavia non provo invidia per chi compie imprese epiche e salta come uno stambecco di roccia in roccia, percorre cammini massacranti e conquista cime impervie: forse non ho mai fatto cose epiche e non potendo comunque più fare certe meraviglie, mi consolo, che tanto il mio ormai l'ho fatto da tempo...

Sembrerà strano dirlo proprio al giorno d'oggi, ma sono convinto che mai come adesso, il camminare, in senso lato, e godere di ciò che incontriamo lungo il cammino, sia assolutamente in sintonia col nostro tempo. L'atto del camminare è nato con l'uomo sino da quando si è alzato su due gambe, e quel cammino ci ha portato lontano nello spazio e nel tempo. E, aggiungo io, facendolo lentamente, per meglio conoscere il mondo tutt'attorno e all'occasione potersene difendere.

L'importante, per chi condivide il mio stesso pensiero, è che si riesca a trovare ancora un pugno di amici che vadano al nostro passo, per tutto il tempo che il **Grande Giardiniere** vorrà riservarci. Avere il tempo di guardarsi intorno, scattare una foto, cercare un fungo, odorare un fiore, salire sulla cima di un monte, consultare una cartina, abbracciare un albero. e poi chiacchierare con i compagni di viaggio, coi contadini, coi pastori, con gli altri escursionisti, col gestore del rifugio e la guardia forestale. Camminare come mezzo privilegiato per viaggiare, lentamente, un passo dietro l'altro, per riflettere, per pensare, a fianco dell'amico, dando la mano ad un amore....

A questo punto, risulterà chiaro che ho approfittato della relazione su di una gita per tirare l'acqua al mio mulino. Perdonate, ho pensato fosse importante, e confido che possa trattarsi di un mulino di comunità, dove infarinarsi tutti insieme per anni!

Camminare, *prezioso mezzo e insieme fine d'Istituto*, per farlo, come recita il nostro motto: **“Camminare nel bello della natura e dell’arte”**.

Gianfranco Robba

Venaria Reale

La gita alla Reggia di Venaria era prevista per metà novembre. Uscendo di casa quella mattina, per andare all'appuntamento, mi sono accorta con sgomento di grosse pozzanghere presenti sull'asfalto.

Una giornata nelle Langhe sotto la pioggia....



Invece è stato un tempo incredibile per il periodo: sole, cielo terso e temperatura accettabile.

Il viaggio è scivolato via tra battute, risate e il piacere di ritrovarsi, mentre lo sguardo seguiva il paesaggio fuori dal finestrino. Campi già arati alternati a terreni ancora rigogliosi, mentre la corona delle Alpi ci veniva incontro imponente, innevata solo sulle cime più alte.

Davanti alla bella facciata in mattoni rossi della reggia ci accoglie la guida e con lei inizia la nostra visita. Venaria Reale fu fatta costruire dal duca Carlo Emanuele II a metà del 1600 quale base per le battute di caccia, scelta per la vicinanza alle Valli di Lanzo ricche di selvaggina. Fu per secoli dimora dei Savoia.

Durante la dominazione napoleonica venne depredata degli arredi interni, quadri e sculture, i giardini furono distrutti e il complesso trasformato in caserma. Nella seconda metà del '900 ebbero inizio gli imponenti lavori di restauro che portarono all'apertura al pubblico nel 2007.

La visita inizia nei fondi della struttura dove una galleria accoglie i dipinti dei personaggi di casa Savoia. Vengono rappresentati gli eredi sabaudi e le loro mogli (spesso più di una), con un'incredibile precisione nella riproduzione degli abiti delle signore e nella cura dei particolari che ci lascia sbalorditi. Seguono i locali delle cucine poco illuminate dove è presente il pavimento originale in ciottoli per consentire lo scorrimento dell'acqua, così come nell'attiguo spazio dove veniva spennata la selvaggina. La guida sottolinea che per la corte di circa 400 persone c'erano solo 2 lavandaie ed 1 addetta alla raccolta dei rifiuti.... All'epoca l'igiene non era certo una priorità.

Al piano nobile le stanze del duca e del re con arredi d'epoca. Si susseguono ampi ambienti con decorazioni a stucco, statue, dipinti, argenti, suppellettili



di pregevole fattura. Rilevante la sala degli arazzi provenienti da Bruxelles che occupano intere pareti e ritraggono scene di caccia; incantevole la Sala di Diana raffigurata nel dipinto sul soffitto, ricca di stucchi e con enormi quadri alle pareti a tema

venatorio, destinata a banchetti e ricevimenti della corte.

Ancora oggi il fascino rimane immutato.

All'interno dell'edificio si trova anche la Cappella di Sant'Uberto, santo protettore dei cacciatori, capolavoro di Filippo Juvarra.

Ma l'ambiente più spettacolare è la Galleria Grande, riccamente decorata di stucchi, dove regna l'armonia delle proporzioni e dove innumerevoli finestre lasciano entrare fasci di luce che esaltano i decori e sorprendono piacevolmente il visitatore.

Completa il percorso la visita alle scuderie, dove fa bella mostra di sé la carrozza originale del duca ed il bucinoro, imbarcazione fatta costruire appositamente a Venezia da Vittorio Amedeo II a metà del settecento, testimonianza del rango acquisito dalla famiglia.

Al termine abbiamo visitato gli splendidi giardini, circondati dal Parco della Mandria e dalla catena delle Alpi. Sorprendono le geometrie delle aiuole, viali, boschetti, bacini d'acqua, pergole che sostengono rosai rampicanti, filari di alberi dagli splendidi colori autunnali. Peccato non avere avuto più tempo per approfondire la visita di questo parco stupefacente per bellezza ed estensione.

Quindi il pranzo in un ristorante nel borgo di Sinio, dove i Montagnin hanno apprezzato varie portate che hanno visto il tartufo da comune denominatore. Dopo pranzo il nostro Angelo ci ha promesso un incredibile tramonto dal castello di Grinzane Cavour, possente e spettacolare costruzione posta sulla sommità di un'altura, che domina il dolce panorama delle colline delle Langhe con vigneti a perdita d'occhio.

Purtroppo il sole ci aveva già abbandonato, se non per alcuni raggi ritardatari. Insomma un tramontino....

E' stata comunque la degna conclusione di una piacevole giornata novembrina, con una compagnia insuperabile.

Nadia Bottazzi

Turistica sul Lago di Garda

Anni fa feci il periplo del Lago di Garda, visitando sommariamente i paesi che lo circondano, ma già allora mi resi conto di quanto ognuno di essi fosse differente nella propria bellezza.

Quando arrivò la proposta dei Montagnin di passare un fine settimana e tornare in quei luoghi non potei certo perdere l'occasione di fine stagione.

Arriviamo così sabato, di mattina presto, a Desenzano. Dopo una veduta veloce dell'antico castello, del quale oggi rimane solo la bellezza storica, ammiriamo il panorama con le casette dai tetti rossi sotto di noi mentre fra le nuvole, in lontananza, fa capolino il Monte Baldo.

Percorse le viuzze del centro, dove i negozi più in voga la fanno da padroni, arriviamo al lungolago che il cielo, ora velato, tinge con una nota di tristezza. Facciamo una passeggiata per godere di questo clima mite e di un cielo che piano piano si fa sempre più sereno.

Dopo un pranzetto al volo, nel primo pomeriggio il cielo ci regala tutta la sua limpidezza e ci accompagna a Salò dove ci imbarchiamo per un giro verso Gardone Riviera.

Circumnavigando l'Isola del Garda, la suggestione è immensa: un lembo di terra padroneggiato da una villa di rara bellezza, Villa Borghese-Cavazza, contornata da un parco rigoglioso, con piante di specie diverse provenienti da ogni dove. Qui si intravede un giardino con i dehors dove vengono celebrati i matrimoni. La villa è privata e si può visitare previa prenotazione. A noi non resta che tornare sulla terraferma.

Dopo un breve giretto a piedi per la costa di Salò ci rechiamo al nostro albergo, raggiunto percorrendo una strada tortuosa in collina che mi rammenta la Ruta di Camogli. Non manca in serata la cena sociale e divertente.

Domenica ci trasferiamo a Sirmione per la visita al Castello: una rocca di epoca scaligera, posto alla fine della lunga lingua di terra che dall'entroterra si spinge nel Lago. Qui un braccio d'acqua divide la terraferma da un'isola difesa dal Castello Scaligero. Tutto ancora in perfetto stato di conservazione. Dalle rive del lago possiamo ancora vedere nella sua piena fierezza, in lontananza, il Monte Baldo, molto caro ai bresciani. Poco sopra alla spiaggia una lunga passeggiata ci conduce ai giardini, frequentati dagli abitanti locali per il pomeriggio di festa.

Ci trasferiamo per il pranzo a Peschiera del Garda, al Santuario della Madonna del Frassino. Un posto stupendo (ed anche il cibo), una storica locanda francescana, con un prato immenso e ci rammarichiamo di non avere il tempo di visitare il Santuario.

Ci resta ancora un po' di tempo per una breve tappa a Borghetto sul Mincio (frazione di Valeggio sul Mincio), e devo dire che abbiamo proprio chiuso in bellezza: un borgo pieno di fascino, ricco di piante in fiore e lambito da acque calme, dove dondola qualche barchetta attraccata.

Un borgo anche pieno di turisti e giovani che animano le sue strade che sanno di antico. Purtroppo la nostra breve vacanza è giunta al termine velocemente, ma ritorniamo alla nostra amata Genova con gli occhi pieni delle tante meraviglie osservate.



Rosalba Prencipe

Dove si narra di Dei, di santi, di ninfe e di mostri

Spunta l'alba del 21 del mese di maggio, un sabato tiepido e sereno. Un pullman luccicante, farcito di vociferanti Montagnini, agli ordini dalla saggia Mariella, sorvegliati dal fidato Angelo, coadiuvati dall'onnipresente Paola è già in viaggio diretto a sud, verso le Terre Italiane di Mezzo. Mirabilmente condotto, il già ricordato pullman, dall'imprescindibile, capacissimo, gentile e paziente conduttore Matteo.

Non andrò qui a narrare del lungo viaggio sino al nostro Ostello di Formia, che già pria di giungervi, Matteo ci scaricò, a mezza via, in quel di Viterbo. D'obbligo girovagare tra le strade dell'antico borgo, gustare succoso pranzo in tipica locanda e rimirare il palazzo del primo conclave che, come narrano le cronache, vide li Cardinali messi a digiunare e patire intemperie sino che si facesse lo Papa.



Isola di Ponza

lungo le aspre rocciose colline dell'isola, a rubare con occhi e strumenti scorci fra mare e scogliere, sbarcati poi a gustare un goloso gelato e rientrare la sera soddisfatti in continente per la cena.

Giunge lunedì 23: il nostro Matteo ci porta a Terracina e si arrampica con tutto il nostro bel pullman su, su, ancora più su, sul monte nomato Sant'Angelo sino, alle rovine romane del tempio di Giove Anxur. Tutti in fila dietro la guida a rimirare l'antico sito, fra i gialli delle ginestre, i blu delle cicorie e l'argento degli ulivi, che una brezza accanita scompiglia loro le chiome e strapazza i nostri capelli e cappelli.

Interessante la visita, brava la guida, scorci panoramici mozzafiato sulla costa sottostante fra il cobalto del mare che sfuma nell'indaco del cielo all'orizzonte.

Nel pomeriggio via verso Gaeta, poi di nuovo inerpicati sulle rampe del monte Orlando, dove posteggiamo e ci incamminiamo verso il Santuario della Montagna Spaccata. Luogo davvero solitario, immaginifico, aspro, claustrofobico e probabilmente unico. Attraversiamo



Il dì appresso giunge la domenica e imbarchiamo suso grosso aliscafo dal porto di Formia per l'insula di Ponza. Siamo ormai sul far di mezzodì e ci permettiamo il lusso di un gran piatto di spaghetti con conchiglie marine e altri molluschi. Il pomeriggio ci vede (insaccati in due bianchi pulmini), arrampicarci per ardite serpentine

un sentierino e poi una lunga scalinata prima in discesa e poi in salita, tra due altissime strapiombanti pareti di roccia. D'improvviso ad una svolta dei gradini... un balconcino alto, a strapiombo sul blu del golfo e, come appesa sull'abisso, l'aerea Cappella del Santo! Brividi e vertigini. Nella risalita, impressa a fondo inspiegabilmente, nella parete di roccia sorge l'impronta della mano di un pirata turco che non credendo alla leggenda che voleva la montagna essersi spaccata alla morte di Cristo, vide fondersi la propria mano nella dura pietra. Tornati sul monte, passiamo a visitare, sul roccioso piano sovrastante, la chiesa annessa al singolare santuario della Santissima Trinità.



Martedì 24, ancora Formia per il battello che ci porterà all'isola di Ventotene. Nell'attesa dell'imbarco, ci infiliamo in un mercatino dell'usato sul lungomare. Mi tocca comperare un camicione molto improbabile per la mia età. Ma sono in vacanza, e allora ...!

Giriamo Ventotene in rispettoso silenzio, senza schiamazzi. Il ricordo passa dalle vicende del carcere borbonico nell'adiacente isola di Santo Stefano a quelle del confino comminato qui dal governo fascista ai dissidenti Sandro Pertini, Luigi Longo, Umberto Terracini, Pietro Secchia, Eugenio Colomi, Altiero Spinelli, Ernesto Rossi. Incontriamo le targhe che indicano gli edifici che ospitarono i confinati e la stanza delle riunioni dove Spinelli e Rossi partorirono l'idea dell'Unione Europea.

Mercoledì 25. A Cisterna di Latina ci aspettano i Giardini di Ninfa. Dobbiamo attendere che le numerose scolaresche presenti si compattino e si inquadrino e poi la nostra guida ci introduce in un paradiso di piante, fiori, acque, profumi. I giardini sono un incanto fiorito e odoroso che si snoda fra viali ombrosi, prati e siepi fiorite, torrentelli con acque chete e gorgoglianti.



Chi non c'è mai stato ci vada. Il complesso non è grandissimo, si gira in poco più di un'ora, ma non si vorrebbe andare via, si vorrebbe trattenere nell'anima tanta bellezza, e nelle orecchie il canto degli uccelli e il mormorio del torrente.

Prima di addentare il panino per il pranzo, ci trasferiamo a Bagnoregio, dove, addentato il citato panino, attendiamo il pulmino navetta che ci porta



al ponte pedonale sospeso sulla valle di Civita. Questa ci appare all'orizzonte, appollaiata sullo sperone dei calanchi. Come sospesa sul baratro, sembra attendere che il vento e la pioggia la facciano scivolare in fondo al canyon.

Arranchiamo sul lungo moderno cavalcane sino al minuscolo Borgo, che resiste imperterrito all'assalto degli elementi e dei turisti. Civita di Bagnoregio è uno scrigno prezioso, ma non potrà durare per sempre.



Giovedì 25. E' il nostro ultimo giorno di viaggio: stasera si torna a casa. Abbiamo ancora due cartucce da sparare. Prima sosta a Bomarzo, per vedere il Parco dei Mostri nel Sacro Bosco. Costruiti a partire dal 1560 dall'architetto Pirro Ligorio su commissione del Principe Pierfrancesco Colonna in ricordo della moglie Giulia

Farnese deceduta da poco. Difficile raccontare le tante colossali figure fantastiche che si incontrano passeggiando per il bosco. Giganti, Tartarughe che reggono elefanti, meduse, erinni, una casa col tetto a terra e le fondamenta in cielo, una cappella mausoleo e soprattutto un'atmosfera fantastica e straniante.



La seconda fermata a Bagnaia, per la splendida Villa Lante, costruita dal 1511 al 1568 da Iacopo Barozzi da Vignola per il Cardinale Gianfrancesco Gambara, in seguito fu poi acquistata dalla famiglia Lante della Rovere da cui il nome di Villa Lante. Straordinario il

parco, la fontana tutta in salita intorno alle scale, il giardino all'italiana e

altre mirabilie! Ma era già passato da tempo il mezzodì. Così fuggiamo nel Borgo e seduti sui gradini di una chiesa e le panchine dei dintorni, addentiamo panini con porchetta (moltissima porchetta!) e una birra gelata. Rientriamo verso sera, in un caldo asfissiante. Tanto caldo che un grave e assai esteso incendio nei pressi dell'autostrada toscana dalle parti di Lucca ci costringe ad una lunga deviazione fino quasi a Livorno. Tutto è bene quel che finisce bene. La gita è stata bella ed istruttiva, la compagnia piacevole, l'organizzazione "*very professional*", il "*driver*" impeccabile. Alla prossima!

Gianfranco Robba

Il destino della vita

Nella vita abbiamo un destino segnato? A volte penso di sì.

Sono nato in centro città, ma non amo le metropoli e nemmeno il mare, tutto ciò è dovuto al destino? Nacqui in via Caffaro nel 1942, praticamente in centro città, ma nell'ottobre di quell'anno, a causa di un bombardamento aereo, dovetti fuggire in braccio a mia madre in una delle gallerie di piazza Portello.

Quando tutto terminò e mentre stavamo tornando a casa, un vicino si avvicinò e disse: "*E' inutile che andiate lassù, la vostra casa ha preso fuoco*".

Senza un tetto sulla testa e con tre bambini, l'unica cosa che poteva fare mio padre era di condurci al suo paese natale che si trovava sui monti della valle Scrivia.

Nella confusione generale ci incamminammo verso la stazione Principe, ma una volta arrivati regnava il caos più assoluto, la gente cercava di fuggire dalla città ma anche le linee ferroviarie erano bombardate, per cui l'attesa di un convoglio fu lunghissima. Arrivammo ad Isola del Cantone dopo la mezzanotte e andammo a bussare alla porta di una sorella di mio padre, la quale ovviamente non ci aspettava, (i cellulari non c'erano ancora...). Lei e suo marito ci misero delle coperte sul pavimento e lì passammo la notte, poi all'alba, mio padre salì a piedi a Piasco, un paese vicino, dove abitava mio nonno, per vedere se ci fosse qualche locale per ospitarci. Nel pomeriggio giunse con una treggia trainata da buoi e ci condusse al paese dove ci adattammo in una vecchia casa. La mattina mi svegliava il canto del gallo e i miei primi passi furono in mezzo ai prati fra gatti, galline, lucertole e grilli.

In quel paese abitammo fino alla fine della guerra, ma poiché mio padre aveva ancora il posto di lavoro in città, per essere più vicini, ci spostammo a Isola del Cantone. La casa dove andammo ad abitare si trovava in mezzo alla campagna e più che a una cascina assomigliava a una baita, con il terrazzo e le persiane di legno col cuore scolpito, tutto attorno c'erano prati e alberi da frutta. Ricordo ancora quando la vidi per la prima volta fra le brume autunnali e mi piacque subito. Abitammo in quella casa per dieci anni, quando vi entravi avevo quattro anni e quando la lasciammo ne avevo tredici.

Quelli furono i più begli anni della mia vita. Trascorsi quel periodo in mezzo alla campagna, correndo e respirando a pieni polmoni, mangiando la frutta dagli alberi, cercando i nidi degli uccelli e giocando con i porcospini.

Un giorno però mio padre decise di rientrare in città per essere più vicino al lavoro e alla scuola. Ricordo che il trasloco avvenne di novembre e quando giunsi a Rivarolo mi sembrò di morire: tutto grigio, niente prati, niente amici, tutto triste. Nonostante fossi nato in centro, ormai il mio cuore era affezionato alla campagna, ma non mi detti per vinto, qualche tempo dopo entrai in un gruppo escursionistico e tornai a calpestare i miei amati monti.

Il destino, dicevo... se non ci fosse stata la guerra sarei cresciuto in città e forse mi sarebbe anche piaciuto, chissà!...

Umberto Torretta

CRONACA MONTAGNIN

Torneo di Minigolf a Fregoso

Sabato 11 giugno 2022 si è svolto il terzo torneo di minigolf, un appuntamento che sta riscuotendo sempre più successo. Poiché le piste non sono proprio in perfetto stato, l'abilità dei partecipanti deve essere davvero speciale, ovvero il giocatore deve saper valutare anche le deformazioni e le screpolature del pavimento di gioco, nonché gli ostacoli naturali (foglie, ghiaino, aghi) che appaiono all'improvviso e fanno prendere alla pallina le più inimmaginabili direzioni. Pertanto la competizione, seppur presa molto seriamente, diventa soprattutto divertente. In ogni caso si perviene a un vincitore, che viene doverosamente premiato con medaglia; e quella punta di appetito che intanto si è insinuata nei pancini viene immediatamente soddisfatta a fine giornata con un *apericena*, ricco e appetitoso, consumato quest'anno all'aperto, in una bella cornice naturale con vista mare e colori del tramonto.



Campionessa del Torneo: Paola Poddoli



Lo sfizioso *apericena* a fine gara

Festa di primavera e trofeo di bocce “Tina Scuto”

Domenica 19 giugno 2022 si è svolta presso il Circolo Ricreativo di Belvedere di Sampierdarena l’annuale Gara Sociale di bocce seguita da una simpatica festa.

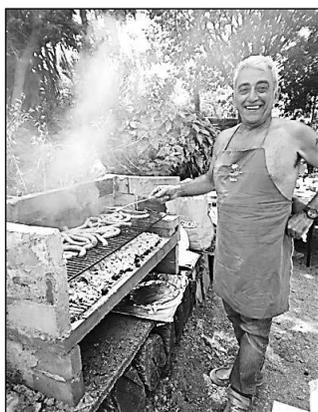


I giocatori si sono dati battaglia con grande impegno e senza tregua, nonostante un sole inferocito. Al termine delle eliminatorie, ripescaggi e finali, si è aggiudicata l’ambito trofeo la coppia A. Consigliere - B. Daquino.

Classifica finale:

- 1°) Consigliere Alfonsina - Daquino Bruno
- 2°) Maestroni Silvana - De Pascale Fulvio
- 3°) Poggioli Paola - Roncallo Lorenzo
- 4°) Cirillo Antonio - Villa Lidia

Al termine è seguita una grande festa che ci ha visto finalmente riuniti numerosissimi attorno a diverse tavolate imbandite con specialità valentamente preparate da alcuni Soci e da un ricchissimo barbecue con bistecche, pollo, salsicce e verdure grigliate, torte salate e molte altre leccornie per tutti i gusti.



Presenti alla manifestazione 45 Soci, col solo desiderio di passare insieme una giornata gioiosa senza più distanziamenti nè restrizioni.

Gara di marcia e pranzo sociale

Domenica 16 ottobre 2022, presso il campo sportivo di Cogoletto si è svolta l'annuale Gara sociale di Marcia di regolarità, su un percorso vario e piacevole sulle prime alture di Cogoletto. A seguire pranzo sociale nel salone dell'Associazione di atletica, presso il campo sportivo stesso, con 50 partecipanti. Menù apprezzato e tanto spazio per la successiva premiazione dei nostri atleti (v. articolo a pag. 38) e la consegna di simpatici gadgets ricordo ai presenti.

La classifica completa:

CLASSIFICA	NOMINATIVO 1	NOMINATIVO 2	PENALITA'
1	PODDIOLI PAOLA	GABRIELE ANGELA	66
2	BRUZZI ALESSANDRA	JOANNA KOTOWSKA	103
3	CASAZZA CLAUDIO	POLIDORI GRAZIELLA	108
4	BENVENUTO ELISA	CORRADI FRANCO	187
5	FORMISANO RITA	CONSIGLIERE ALFONS.	213
6	CAPRILE ROSELLA	ARIANNA CAPPELLO	427
7	POGGIO MARIA	PAGANO IDELMA	490
8	RONCALLO LORENZO	MICHELE CAPPELLO	538
9	SERRA ERMANNO	AGOSTINELLI PAOLA	1197
10	ROSA ELDA	VILLA M.VITTORIA	1455
11	ROBBA G.FRANCO	MAESTRONI SILVANA	1693
12			

Nuovi soci

Agostini Franco - Andreani Settima - Bonelli Rita - Bruschi Giovanna - Cappello Michele - Carbone Agnese - Cerrina Maurizio - Chioma Maria Teresa - Di Cesare Merlone Liviana - Fossa Giovanna - Gaino Bruna - Garbarini Francesco - Kotowska Joanna - Masserdotti Lodovico - Molinari Monica - Murgo Giovanna - Novorosyuk Tetyana - Oneto Anita - Parodi Viviana - Simeone Mirella - Simonini Fulvia

Lutti

Vazio Silvestro

Apertura sede

Ricordiamo che la Sede è aperta il giovedì pomeriggio dalle 17 alle 19. La Segreteria sarà a disposizione per i rinnovi delle tessere sociali e per informazioni sulle nostre gite. Sarà al contempo possibile un momento di incontro tra i Soci per giocare a carte o bere un tè in compagnia o partecipare ad attività organizzate, segnalate per tempo nella nostra segreteria telefonica.

Tutti i martedì, dal 28 febbraio al 28 marzo compresi, ulteriore apertura dalle 15 alle 18 dedicata al **Torneo di burraco** e per favorire un aggiuntivo momento di incontro.

Rinnovo iscrizioni

Si può versare la quota associativa per l'anno 2022-2023 presentandosi in Sede nei giorni di apertura oppure utilizzando il c/c bancario di cui forniamo di seguito l'IBAN:

IT37U0538701410000047028724

Banca BPER - Ag.12 Via Buozzi 57-58r

Le quote sociali per l'anno 2022-23 sono rimaste invariate. E' stata introdotta una nuova quota per giovani dai 12 ai 18 anni pari al 60% della quota ordinaria, come da ultima modifica statutaria approvata nell'Assemblea del 19/06/2021. Pertanto:

- Socio Ordinario	35,00 €
- Socio Junior (sino a 12 anni)	esente
- Socio Cadetto (da 12 a 18 anni)	21,00 €
- Socio Sostenitore	>35,00 €

Si ricorda che il rinnovo delle tessere sociali va effettuato **entro il 28 febbraio**

Assicurazione

Con l'inizio del nuovo anno sociale (24/11/2022) per partecipare alle attività del Gruppo è necessaria un'assicurazione per ciascun Socio. Le quote assicurative vigenti per l'anno 2022-23 per l'attività escursionistica sono:

Assicurazione Allianz:	7,00 €	per i soci entro i 75 anni
Assicurazione Cattolica (FIE)	19,00 €	per i soci fra 75 e 85 anni

Simpatizzanti ed amici non assicurati hanno l'obbligo di stipulare assicurazione temporanea per ogni giorno di attività.

Quota Promozionale 95°

Per tutto l'anno sociale **nov.2022 - nov.2023** sarà possibile a tutti i Soci Montagnin regalare ad un amico l'iscrizione al Gruppo per l'anno in corso all'importo promozionale di 30 euro (comprensivi di quota, tessera e assicurazione standard da 7 euro)

Deve trattarsi di una NUOVA iscrizione (amico, parente, conoscente,...), no rinnovi.

La promozione è valida SOLO per l'anno in corso (scadenza nov.2023).

Notiziario

Le spedizioni postali verranno ridotte all'essenziale, spedendo il Giornalino solo ai Soci fuori Genova o impossibilitati a raggiungere la sede. Ricordiamo che il Giornalino viene sempre pubblicato anche sul nostro Sito: www.montagnin.it

Nuovo indirizzo e-mail

Da gennaio 2023 il nuovo indirizzo di posta elettronica del Gruppo escursionistico "I Montagnin" è: ge.montagnin@libero.it

Attività sociali anno 2022

. *Attività escursionistiche, ricreative, culturali, turistiche e soggiorni:*

- 1° **Escursionista dell'anno (58 presenze): Paola Poddoli**

- 2° Classificato (45 " "): Angelo Pireddu
- 3° " " " (36 " "): Lidia Villa - Rosella Caprile - Lorenzo Roncallo
- 6° " " " (34 " "): Mariella Giustolisi
- 7° " " " (30 " "): Benedetta Cavallaro
- 8° " " " (28 " "): Antonio Cirillo
- 9° " " " (27 " "): Maria Poggio
- 10° " " " (26 " "): Silvana Maestroni - Rita Formisano

. *Escursioni:*

- 1° **Classificato (39 presenze): Paola Poddoli**

- 2° " " " (25 " " "): Angelo Pireddu
- 3° " " " (23 " " "): Eva Picollo - Maria Rosa Massara
- 5° " " " (20 " " "): Antonio Cirillo
- 6° " " " (19 " " "): Ornella Merani - Mirella Florio - Rosella Caprile - Lorenzo Roncallo
- 10° " " " (18 " " "): Rita Formisano

. *Attività ricreative, culturali, turistiche e soggiorni:*

- 1° **Classificato (22 presenze): Lidia Villa**

- 2° " " " (21 " " "): Maria Poggio
- 3° " " " (20 " " "): Mariella Giustolisi - Angelo Pireddu
- 5° " " " (19 " " "): Benedetta Cavallaro - Idelma Pagano - Paola Poddoli
- 8° " " " (17 " " "): Rosella Caprile - Lorenzo Roncallo
- 10° " " " (16 " " "): Gianfranco Robba

Premiazione Anzianità di appartenenza G.E. Montagnin

- *Per 25 anni di appartenenza al Gruppo*

- Colombati Angiola
- Caprile Rosella
- Roncallo Lorenzo

- *Per 50 Anni di appartenenza:*

- Paccani Arianna - Paccani Cristina



*Serata degli auguri per
il Natale 2022 in Sede*



PERCHE' ...?

Perché camminiamo, compagni?



*L'urlo gelido del vento rabbrivisce
un mattino già livido e lo rende alieno.
Pallida, la luce, pare sfumare tra gli alberi
rinsecchiti del bosco e diluisce i colori che
si fanno di minuto in minuto più tenui,
quasi impalpabili.*

*Figure camminano fra le brume
e il rumore dei passi fluisce d'intorno,
con lo schiocco secco della brina
che infrange le trine di cristallo sull'erba
secca del sentiero. Poi lo scricchiolio
s'addolcisce con il crescere dell'alba
sino a trasformarsi in un fruscio antico,
cadenzato e ritmico.*

Perché camminiamo, compagni?

*Nessuno parla, ciascuno assapora goloso,
l'aria pulita che giunge con l'aurora e
guarda la schiena del compagno che sale
dinnanzi a lui, nella trama verticale dei faggi.*

*D'improvviso la radura irrompe e accoglie
la loro fatica. Svanisce il silenzio nello sciogliersi
delle chiacchiere e dei sospiri, che il sollievo del-
la sosta induce in ogni muscolo contratto.*

*Un suono di carta oleata, di piccoli involti svelati,
fruscia per aprirsi alle mani in cerca di un
po' di calorie giustificate e spande intorno
la sapida fragranza della focaccia.*

*Passa una borraccia di bianco frizzante
che gli amici lentamente avvicinano alle
labbra assaporandone l'anima nascosta.*

Perché camminiamo, compagni?

*S'ode a tratti, solo lieve, uno stormir
di fronde e, lontano, il ruscello.*

*Poi il Capo fa un gesto, afferra lo zaino,
quindi s'alza incamminandosi lentamente
un passo dopo l'altro, nuovamente verso l'alto.*

*Senza un motto, gli altri lo seguono
subitaneamente, l'incedere ora certo, lo sguardo
che ride al sole che adesso riscalda.*

Perché camminiamo, compagni?

*E il torrente, e il monte, e il lago,
e i sassi, e i fiori, ed il falco
alto nel cielo, e la marmotta che fischia
sulla morena, tutti ti vedono passare e
nulla cambia per questo.*

*Pur nessuno di noi lo vorrebbe
e chi mai farebbe poi violenza
a tanta virginale nuda bellezza?*

*Dovremo essere noi prestì a mutare,
noi sì, ora già stiamo cambiando.
Perché il monte e il piano e il borgo
ci entrano dentro, ci gridano che la
vita è bella da vivere insieme,
che il morbo vigliacco non vincerà,
che di nuovo e ancora saremo in viaggio.*

Perché camminiamo, compagni?

*La vita, l'amore, gli amici, il mondo,
camminando, ciascuno alla sua meta,
con rinnovate forze, con i compagni,
con questo andare, fluiranno sicuri
per gli scarponi nei piedi, poi in testa.
E prenderanno per sempre dimora in noi.*

*Abbiamo cercato soluzioni e certezze,
tra le luci e le lusinghe di città e di auto,
abbiamo ricevuto soltanto altri dubbi.
Abbiamo passato una notte sotto le stelle
coi compagni sulla vetta di un monte,
vi abbiamo trovato speranze e conforto
col compagno che ci cammina accanto...*

Allora, compagni, perché camminiamo?

Gianfranco Robba

" I MONTAGNIN "
GRUPPO ESCURSIONISTICO

Via S. Benedetto, 11/3 - 16126 Genova

Tel. Segreteria 010 252250 Fax 010 8597527

Sito Internet: www.montagnin.it e-mail: ge.montagnin@libero.it

La Sede è aperta il **giovedì pomeriggio dalle ore 17 alle 19**



PROGRAMMA ATTIVITA'
Febbraio 2023 – Luglio 2023

N.B.: Le caselle-data in grigio indicano che l'attività è descritta nei Momenti Forti

Data	Descrizione dell'attività	Resp. della attività	Durata attività ore	Disliv. in salita	Diff Esc
Febbraio					
5 Dom	Santuario di N.S. della Guardia da S. Carlo di Cese <i>[bus]</i>	E. Picollo	4.00	500	E
12 Dom	Gita in neve con le ciaspole Loc. Piani di Praglia o altra località innevata	A. Pireddu	n.d.	n.d.	EAI
18 Sab oppure 25 Sab	AstroCamminata e cena in agriturismo <i>[A.P.]</i> Sentiero degli Inglesi da Agriturismo Verdegioia (Arenzano) Osservazione del cielo stellato e Cena in Agriturismo Prenotazioni in Sede	A. Bruzzi	2.30 (camminata)	350	E
19 Dom	Rapallo - M.Pegge - Montallegro - Rapallo <i>[treno]</i> GITA BREVE: Montallegro - M. Pegge a/r (con bus per Montallegro)	C. Corradi L. Villa	5.30 2.00	800 150	E E
21 Mar	CARNEVALE - MARTEDI' GRASSO Tombolata in Sede h17.00. A seguire frittelle e bugie	Pro Sede			
25 Sab	GITA BREVE: Quezzi - P.zza S. Maria - Torretta di Quezzi - S. Eusebio a/r <i>[bus]</i>	L. Villa	4.00	180	E
26 Dom	Via Bertuccioni - Chiesa S. Margherita - Torre Quezzi - Forte Ratti - Camaldoli - Pianderlino - Madonna del Monte - S. Fruttuoso <i>[bus]</i>	O. Merani	5.00	700	E

Data	Descrizione dell'attività	Resp. della attività	Durata attività ore	Disliv. in salita	Diff Esc
Marzo					
4 Sab	Visita alla Cartiera di Acquasanta <i>[treno+bus]</i> A seguire focaccia al formaggio presso l'Osteria "Da Dria" Informazioni e Prenotazioni in Sede	E.Benvenuto			
5 Dom	Lavagna - Monte S. Giacomo - Sentiero di Cornice - Santa Giulia - Lavagna <i>[treno]</i> GITA BREVE: Lavagna - S. Giulia a/r	R. Caprile L. Villa	6.00 3.00	700 250	E E
8 Mer	FESTA DELLA DONNA... a sorpresa!! Prenotazioni in Sede	C.D.			
12 Dom	Ruta – Portofino Vetta - Pietre Strette - S. Fruttuoso - Torretta Saracena - S. Fruttuoso <i>[mezzi pubblici]</i> (per il tratto della Torretta (facoltativo) è necessaria attrezzatura da ferrata: casco, cordino, moschettone)	M. Cuneo	4.30	400	E EE fac.
18 Sab	Visita a Casa Mazzini e itinerario nel Centro Storico	Comm. Att. Cult.			
19 Dom	Bavari - M. Proi - M. Bastia - Pomà - S. Desiderio <i>[bus]</i>	A. Ratto	5.00	600	E
26 Dom	Valle dei Campassi da Vegni (Carrega Ligure): Casoni di Vegni - Ferrazza - Reneuzzi <i>[A.P.]</i>	L. Carbone	4.00	400	E/EE
Aprile					
1 Sab	Torino: Visita a Palazzo Carignano (Museo Nazionale del Risorgimento) e alla Mole Antonelliana	Comm. Att. Cult.			
2 Dom	Valtrebbia: Perino – Pietra Parcellara – Pietra Perduca – Perino <i>[A.P.]</i>	L. Roncallo	5.00	600	E/EE
4 Mar	AUGURI DI PASQUA IN SEDE	Pro Sede			
10 Lun	Gita di Pasquetta: Quinto – M. Moro - Apparizione <i>[bus]</i>	M.V. Villa	3.00	400	E
16 Dom	Anello della Madonna dei Partigiani (Sassello - SV) Itinerario storico guidato Con Grigliata in area pic-nic presso la chiesetta Prenotazioni in Sede per la grigliata <i>[A.P.]</i>	A. Bruzzi	3.30	400	E
22 Sab- 25 Mar	ISOLA CAPRAIA - Turistica-Escursionistica Programma e prenotazioni in Sede	E.Benvenuto			E
23 Dom	Recco - Avegno - Terrile - Calcinara - Case Cornua - Capreno - Sori <i>[treno]</i>	R. Caprile	6.00	650	E
30 Dom	Vernazza - Corniglia - Case Pianca - Volastra - Manarola - Via Beccaria - Riomaggiore <i>[treno]</i> GITA BREVE: Vernazza - Corniglia	A. Pireddu L. Villa	5.30 2.15	630 160	E E

Data	Descrizione dell'attività	Resp. della attività	Durata attività ore	Disliv. in salita	Diff Esc
	Maggio				
7 Dom	TORNEO DI BOCCE E FAVATA Belvedere di Sampierdarena - Prenotazioni in Sede	C.T.			
14 Dom	Acquasanta - Punta Martin - M. Penello - Baiarda - Acquasanta [A.P.]	T. Cirillo	5.00	860	E/EE
20 Sab	Visita al Centro Induista "Gitananda Ashram" e al Museo del Vetro - Altare (SV)	Comm. Att. Cult.			
21 Dom	Val Curone: Caldirola (AL) - M. Ebro – Caldirola [A.P.]	I. Birsa <i>da Caldirola</i>	4.00	514	E
28 Dom	Alpi Liguri: Sentiero degli Alpini e M. Pietravecchia [A.P.] C.lla Melosa - Gola Incisa - M. Pietravecchia - C.lla Melosa	M. Cuneo	6.00	800	E
	Giugno				
2 Ven-4 Dom	TURISTICA : BERGAMO, BRESCIA, FRANCIACORTA Bergamo e Brescia capitali italiane della cultura 2023 Programma e prenotazioni in Sede	C.D.			
4 Dom	Anello di Forte Geremia [A.P.] Masone - Cascata del Serpente - Case Troia - M. Dente – Forte Geremia - Capp.tta di Masone - Masone	C. Corradi	5.00	700	E
10 Sab	TORNEO DI MINIGOLF a Fregoso Con successivo Apericena (facoltativo) Prenotazioni in Sede	R. Caprile			
11 Dom	Valtrebbia: Retezzo - Case Giardino - Capp.tta di S. Anna - M. Rondanina - Capp.ta di Propata –Retezzo [A.P.]	E. Benvenuto	5.00	650	E
17 Sab	Visita al Complesso monumentale della Cervara [treno] S. Margherita L. - Cervara - Paraggi - S. M. Ligure Prenotazioni in Sede (min. 18 adesioni entro 1° giugno)	M. Giustolisi L. Villa	3.00	50	T
18 Dom	Anello delle Cascate della Valle Pesio da Pian delle Gorre GITA BREVE: Eventuale Visita della Certosa e Sentiero Naturalistico per Pian delle Gorre [A.P.]	A. Bruzzi L. Villa	3.00 2.30	530 200	E T/E
24 Sab-25 Dom	Turistica – Escursionistica nel cuneese: [A.P.] 1° g. Visita al Santuario di Vicoforte 2° g. Escursione al M. Birrone da Pagliero (Borg. Chesta) (pernottamento a S. Damiano Macra)	E. Benvenuto	5.00	750	E
25 Dom	Alpi Cozie: M. Birrone (2131m) da Pagliero (Borg. Chesta) Sullo spartiacque tra val Varaita e Val Maira [A.P.]	E. Benvenuto <i>da Pagliero</i>	5.00	750	E
	Luglio				
2 Dom	Cervinia - Plan Maison - Rif. Oriondè (2.802m) - Cervinia Funivia da Cervinia a Plan Maison [A.P.]	T. Cirillo	5.00	780	E

Data	Descrizione dell'attività	Resp. della attività	Durata attività ore	Disliv. in salita	Diff Esc
6 Gio-9 Dom	Valle Tanaro: TREK DELLA STELLA ALPINA 2 Soggiorno presso Rif. FIE Ciarlo Bossi. [A.P.] Programma e prenotazioni in Sede	A. Bruzzi E. Benvenuto			E
9 Dom	Balneare in Appennino (informazioni in Sede) [A.P.] Escursione con bagno in un laghetto del nostro entroterra	L. Carbone			E
16 Dom	Val Vermenagna: Bec Baral (2130m) da Limonetto [A.P.]	A. Ratto	5.00	840	E
19 mer-22 sab	TREK DELLA MARMOLADA [A.P.] A seguire:	E. Benvenuto A. Bruzzi			
22 sab-29 sab	SOGGIORNO IN VAL DI FASSA Programma e prenotazioni in Sede				
23 dom	Gita a destinarsi				
30 Dom	Val d'Aosta - Val d'Ayas: Lago Blu (2.220m) da St. Jacques [A.P.]	T. Cirillo	4.30	530	E

- Descrizione:

GITE BREVI: di dislivello e lunghezza contenuti. Saranno segnalate di volta in volta in segreteria telefonica in base alla disponibilità dei percorsi e dei capigita

GITE IN NEVE: effettuabili in base allo stato di innevamento ed alla disponibilità dei percorsi e dei capigita. Saranno segnalate di volta in volta in segreteria telefonica.

GITE INFRASETTIMANALI: saranno saltuariamente possibili. Le modalità di effettuazione verranno comunicate di volta in volta con i consueti canali.

Scala di valutazione delle difficoltà escursionistiche

T = Turistico	Facile: 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.
E = Escursionistico	Media difficoltà: 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.
EAI = Escurs. Attrez innevam	Media difficoltà su percorsi innevati: Come per l'itinerario escursionistico ma su sentieri innevati. Occorre disporre di attrezzature da neve come ciaspole, bastoncini, event. ramponi
EE = Escursionisti Esperti	Difficile: 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.

Momenti Forti del Programma Gite

Sabato 18 febbraio: Arenzano - AstroCamminata e cena in agriturismo

Partiremo in auto da Genova nel primo pomeriggio alla volta di Arenzano lasciando le auto presso il parcheggio dell'Agriturismo "Verdegioia". Da qui intraprenderemo subito il "Sentiero degli Inglesi", una miniescursione ad anello di circa 2 ore su facile sentiero.

Torneremo all'agriturismo sul far della sera. Da lì a poco sarà buio: si "accenderanno le stelle" e potremo osservare lo spettacolo delle costellazioni invernali e i pianeti ancora visibili: Marte, Giove e Venere. Concluderemo con una deliziosa cena in agriturismo godendo di un panorama notturno spettacolare su Arenzano e il mare della riviera di Ponente.

(In caso di maltempo ritenteremo la settimana successiva, sabato 25 febbraio).

Sabato 4 marzo: Visita alla Cartiera di Acquisanta

Lungo la strada che porta al paese di Acquisanta, nel comune di Mele, si incontrano parecchie fabbriche, alcune delle quali ancora in funzione: quasi tutte sono o furono cartiere. Anche in paese, a poche decine di metri dal Santuario, si trova una cartiera del XVIII secolo, la cartiera Piccardo, non più operativa ma non per questo meno importante. La sua posizione ha consentito all'Amministrazione Pubblica di poterla restaurare ed aprirla al pubblico in qualità di Museo della Carta e costituirvi un centro didattico rivolto alla produzione di questo materiale. All'interno si possono ritrovare i macchinari restaurati della macchina continua, la macchina per la pressatura dei fogli, le vasche, ed altre attrezzature.

Dopo la visita, chi vorrà potrà rifocillarsi con la rinomata focaccia al formaggio dell'Osteria "Da Dria" posta nelle vicinanze, che offre anche molte altre prelibatezze.

Domenica 26 marzo: escursione nella Valle dei Campassi da Vegni

La Valle dei Campassi è una piccola valle attraversata dal Rio dei Campassi, tributario del torrente Borbera in provincia di Alessandria, interamente compresa nel comune di Carrega Ligure e della diocesi di Tortona nel versante nord del monte Antola. La valle è lunga 4 km e

ha un dislivello di quasi mille metri dal letto del Rio dei Campassi all'Antola.

Percorrendo la valle si possono incontrare i "Villaggi di Pietra":

Campassi, Casoni di Vegni, Croso, Ferrazza, Reneuzzi, villaggi fantasma ormai quasi tutti abbandonati e disabitati. Ognuno però conserva delle peculiarità ancora visibili che ne rendono interessante la



visita. Ci addenteremo in questo mondo del passato dominato dal silenzio e dal ricordo di

un'epoca lontana ma non troppo, per non dimenticare mai come si viveva una volta e quali siano state le radici del nostro presente.

Domenica 16 aprile: Sassello (SV) - Anello della Madonna dei Partigiani e Grigliata

Il percorso inizia nelle vicinanze della Madonna dei Partigiani, chiesetta votiva dedicata a Maria Ausiliatrice ed edificata nel 1946 dopo la fine della Seconda Guerra Mondiale.

Il trekking percorrerà siti di interesse naturalistici e paesaggistici, oltre a visitare luoghi dove si sono succeduti eventi durante il periodo della Resistenza (1943-1945). Alcuni di questi avvenimenti hanno portato alla costruzione della cappella: la sua storia e alcuni eventi importanti verranno raccontati durante il percorso da Leonor Suarez, accompagnatrice di escursionismo FIE e parente del protagonista di questa vicenda di guerra. A fine gita lei stessa ed il marito Marco ci prepareranno una fantastica grigliata presso l'area pic-nic esistente attorno alla chiesetta.

Da sabato 22 a martedì 25 aprile - Isola Capraia

Aegylyon Megas (terra da capre grande), così i Greci chiamavano questa bellissima ed affascinante isola dell'Arcipelago Toscano, più vicina a Capo Corso che alla costa italiana. Abitata da tempi antichissimi (forse fin da 4000 anni fa), nei secoli più "recenti" Capraia fu possesso anche della Repubblica di Genova che, per arginare le invasioni dei pirati saraceni, edificò, nei punti strategici, torri di avvistamento che ancora oggi possiamo ammirare in tutta la loro potenza come quella dello Zenobito, che svetta sulla punta meridionale, e dalla quale si gode di un eccezionale punto di osservazione sulla magnifica Cala Rossa. Capraia è un'isola di origine vulcanica, selvaggia e affascinante per la ricchezza della vegetazione, che presenta colori, forme e aromi di un giardino mediterraneo, e della fauna prevalentemente formata da uccelli migratori e marini.

Nel nostro soggiorno cammineremo su sentieri e mulattiere immersi nel verde e, vista la stagione, arricchiti da splendide fioriture e da panorami particolari. Monte Arpagna, Monte Le Penne, il Laghetto, punta dello Zenobito, Cala Rossa sono soltanto alcune delle escursioni che si possono effettuare. Interessante, anche storicamente, la visita alla ex



Colonia Penale agricola attiva sull'isola dal 1873 e smantellata nel 1986.

Possibile, se le condizioni meteo e del mare saranno favorevoli, effettuare il giro dell'isola in barca alla scoperta di cale, grotte marine e, soprattutto, dell'indescrivibile scenario di Cala Rossa con la sua netta frattura di rocce bianche e rosse, l'acqua color cobalto e, dall'altro lato,

l'imponente promontorio dello Zenobito, calco del cratere di uno dei due vulcani che diedero vita all'isola. E poi rilassanti passeggiate tra Porto e Paese, romantici tramonti, cucina tipica, per una vacanza da veri isolani.

Sabato 22 Partenza da Genova con pullman riservato. Arrivo a Livorno e imbarco su traghetto. Durata della traversata Livorno – Capraia circa ore 2,30.

Depositati i bagagli in albergo, visita del paese e dintorni (Forte San Giorgio, Torretta, Bellavista da dove si può vedere in lontananza l'Elba).

Domenica 23 Gita: Paese - Stagnone - Monte Le Penne – ex Colonia Penale - il Dattero – Paese *Disl. 370 m ore 4.00 diff. E*

Lunedì 24 Gita: Paese - il Piano - “Alloggio del Capo” - Monte Arpagna – Piano dello Zenobito – Torre dello Zenobito (spettacolare veduta su Cala Rossa) – Paese *Disl. 700 m ore 5.30 diff. E*

Martedì 25 Gita: Paese - Punta Bellavista – Cala dello Zurletto - Sentiero del Reganico - Paese. *Disl. 145m ore 2 diff. E/T*

Nel pomeriggio imbarco per Livorno e rientro a Genova con pullman riservato.

Tutte le gite sono molto panoramiche ed offrono scorci di rara bellezza.

Si possono effettuare anche percorsi brevi e passeggiate nei dintorni di Porto e Paese.

Con condizioni meteo e mare favorevoli, per gli interessati sarà possibile effettuare il giro dell'isola in barca.

Sabato 17 giugno: Visita al Complesso della Cervara

La Cervara è un affascinante complesso abbaziale, oggi trasformato in una prestigiosa struttura ricettiva, situato tra i boschi del Monte di Portofino, con splendidi giardini su grandi terrazze a strapiombo sul mare. L'origine è nel lontano 1361, per l'inaugurazione del nuovo monastero dedicato a San Girolamo. Questo complesso monastico, affidato ai Benedettini, divenne presto un potentissimo monastero, che arrivò ad ospitare personaggi del calibro di Francesco Petrarca e Santa Caterina da Siena. Subì varie trasformazioni nei secoli successivi fino a diventare dimora privata nel 1937. Il complesso già nel 1912 venne riconosciuto come Monumento Nazionale, ma furono i recenti lavori di restauro ad averlo portato agli splendori di un tempo. La visita guidata sarà un vero e proprio viaggio nel tempo e nella spiritualità del luogo, alla ricerca della bellezza e della serenità interiore. Si visiteranno la Cripta, la quattrocentesca sala capitolare e il cinquecentesco chiostro, che raccontano la storia e la vita di questo straordinario monastero sul mare. Assolutamente da visitare anche la Torre Saracena e la Chiesa di San Girolamo. Infine i meravigliosi giardini Belvedere. Qui, sarà possibile passeggiare tra le aiuole verdi, le gardenie, i dolci pergolati, per ammirare la bellezza e l'infinito, che si staglia proprio dalle fantastiche terrazze sul mare.

Domenica 18 giugno: Anello delle Cascate della Valle Pesio

L'itinerario, spettacolare per gli ambienti, si sviluppa all'interno del Parco naturale del Marguareis con un percorso che parte dal Pian delle Gorre. Le famose cascate del Pis del Pesio sono soprattutto visibili in primavera, quando le piogge di superficie e la neve che si scioglie nella conca delle Càrsene penetrano nelle cavità sotterranee del terreno carsico, alimentando cunicoli, sifoni e laghi sotterranei e fuoriuscendo come per magia dalle pareti rocciose sottostanti la conca. Con un anello di 10 km, in circa 3 ore toccheremo punti molto suggestivi raggiungendo dapprima la **cascata del gias Fontana** proveniente dalle sorgenti del Pesio, dirigendoci poi verso le ripide pareti rocciose da cui scaturiscono le **cascate del Pis** e

concludendo con le belle **cascate del Saut**, che raccolgono le acque provenienti dal vallone omonimo e da quello di Sestrera.

Sabato 24 e Domenica 25 giugno: Turistica – Escursionistica nel cuneese

Sabato 24: visita guidata a cura di Kalatà Srl alla cupola del Santuario di Vicoforte (CN) la cupola ellittica più grande del mondo. La visita (su prenotazione e a pagamento) si svolge con due percorsi: il primo, della durata di due ore, sale alla cupola a 60 metri di altezza con 266 gradini; il secondo, più breve, dura un'ora e prevede la salita di 130 gradini. Nel pomeriggio visita di Mondovì Piazza (centro storico) e successivo trasferimento a San Damiano Macra (eventuale attività alternativa).

Domenica 25: Pagliero (Borgata Chesta) 1379 m - Colle del Birrone (1700 m) - Monte Birrone (2131 m) *Disl. 755 m 5h E*

Possibilità di gita breve fino al Colle del Birrone oppure Giro delle borgate

Da giovedì 06 a domenica 09 luglio: Val Tanaro - Trek della Stella Alpina 2

Secondo episodio di un trek molto ben riuscito, lo scorso anno, per camminate (anche ardite) e divertimento.

Faremo sempre base al rifugio Ciarlo-Bossi della F.I.E. dal quale ci muoveremo ogni giorno su itinerari "a stella" con partenza e arrivo al rifugio. Ancora una volta ci



accoglieranno Silvio Scarrone, presidente del GES di Savona, che presidia il Rifugio assieme all'amico ed eccellente cuoco, Carlo Torelli, che ci farà trovare sempre un pasto caldo, ottimo e abbondante al nostro rientro. Pertanto potremo contare su un trattamento di mezza pensione ad un prezzo molto conveniente.

Le gite previste, nel momento in cui scriviamo sono le seguenti, con possibilità di modifiche in itinere a seconda delle condizioni meteo e di altri

eventuali imprevisti. **Richiesto un minimo di 8 presenze e un massimo di 12.**

Giovedì 06 – Balconata di Ormea 1a tappa (a/r)

Partenza da Genova per la Val Tanaro. Una deviazione nei pressi di Ormea ci porterà a S. Giacomo di Eca dove effettueremo la prima gita, andata e ritorno:

San Giacomo di Eca (859 m) - Vacieu (1021 m) - Cariò (1155 m) - Albra (1078 m) - Villaro (1038 m) Dis.: 620 m 3h30' 9,5 km E

Bellissima traversata che tocca numerose pittoresche borgate, alcune parzialmente riattate, altre abitate da una manciata di residenti, altre ormai abbandonate, ma tutte ricche di fascino e di storia. Tornati alle auto proseguiremo per Carnino e il Rif. Ciarlo Bossi.

Venerdì 07 - Monte Mongioie (2631 m) da rif. Ciarlo Bossi (anello)

Rif. C. Bossi (1530 m) – Vene del Tanaro - Rif. Mongioie (1555 m) - Pian dell'Olio (2083 m) - Bocchin dell'Aseo (2292 m) - M. Mongioie (2630 m) - Bocchin delle Scaglie (2325 m) - Cima delle Colme - Pian Comune (2401 m) - P.sso delle Saline (2174 m) - Rif. C. Bossi
Dis.: 1300 m 8h E/EE

Il “piatto forte” del nostro trek. Anello molto impegnativo per lunghezza e dislivello, ma modulare. Sarà possibile spezzarlo con tratte a/r al Rif. Mongioie, al Pian dell'Olio, al Bocchin dell'Aseo, da dove la vista spazia verso il Lago Raschera e i Laghi della Brignola.

Sabato 08 – Balconata di Ormea 5a tappa da Viozene (a/r)

Viozene (1245m) - Pian del Fò (1309m) - Pornassino (1228m) - ev. M. Baraccone (1382m) – ev. borgata Fasce - ev. borgata Merea Dis.: 200 m 3h 5 km T/E

E' la tappa più lunga dell'intero percorso della Balconata, dominata da lunghe sterrate chiuse nel bosco. Noi la percorreremo parzialmente partendo al contrario da Viozene fino alla borgata di Pornassino ed eventualmente oltre, a piacere.

Al ritorno merita l'arrivo a Viozene, dove lo spettacolo offerto dalle pareti calcaree del Mongioie è notevole.

Domenica 09 – Cima delle Saline (2612 m) da rif. C. Bossi (1530 m) a/r

Per il Colle degli Arpetti Dis.: 1080 m 6h E/EE

La affronteremo come semplice andata e ritorno sul sentiero che parte proprio dietro al Rif. Ciarlo Bossi ed arriva ad un bivio da cui, prendendo a sinistra, ci si dirige verso il Colle degli Arpetti e la Cima delle Saline. Dalla Cima panorami spettacolari garantiti.

Da mercoledì 19 luglio a sabato 22 luglio - Trekking intorno alla Marmolada



Anello escursionistico, attorno alla regina delle Dolomiti, di grande interesse paesaggistico e storico. Durante il trekking si potranno ammirare panorami superbi e osservare testimonianze della prima guerra mondiale (ricoveri, gallerie e vari manufatti).

Da Malga Ciapela sul sentiero 610 si risale la valle Ombretta fino al rifugio Onorio Falier transitando nella bellissima zona della Malga Ombretta. Dal rifugio una decisa salita conduce

al Passo di Ombretta. Da qui, in breve, si può raggiungere il Bivacco Dal Bianco da cui si può godere di uno straordinario panorama sulla parete sud della Marmolada.

Con discesa, a tratti un po' ripida, nella val Rosalia si raggiunge il rifugio Contrin da dove, il giorno dopo, si risale il vallone delle Cirelle fino al passo omonimo da cui la vista spazia sulla conca di Fuciade, le Pale di San Martino, Cima Bocche.

Discesa su ghiaione e poi su sentiero fino allo splendido altopiano di Fuciade (sosta quasi obbligata all'omonimo rifugio) e da qui al Passo di San Pellegrino da cui, il giorno dopo, si raggiunge il passo di Forca Rossa e, scendendo alla Malga Franzendas e nell'omonima valle, si chiude l'anello arrivando a Malga Ciapela.

Mercoledì 19 luglio: partenza da Genova e arrivo a Malga Ciapela (Fraz. di Rocca Pietore – BL) Parcheggio Malga Ciapela (1459 m) - rifugio Onorio Falier (2080 m). *Disl. 520 m Ore 2 E*

Giovedì 20 luglio: Rifugio Falier (2080 m) - Passo d'Ombretta (2702 m) - Bivacco Dal Bianco (2750 m) – Passo d'Ombretta - Rifugio Contrin (2074 m). *Disl. 700 m Ore 5 E*

Venerdì 21 luglio: Rifugio Contrin (2074 m) – Passo delle Cirelle (2653 m) - Rifugio Fuciade (1982 m) - Passo di San Pellegrino (1918 m). *Disl. 650 m Ore 5 E*

Sabato 22 luglio: Passo di San Pellegrino (1918 m) - Forca Rossa (2490 m) - Forcella Franzendas (2030 m) - Malga Ciapela (1450 m) *Disl. 800 Ore 6 E*

Da sabato 22 luglio a sabato 29 luglio - Soggiorno in Val di Fassa



Settimana Verde a **Campitello di Fassa**. La località è raggiungibile anche con servizio di pullman da Genova.

Saranno possibili gite di diverso impegno, semplici passeggiate e visite turistiche a borghi e villaggi, in un contesto dolomitico fra i più spettacolari: dalla splendida Valle di San Nicolò ai sentieri del Sassolungo, del Sella, del Catinaccio, del Latemar e tutte le splendide vallate ai loro piedi.

Gara di Marcia 2022

Non è la cronaca della Gara di Marcia “Tor de Geants” (Giro dei Giganti, perché si sviluppa al cospetto delle più grandi montagne d’Europa, il Monte Bianco, il Monte Rosa, il Cervino e il Gran Paradiso) che si svolge a Settembre in Val d’Aosta e che passa al ritorno davanti a casa mia. Gli atleti sopravvissuti al percorso di 330 chilometri e 24.000 metri di dislivello in salita, sono talmente provati dalle notti insonni (sono concesse solo dormitine di massimo due ore nelle palestre delle scuole dei paesi), dal freddo e dalla stanchezza, che frequentemente sbagliano il giusto percorso malgrado tutte le diavolerie GPS di cui sono dotati.

Tranquilli, non vi racconto neanche la cronaca del “*Trail Chamonix-Chamonix*”, molto più abbordabile, direte voi, il giretto intorno al gruppo del Monte Bianco, di soli 170 chilometri e 9128 metri di dislivello in salita (che si sviluppa in territorio francese, italiano e svizzero), se siete allenati potete farlo in una giornata, partendo il pomeriggio da Chamonix tra due ali di folla e passando una sola notte in gara, possibilmente senza dormire altrimenti vi passano tutti davanti. Arrivando nel primo o magari nel tardo pomeriggio al traguardo, di Chamonix, che ne dite?

Oppure preferireste forse partecipare alla prestigiosissima “*Gara di Marcia annuale del G.E. MONTAGNIN*” di Genova, nota anche fuori dai confini della Liguria, da Ovada a Ottone e anche oltre! Questa importante manifestazione generalmente si effettua su un percorso un tantino meno lungo, con minor dislivello in salita ma con tanta più allegria e piacere di camminare con amici in libertà, senza preoccuparsi affatto dei tempi e della classifica, ma pregustando un bel pranzo all’arrivo.

Qualcuno potrebbe pensare a un tipo di manifestazione sportiva fuori dal mondo! Assolutamente no, ancora oggi vi è un impegnativo calendario, per il 2023, di queste gare di marcia di regolarità nelle regioni Piemonte, Lombardia e Veneto, con decine di gare sia regionali che per il Campionato italiano. Una volta c’erano anche qui da noi in Liguria. Molti Montagnin, ed io con loro, partecipavano normalmente a queste gare. Ricordo in particolare di una gara di Campionato Italiano tenutasi a Varazze, a cui partecipai (forse era un secolo fa!) nonostante fossi afflitto da una fastidiosa e dolorosa disfunzione intestinale che richiedeva di fermarmi di tanto in tanto a bordo sentiero. Quando finalmente giunsi al traguardo, situato nel palazzetto dello sport, vidi una moltitudine di persone davanti al tavolo della giuria, in attesa che i concorrenti tagliassero il traguardo... Come previsto dal regolamento, avrei dovuto compiere il giro del palazzetto dello sport, ma a causa dell’assoluta necessità di correre alla toilette, mi precipitai immediatamente al tavolo della giuria dove i cronometristi, colta al volo l’incresciosa situazione, mi rilevarono velocemente il numero di pettorale e il tempo, considerandomi giunto regolarmente al traguardo. Secondo regola avrebbero dovuto squalificarmi, invece mi premiarono per il mio quarto posto in classifica!

Questo oggi non potrebbe succedere, primo perché siamo rimasti in pochi a partecipare alla gara, quest'anno soltanto 16 coppie, fantastiche persone, grandi amanti dello sport, delle competizioni e della fatica! Sì, perché si può arrivare anche a 5, 6, 7 chilometri di percorso e con notevoli dislivelli di salita!

E poi perché durante tutta la gara ci sono dei giudici particolarmente attenti e severi nei controlli come i severissimi veterani Marco Friscione, Toni Cirillo, Luigi Carbone, Piero Terrile.

Nei primi anni del nuovo secolo la gara di marcia dei Montagnin era ricchissima di premi ed anche gli ultimi arrivati, tra le molte decine di concorrenti, portavano a casa un piccolo elettrodomestico o un oggetto messo in palio dal mentore dei Montagnin, il grande Silvestro Paccani!

Non so a quando risalga la prima gara di Marcia di Regolarità fatta dai Montagnin, ma certamente negli anni passati si facevano anche altri tipi di competizioni. Ci potrebbero certo aiutare le memorie storiche dei Soci passati, per sempre nei nostri cuori, Paolo S., Silvestro V., Vittorio A. ...

Una volta le gare erano molto sentite e combattute e i concorrenti si impegnavano moltissimo per arrivare tra i primi.

Ricordo una gara di regolarità tenutasi sui sentieri intorno a Capenardo, in cui ero stato sorteggiato in coppia con Angela Gaglione. Per tutti i vari tratti del percorso (da effettuarsi a medie diverse), sotto un'implacabile e cattiva pioggia, Angela mi distraeva in continuazione con il racconto dei brani più interessanti dei libri che aveva letto, confondendomi così nel "*contare i passi*" (come si dice nel gergo dei marciatori), col bel risultato di farci tenere medie completamente sballate. Infatti quella volta non arrivammo primi e neanche secondi, forse ...!

Ricordo ancora, con nostalgia, i vecchi campioni, Soci che vincevano tante gare: Spinetti, Birsà, Faggiolo, Benvenuto, Bruzzi, Poggio, Pireddu e tanti altri ancora, tutti molto bravi e competitivi.

In questi ultimi anni, nei quali abbiamo sofferto la scomparsa di amici e abbiamo dovuto combattere l'epidemia di Covid 19, gareggiando oltretutto nel periodo di maggiore infezione, i Soci hanno partecipato con entusiasmo e non hanno neppure voluto rinunciare al pranzo Social-luculliano, magari con tavoli distanziati ma senza mascherina sul viso!

La classifica completa dell'ultima gara, tenutasi a Cogoleto il 16 ottobre 2022, partenza e arrivo dallo stadio di atletica, la trovate nella Cronaca Montagnin, in altra parte del notiziario. Qui anticipo soltanto la coppia vincitrice, formata da due outsiders: Angela Gabriele e Paola Poddioli.

Durante il pranzo sociale che è seguito, e al quale hanno partecipato 50 Soci, tanta allegria e cordialità. Sono seguite le premiazioni dei "garisti" e altri premi a sorpresa. Molto festeggiata, e premiata, la coppia Antonio e Caterina Ausini, sempre presente in tutti questi anni alla manifestazione.

Arrivederci al 2023.

Angelo

- Gara di marcia e pranzo sociale. Cogoletto 16.10.2022



1^ Paola Poddoli -Angela Gabriele



2^ Alessandra Bruzzi - Joanna Kotowska



3^ Graziella Polidori - Claudio Casazza



Giuria: Mariella Giustolisi e Francesca Milazzo



Francesca e Caterina Ausini



Pranzo Sociale



12 giugno 2022. Il mare dalle Apuane



24.07.2022. Il Cervino dal Lago Blu



13.02.2022. S.Martino a Borgo Verezzi



24.07.2022 - Valtournanche: Bec du Pio Merlo (2620m)



14.08.2022 - Val d'Ayas - Verso la Testa Grigia da Champoluc