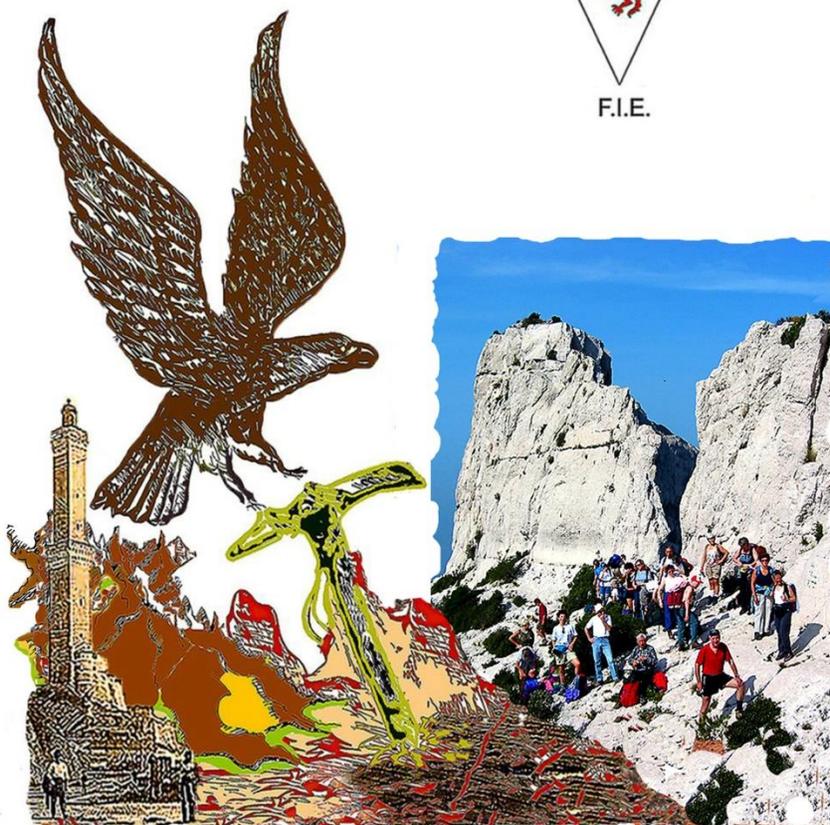


1928 - 2024
96 anni
con i Montagnin



Notiziario del gruppo escursionistico "I MONTAGNIN"
Numero 2 - Anno 2024

NOTIZIARIO DEL GRUPPO ESCURSIONISTICO I MONTAGNIN

Periodico di informazione

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 2024 N° 2

“Camminare nel bello della natura e dell’arte”

1928 - 2024: 96 anni di Montagnin
- 4 “ “ al centenario

SOMMARIO

I nostri “Sabato del Villaggio”	Pag. 1
Ciocciaria	“ 4
Torneo di Minigolf	“ 7
Gara di bocce e gran favata!	“ 7
Dove si parla del Castello di Casotto	“ 9
Cronaca Montagnin	“ 11
Programma attività lug. '24 - gen. '25	“ 12
Momenti Forti del Programma	“ 16
Quote sociali e Assicurazione	“ 24

Hanno collaborato a questo numero:

Per la redazione:

- Nadia Bottazzi

- Gianfranco Robba



I nostri “Sabato del Villaggio”

Fra i giorni della settimana il sabato è forse il più amato. Per molti rappresenta il primo giorno di riposo alla fine della settimana, l’inizio del weekend, la promessa di ricongiungimento con le persone care, l’inizio di lavori in casa o nell’orto, la pizza con gli amici e la serata in discoteca. La pensava così anche l’amato Leopardi, convinto che la tanto agognata domenica, potrebbe non essere all’altezza delle aspettative.

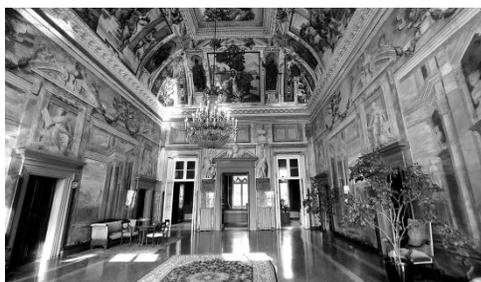
“Questo di sette è il più gradito giorno, pien di speme e di gioia: diman tristezza e noia recheran l’ore, ed al travaglio usato ciascuno in suo pensier farà ritorno”.

Noi Montagnin, un po’ per questo e un po’ perché la domenica si va in escursione, abbiamo preso (e non da ora) a girare per villaggi e città di provincia, alla scoperta “del bello nella natura e nell’arte” come scolpito nel motto della Società.

Quest’anno poi, grazie alla sensibilità della Commissione Cultura e alla disponibilità dei suoi componenti, abbiamo potuto visitare località e borghi poco conosciuti ma di notevole interesse.

A rapido volo d’uccello ne rammenterò qualcuna.

- **Sabato 20 gennaio:** Genova, Villa Pallavicino delle Peschiere, via S. Bartolomeo degli Armeni 5, in occasione di una giornata dei Rolli.



Costruita dal grande architetto Galeazzo Alessi per il ricco patrizio genovese Tobia Pallavicino, è situata in splendida posizione, una balconata sulla città! All’interno splendidi affreschi di pittori genovesi, ampi saloni riccamente decorati e dotati di pavimenti a mosaico. Quasi nessuno dei Montagnin aveva già visitato la villa: pertanto piacevole sorpresa e assoluto gradimento. Poi via verso altri palazzi.

- **Sabato 24 febbraio:** Alessandria, Museo del cappello Borsalino.



Devo confessare il mio scetticismo all’idea di un museo dedicato al cappello. Beata ignoranza! Si apre un mondo, in quanto tutti al mondo portano cappelli... e i più belli, i più importanti, i più richiesti li fabbrica Borsalino di Alessandria! Nelle numerose teche troviamo anche i cappelli più famosi del

cinema: *Casablanca*, *Borsalino*, *C'era una volta in America*, *Per un pugno di dollari*. *Otto e 1/2* ...

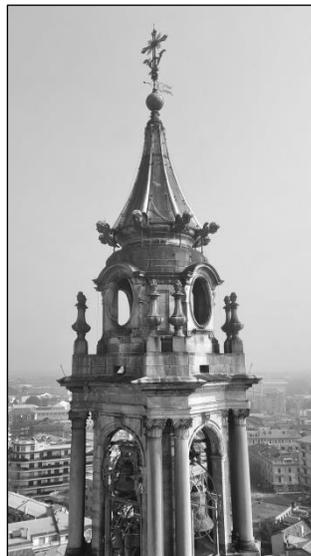
Dai "Panama" ai cappellini da baseball, dalle cuffiette con strass ai colbacchi. Un salto nella bellezza e nella storia, non solo del cinema.

- **Sabato 23 marzo:** Novara, salita alla cupola della Cattedrale di San Gaudenzio e



"scalata" alla guglia, ben 98 metri dal suolo, 450 gradini!

Così come ci avevano accompagnati nel 2023 alla cupola della Basilica di Santa Maria Assunta di Carignano, anche questa volta ci guidano i ragazzi e le ragazze del gruppo culturale Kalatà Srl. Indossiamo caschi e imbrago e affrontiamo gli scalini e l'interno di cupola e guglia, progettate dallo stesso



architetto della Mole di Torino: Alessandro Antonelli. Una buona dose di fatica ampiamente ripagata dalla bellezza della cupola e dallo straordinario panorama che dalla guglia si gode su Novara. I ragazzi di Kalatà, molto competenti e ottime guide, ci conducono nel complesso del monumento con gradimento generale.

- **Sabato 24 aprile:** Caseificio Sociale "Il Trionfo" di San Secondo Parmense.



Per visitare il caseificio ci dobbiamo vestire come si fa per entrare in una camera d'ospedale in terapia intensiva: soprascarpe, copricapo, cappa intera, mascherina chirurgica, guanti.

Ci guardiamo l'un l'altro con ilarità ma

anche con la consapevolezza di quanto seriamente si prendano le misure igienico-sanitarie a tutela della sicurezza di tutti.



Veniamo accompagnati all'interno in ogni reparto dove avvengono i processi di fabbricazione, salatura, stagionatura e confezionamento. Poi grandi pezzi di *parmigiano reggiano*, gentilmente offerti, da una operaia del caseificio su vassoi che sono prontamente svuotati e subito nuovamente riempiti. Gentilezza e sapore ci convincono a passare dallo spaccio aziendale e approfittare delle offerte per rifornirci di una buona quantità di quella squisitezza. Estremamente interessante, istruttivo e appagante (ma quanti pezzi di grana mi sono fatto fuori?).

Nel pomeriggio visita alla Rocca di Fontanellato, perfettamente inclusa dentro un borgo di impianto medioevale ben conservato. Interessante e prezioso il Santuario Basilica della Beata Vergine del Santo Rosario.

- **Sabato 18 maggio:** Area Archeologica di Libarna, lungo la strada prov. fra Serravalle e Arquata Scrivia. Fondata agli inizi del 1° secolo A.C., aumentò la sua importanza dopo la costruzione della Via Postumia che da Genova raggiungeva Aquilea e poi Lubiana, attraverso l'attuale Emilia, Lombardia, Veneto e Friuli.



La guida, molto brava anche se un po' eccessiva, ci ha fatto rivivere le belve

e il sangue dell'anfiteatro, e la tragica vicenda di Antigone per la sepoltura del cadavere del fratello Polinice. Poi, data l'ora ormai tarda e gli impegni del gruppo, ripartiamo per Gavi. Affrontata la ripida e non cortissima salita sino al forte, ci immergiamo nella tetra e severa fortezza e visitiamo le prigioni militari da cui, durante il secondo conflitto mondiale, fuggirono alcuni



internati inglesi.

Dopo un panino ingollato di gran furia atterriamo dalle parti di Sezzadio dove ci accoglie il Santuario di Santa Giustina. Una leggenda riporta la narrazione della fondazione della primitiva chiesa di Santa Giustina in epoca longobarda e più precisamente la attribuisce al re Liutprando nel 722.



Nei primi decenni dell'XI secolo il marchese aleramico Oberto ricostruì quasi completamente l'edificio sacro e diede vita ad una fondazione monastica affidata ai benedettini. Luogo molto romantico e fresco con all'esterno un grande spiazzo con



Cassine • Un folto gruppo giunto da Genova
**Il complesso di San Francesco
sempre più meta di turisti**

Cassine. La chiesa monumentale di San Francesco di Cassine e l'antico museo di arte sacra di «Paola Benzo Duzino» si confermano meta imprescindibile negli itinerari turistici sul territorio.
L'ennesima conferma si è avuta sabato 18 maggio quando un folto gruppo di turisti genovesi, accompagnati dalla guida turistica abilitata Tala Spada, di Casale Monferrato,

ha fatto visita al complesso religioso.
Anche in questa occasione i visitatori sono stati accolti a Cassine dal personale incaricato all'apertura della chiesa e del museo con i volontari del servizio civico di fra. Quarta Francesco Parrini, presidente della Sezione di Alessandria di Italia Nostra APS, associazione che da tempo

collabora con l'Amministrazione Comunale nella realizzazione di iniziative finalizzate alla valorizzazione del Patrimonio Culturale del paese.
Ancora una volta è stata fondamentale per la promozione la garanzia del servizio di qualità e di accompagnamento alla visita della chiesa e del museo da parte di un'impresa professionale



platani secolari, La guida ci attende in compagnia di un robot tosaprato radiocomandato. La visita è piacevole e assai interessante. Al termine il nostro driver preferito Matteo, ci porta dentro il paese di Cassine. Il luogo dove sorge la cattedrale è posto sulla sommità di un breve colle, tutto circondato da un prospiciente acciottolato di pietre di fiume e contornato da un bel prato e da fronzuti olmi. Sembra di essere sulla location di un set cinematografico. La visita alla chiesa cattedrale rivela poi molte sorprese. Oltre che dalla bravissima guida (un'altra rispetto a quella di Libarna) veniamo accompagnati dai due curatori del

monumento (per inciso molto interessante) che alla fine della visita pubblicheranno la foto del nostro gruppo sul giornale locale corredandolo del resoconto della visita. Restiamo sorpresi e compiaciuti.

Gianfranco Robba

Ciocciaria

Quest'anno la tradizionale turistica montagnina di primavera prevede un tour in Ciocciaria, territorio in terra laziale che si estende nella provincia di Frosinone alle pendici dei monti Ernici.

Salgo sul pullman ancora infreddolita per il vento gelido che mi ha avvolta



nell'attesa e preoccupata per il cielo plumbeo che non promette niente di buono. Mi soffermo a pensare che oggi è un giorno speciale, il 25 aprile festa della liberazione.

Chissà com'era il tempo quel 25 aprile del 1945. Al di là di quello meteorologico splendeva il sole della libertà. Liberi

dall'occupazione nazista e dal fascismo, un giorno fondamentale della nostra storia.

La libertà, bene prezioso dell'essere umano, ora come allora va difesa e non data mai per scontata; ciò che sta succedendo oggi in Europa purtroppo dimostra quanto sia facile perderla.

Banchi di nuvole sfilacciate corrono veloci nascondendo un sole trasparente che tenta di fare capolino. Come sempre nella compagnia regna un'atmosfera allegra e, nonostante il clima bizzarro che ha costretto a riesumare piumini e giacche a fine aprile, siamo sicuri che sarà una bella vacanza. E così è stata.

Quattro giorni fra antichi borghi, abbazie e residenze papali. Piccoli centri, spesso poco abitati, che conservano ancora le vestigia del passato tra cui le sorprendenti porte d'accesso in pietra, inglobate nelle mura difensive.



Ricordo Ferentino con le vie lastricate e imbandierata per la festa di Sant'Ambrogio, le cui reliquie sono conservate nel duomo con la bella pavimentazione a mosaico. Quindi Anagni "la città dei papi" con la cattedrale costruita in stile romanico ma con interni gotici e dal meraviglioso pavimento in stile cosmatesco. Fu il luogo dove avvenne il celebre "schiaffo di Anagni" subito da Papa Bonifacio VIII.

E poi il castello di Fumone, Alatri circondata da possenti mura megalitiche che sorprendono per dimensioni e precisione negli incastri, Veroli, l'Abbazia di Casamari e Isola del Liri con la spettacolare cascata situata nel centro cittadino.

Tra i luoghi visitati ho un ricordo straordinario della cripta di San Magno nella cattedrale di Anagni, con gli splendidi affreschi risalenti al duecento. Denominata "la Cappella Sistina del medioevo", comprende un ciclo di affreschi realizzati sulle volte e sulle pareti, opera di tre distinti autori di cui non si conosce il nome e

che vengono indicati come primo, secondo e terzo maestro. La guida ci fa notare come siano diversi per impostazioni, colori e argomenti scelti e quindi individuabili.

I temi trattati sono relativi al vecchio e nuovo testamento e alle storie dei santi locali. Ma ciò che più colpisce è il riferimento all'origine del mondo con l'uomo al centro dell'universo e con la presenza dei quattro elementi acqua, aria, terra e fuoco.

Un ambiente d'incredibile bellezza.

Un incantevole sito si è rivelato anche la Certosa di Trisulti, fondata nel 1204 da Papa Innocenzo III e successivamente assegnata ai Certosini. Più volte modificata nel corso dei secoli dal 1947, è di proprietà dei monaci Cistercensi.

A dire il vero il percorso per arrivare non è stato dei più semplici visto che il nostro pullman ha rischiato di incastrarsi tra le strette vie di un piccolo centro abitato; per risolvere il problema c'è stato anche chi ha suggerito di “grattare” l'intonaco di un angolo di una casa per permettere il passaggio.

Non è dato sapere cosa avrebbe pensato il proprietario....

Poi l'abilità del nostro autista ci ha permesso di tirare un sospiro di sollievo.

Il nome Trisulti deriva dal latino *tres saltibus* (tre salti) con cui s'indicava un castello del XII secolo che dominava i tre valichi (o “salti” appunto) verso l'Abruzzo, Roma e lo Stato della Chiesa.

Il monastero è immerso in una splendida area boschiva, in prevalenza di querce, a circa 800 metri d'altitudine, nelle propaggini dei monti Ernici. Il complesso comprende la chiesa di San Bartolomeo con due notevoli cori lignei realizzati dai maestri certosini, la biblioteca, il salotto e il giardino in cui siepi di bosso danno vita a forme di animali.

Ma il gioiello della certosa è senza dubbio l'antica farmacia settecentesca, che testimonia l'attività principale dei monaci da sempre dediti alla raccolta delle erbe con cui realizzare medicinali e unguenti.

L'interno conserva l'arredo ottocentesco, vetrine con fondali blu, vasi in vetro e in terracotta maiolicata, scaffalature di legno contenenti scatole per le erbe. Sulle volte a crociera della sala appaiono decorazioni in stile pompeiano in voga all'epoca e affascinanti trompe-l'oeil; anche la sapiente illuminazione contribuisce ad aumentare il fascino ed esaltare la bellezza di questo luogo.

E' incredibile pensare che pochi anni fa tutto il complesso ha rischiato di cadere nelle mani di sovranisti americani che volevano crearne un centro di formazione per giovani adepti. Solo per le proteste della società civile e delle organizzazioni che si occupano della difesa del patrimonio culturale, il progetto non è andato in porto.

Il nostro viaggio si è concluso sul lago Trasimeno, bacino tettonico caratterizzato da scarsa profondità. Privo d'immissari naturali, è quindi alimentato solo



dalle piogge. Sbarcati sull'isola Maggiore, un microcosmo di soli undici residenti, con un breve ma piacevole tragitto ne abbiamo raggiunto la sommità tra la macchia mediterranea, uliveti e resti di chiese e antiche dimore.

Quindi, a malincuore, abbiamo intrapreso la via del ritorno con ancora negli occhi le bellezze straordinarie che questo lembo d'Italia ci ha regalato.

Nadia Bottazzi

Torneo di Minigolf

Sabato 8 giugno si è tenuto ai Piani di Fregoso (Granarolo), l'annuale torneo di minigolf. Su un campo immerso nel verde con uno splendido panorama, in una serata fresca e piacevole, undici "atleti" si sono sfidati, in buona vena agonistica, a



colpi di "Putter da minigolf". districandosi con (sob!) disinvoltura fra tutte le 18 buche, formate

da altrettante graziose piazzole, non prive di fantasia.

Alla fine della competizione i primi tre classificati sono stati, nell'ordine:

- 1° classificato: *Walter Monteghirfo*
- 2° " " " : *Paola Poddioli*
- 3° " " " : *Lorenzo Roncallo*

A seguire un ricco "apericena" con fantasia di stuzzichini, focaccia fresca e secca, mini panini imbottiti, bruschette di varia piccantezza e a terminare taglierini al tocco di carne. Per asciugare l'arsura, Spritz e sangria. Il divertimento... assicurato! Un sentito ringraziamento a Rosella Caprile, ottima organizzatrice.

Alla prossima gara ...

Gfranco R.

Gara di bocce e gran favata!

Domenica 5 maggio u.s. si è svolta presso i campi da bocce del C.R. Belvedere di Sampierdarena l'annuale gara dei Montagnin.

Erano presenti in totale n° 36 Soci e hanno preso parte alla gara n° 12 coppie miste per un totale di 24 atleti. Le eliminatorie sono state effettuate sui 3 campi superiori e hanno dato vita a un vivace agonismo condito da gustosi siparietti, anche dovuti a un terreno di gioco assai poco regolare (qualcuno l'ha definito un campo di patate,

ma più duro!) dove le pietrine e le radici dell'erba facevano compiere alle sfere traiettorie del tutto imprevedibili.

Così fra discussioni e incavolature, ma con tanti sorrisetti e genuina allegria, alla fine della mattinata terminano le eliminatorie. Nel pomeriggio, dopo l'attesissima favata, saranno disputate le finali per i primi 4 posti.



1^ Vilma De Benedetti - Silvano Giordano



2^ Vittoria Monaldi - Lorenzo Roncallo



3^ Laura Cazzulo - Elio Bruzzone



4^ Paola Poggioli - Nadia Bottazzi

Vengono apparecchiate le tavole all'aperto e disposti sulle mense pitti e cibarie. Tira un bel vento di tramontana che abbassa di molto la temperatura: quindi si

decide in coro di ripiegare al coperto delle sale del Circolo. Afferriamo stoviglie e derrate e riapparechiamo i tavoli nella sala principale della bocciofila suscitando l'irritazione di una signora (forse uno dei gestori del club) che non gradiva la disposizione dei tavoli. In compenso la favata si dimostra superba, il "Sardo fresco" abbondante e succulento, il salame, tipo Milano, molto tenero e profumato.





Un buon bicchiere di vino e di frizzante acqua fresca e siamo pronti per le torte che le gentili Socie hanno preparato per l'occasione. Poi, dopo un breve passaggio al bar per un buon caffè, ci sistemiamo intorno ai due campi inferiori per le finali della gara. Il tempo è

migliorato e fa meno freddo. Ci gustiamo le finali fra cori d'incoraggiamento e lamenti di delusione.

Adesso tutto quanto si svolge regolarmente, anche perché questi 2 campi sono



decisamente migliori degli altri, molto più curati.

Poi le premiazioni e un po' di merenda con le ultime briciole di torte avanzate.

La giornata termina con i più sentiti ringraziamenti ai componenti del Consiglio che hanno organizzato l'evento.

Saluti, abbracci e il sano proponimento di effettuare la gara del prossimo anno in campi con un fondo migliore. Però qui il posto è bello e ci siamo stati bene, non sarà facile rimpiazzarlo con un altro. Vedremo ... Alla prossima.

Gfranco R.

Dove si parla del castello di Casotto e dei formaggi del borgo!

Resta inteso che le cose belle accadono raramente e ancor meno a tanta gente.

Ed è così che sabato 15 giugno 13 saputi Montagnini attraversano Liguria e Piemonte, (incuranti di minacciose nuvole nere e di insolenti sbuffi di grecale) e, fidando nel numero beneaugurale, approdano nel borgo di Valcasotto, un gioiellino del Monregalese. Gli amici Montagnini che da queste parti villeggiano da anni ce l'hanno descritto a puntino e hanno anche promesso abbuffata di formaggi squisiti

da acquistarsi presso il caseificio Occelli, che qui se ne mena gran vanto. Non conoscendo il loco e preso da curiosa ansia mi documento sul sito internet e trovo: *A Valcasotto ci sono i tetti in pietra, le balconate in legno e le casette alte di montagna, che si stringono le une sulle altre e si attaccano direttamente all'unica grande via che c'è. Sembra una porzione del Trentino, ma siamo sulla strada che da Pamparato porta a Garessio, pienamente immersi nelle Valli Monregalesi.*

Così raggiunti al parcheggio da Franca e Piero dalla succursale montagnina di San Giacomo, ci avviamo baldanzosi lungo il sentiero fra i boschi per raggiungere la nostra meta di giornata, cioè il *"Castello, Reale di Casotto!"*

Ci incamminiamo su un sentiero completamente ricoperto d'erba, lungo un percorso piacevolissimo, fra boschi prima di castagno, poi di nocciole (per forza, siamo nella patria della nocciola gentile di Cuneo!) e infine di faggi secolari e maestosi. A tratti fanno capolino alcuni abeti bianchi, anch'essi enormi e altissimi. Attraversiamo prati pieni di piante aromatiche e di fiori ed alcuni pascoli con decine di imponenti vacche bianche di razza piemontese (bella forza, siamo nella patria della fassone e del bollito...) che emanano profumi discutibili ... alcuni edifici, forse seccatoi per castagne e approdiamo infine nei pressi del castello, davanti ad un grande edificio che la nostra valente guida Eva ci dice essere la

Correria, il luogo in cui lavoravano e soggiornavano i *frati conversi*, indispensabili al convento, in attesa di pronunciare i voti.

Adesso il gruppo si divide in tre: il primo farà il percorso ad anello per visitare i tratti salienti dei dintorni, un secondo



gruppetto ritorna tramite stradone sino al borgo di Valcasotto, seguendo le tracce di un *piatto di gnocchi al raschera* e l'ultimo si dirige ratto-ratto al castello per consumare un frugale panino.

Come altri castelli piemontesi anche quello di Casotto ebbe un'origine non militare. Agli inizi fu infatti una Certosa, la prima in Italia. Venne fondata nel secolo XI, forse da San Bruno, (proveniente dalla Grande Chartreuse) sulla via verso Roma. Solo nel 1800, dopo le spoliazioni napoleoniche, fu acquistata dai Savoia e trasformata in castello di caccia all'epoca di Carlo Alberto. Nel pomeriggio, alle ore 15,30 l'accompagnatrice del gruppo Kalatà ci porta per i vuoti locali del poco castello, scarsa reggia e semidistrutta certosa. La vista è piacevole e la guida esauriente, nonostante un monumentale raffreddore.



Sono rimasto deluso nell'aspettativa di una ex certosa e della sua trasformazione in reggia. Mi spiego: il sito, i boschi, la valle, i monti circostanti fra cui il Bric Mindino e l'Alpet, il torrente, l'imponente massiccio castello nell'insieme promettevano meraviglie che poi non c'erano. Poi il racconto della storia e il ricordo degli avvenimenti e la speranza che i restauri restituiscano almeno una parte dell'antico splendore all'insieme mi fanno far pace con la realtà.

Prima di risalire in auto, ci carichiamo di formaggi e lardo nella boutique caseificio. Giornata piacevolissima, compagnia ineccepibile, grazie agli organizzatori e ai partecipanti

Gf.R.

CRONACA MONTAGNIN

Nuovi Soci

Barbieri Silvana – Greppi Agostina – Romano Anna – Manca Cristina - Pedroni Maria Antonietta – Truccone Giovanna

Lutti

Zuccarino Mario

" I MONTAGNIN "
GRUPPO ESCURSIONISTICO



Via S. Benedetto, 11/3 - 16126 Genova
 Tel. Segreteria 010 252250 Fax 010 8597527
 Sito Int.: www.montagnin.it email: ge.montagnin@libero.it

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

PROGRAMMA ATTIVITA'

Luglio 2024 – Gennaio 2025

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
Luglio					
4gio-7do	VALLE TANARO: <i>Trek della Stella Alpina 3</i> [A.P.] Soggiorno presso Rif. FIE Carlo Bossi. Programma e prenotazioni in Sede (V. Momenti Forti)	A. Bruzzi E. Benvenuto	----	----	E
07 Dom @	Laghetti in Valle Stura (5km) [A.P.] oppure balneare a Vesima <u>Per TUTTI</u> [treno]	E. Picollo R. Ferro	3.00	100	E
14 Dom	Laghi del Frisson (2.120m) da Palanfrè (1.379m) [A.P.] (Alpi Marittime – Val Vermenagna)	C. Corradi	5.00	750	E
17Me-20S	DOLOMITI: <i>Trek della Marmolada</i> [A.P.] Programma e prenotazioni in Sede (V. Momenti Forti) A seguire:	E. Benvenuto			E
20S - 28D	SOGGIORNO IN VAL DI FASSA Programma e prenotazioni in Sede	C. Tecnica			
21 Dom @	M. Caucaso da Barbagelata (4km) [A.P.] Con possibile pranzo al rifugio <u>per TUTTI</u>	R. Ferro M. Barbieri E. Picollo	2.00	200	E
28 Dom	VAL D'AOSTA - Valtourneche [A.P.] Cheneil – Col di Nana – Santuario de la Clavalitè - Cheneil	A. Cirillo	5.30	780	E

Data	Descrizione dell'attività	Resp. della attività	Durata attività ore	Disliv. in salita	Diff Esc
	Agosto				
4 Dom	Pian delle Gorre – Rifugio Garelli – Laghetti del Marguareis – Pian delle Gorre [A.P.]	E. Picollo P. Poddioli	6.00	930	E
10 Sab - 11 Dom	TREK IN VALLE PO (V. <i>Momenti Forti</i>) [A.P.] 1°g.: Oncino (1.641M) – Case Dacant – Vallone dell'Alpetto – Rif. Alpetto (2.268M) 2°g.: Rif. Alpetto – Lago della Pellegrina – Rif. Q. Sella – C.lle di Viso – Viso Mozzo (3019m) – Case Dacant – Oncino	E. Benvenuto A. Bruzzi	2.30 7.00	650 740 - 1300	E E
18 Dom @	LAGO DU MEI (Arenzano-Lerca) con bagno [A.P.] <u>Per TUTTI</u>	A. Cirillo E. Picollo	3.00	50	E
24 Sab - 26 Lun	VALGRISENCHE (VdA) (<i>Vedi Momenti Forti</i>) [A.P.] 1°g.: Surrier – Rif. Chalet De L'Epee (2370m) (ev. Col Fenetre nel pom. +470m / +2.30h) 2°g.: Rif. Chalet – Rif. Bezzi (2284m) per l'Alta Via dei Ghiacciai (HRG) – Ev. digressione al Lago di S. Martino 3°g.: Rif. Bezzi – Col Bassac Derè (3082m) a/r – Discesa a Surrier	A. Bruzzi E. Benvenuto	2.30 5.30 (+1) 6.00	585 600 (+150) 800	E E E
	BREVE: 1°g.: Bonne - Lago di San Grato a/r 10km Visita Valgrisenche (pernott. Bonne) 2°g.: Surrier – Rif. Bezzi (incontro) 6,3km (pernott. Bezzi) 3°g.: Piana Rif. Bezzi: vista ghiacciaio e cascata (a/r) 7.3km Discesa a Surrier/Valgrisenche (ev. Museo dei Drappi)	M.V. Villa M. Barbieri	4.30 3.30 3.30	450 570 -570	T E E
	Settembre				
01 Dom @	M. Carmo (1640m) – M. Legnà – M. Cavalmurone a/r da Capanne di Carrega (14km) [A.P.] BREVE: da Capanne di Carrega a M. Carmo a/r (5km) Possibile pranzo o merenda al rifugio [A.P.]	E. Picollo P. Poddioli I. Birsà D. Dondero	5.30 3.30	700 280	E E
6 Ven - 9 Lun	TURISTICA: Marostica – Ville Venete – Feltre – Castelfranco Veneto (V. <i>Momenti Forti</i>) [pullman]	C. Cultura E. Benvenuto			
7 sa o 8 do	Partecipazione alla “Maremonti” di Arenzano	C. Tecnica			
14 Sab - 15 Dom	VALSESIA tra Val D'Otro e Val Vogna [A.P.] 1°g. Anello in Val D'Otro da Alagna Valsesia - 8km 2°g. Alta via dei Walsler in Val Vogna (Sentiero dell'Arte) da Fraz. Ca di Janzo - 9km (V. <i>Momenti Forti</i>)	D. Dondero A. Bruzzi	4.00 3.30	600 400	E E
22 Dom @	Arenzano – Rifugio Scarpegin a/r 9km [treno]	M.V. Villa	5.00	520	E

Data	Descrizione dell'attività	Resp. della attività	Durata attività ore	Disliv. in salita	Diff Esc
28 Sab - 29 Dom @	VAL MAIRA – Elva (Locanda occitana): [A.P.] 1°g.: Fremo Concunà da S. Martino <u>Per TUTTI</u> 2°g.: M. Chersogno (3.023m) da C.lle Bicocca <u>BREVE</u> : C.lle Bicocca – Colle Sampeyre (2.285m) a/r 12km	E. Benvenuto E. Benvenuto V. Villa-R. Ferro	3.00 6.30 4.30	300 790 290	E E/EE E
<h2>Ottobre</h2>					
5 Sab Pomer.	Centro Storico Quartiere del Carmine: Chiese del Carmine, di S. Francesco e S. Bartolomeo dell'Olivella	L. Carbone			
6 Dom	Stazzano – Monte Spineto – Madonna della Neve – Borghetto Borbera [treno – bus - treno]	L. Roncallo	5.00	400	E
@	<u>BREVE</u> : Ovadese – Anello di Rocca Grimalda con visita al castello 8km (con Bruna, CAI Ovada) [A.P.]	R. Ferro P. e F. Terrile	3.30	200	E
13 Dom	VALLE MAIRA: Sentiero dei Bottai 14,6km [A.P.] Da borgata Combe di Celle Macra (V. Momenti Forti)	D. Dondero A. Bruzzi	5.00	800	E
19 Sab	CUNEO: Fiera del marrone (V. Momenti Forti) [treno]	E. Benvenuto			
20 Dom	P.sso della Cappelletta (1.085m) – Passo del Lupo – M. Gottero (1639m) – Foce dei 3 Confini – P. Cappelletta [A.P.]	A. Cirillo	5.30	650	E
@	<u>BREVE</u> : Marsano – Capp.tta di Panteca – Torriglia 6 km Con possibile raccolta di castagne [corriera]	D. Dondero M. Barbieri	4.00	250	E
27 Dom	GARA DI MARCIA e PRANZO SOCIALE	C. Tecnica			
<h2>Novembre</h2>					
3 Dom	Monte Santa Croce da Pieve Ligure [treno]	M. Cuneo	4.30	450	E
@	<u>BREVE</u> : Begato – Forte Puin – Righi 10km [bus/fun.]	G.Ganduglia	4.00	300	E
9 Sab @	POMERIGGIO: Tour sulle alture di S.P. d'Arena Ascensore via D. Col – Promontorio – Belvedere – SPdA	M. Poggio E. Benvenuto			T
10 Dom	BOLLITO MISTO A CARRU' [pullman]	R. Caprile			
17 Dom	Riomaggiore – Montenero – Volastra - Corniglia [treno]	L. Roncallo	5.00	300	E
@	<u>BREVE</u> : Sori – Chiesa di S.Apollinare – Torre Saracena – Recco (6km) [treno]	D. Dondero M. Barbieri	3.30	250	E
23 Sab	POMERIGGIO: Visita al Monastero delle Clarisse	E. Benvenuto			
24 Dom	Sentiero Verdeazzurro da Caricamento a Nervi 15km [bus]	E. Benvenuto	5.00	480	T/E
@	<u>BREVE</u> : Anello Apparizione-Liberale 6km [bus]	V. Villa-R. Ferro	4.00	200	T
30 Sab	ASSEMBLEA ELETTIVA IN SEDE (Pomeriggio)				

Data	Descrizione dell'attività	Resp. della attività	Durata attività ore	Disliv. in salita	Diff Esc
Dicembre					
1 Dom	Recco – Corticella – Vescina – P.sso del Gallo – Recco <i>[treno]</i>	R. Caprile	5.30	600	E
@	BREVE: S.Margherita – Nozarego – Olmi – Portofino 8km	G. Ganduglia	3.30	280	E
3 Mar	<i>ELEZIONI Biennio 2024/26: prosecuzione votazioni (pom.)</i>				
8 Dom @	Segno (SV) – Escursione al paese abbandonato di S. Anna <i>[A.P.]</i>	L. Carbone	4.30	300	E
7sa-8do	Eventuale Weekend presso il Rifugio FIE di Artesina (informazioni in Sede)	C. Tecnica			
15 Dom	Deiva – Framura – Bonassola <i>[treno]</i>	R. Caprile	4.30	330	E
@	BREVE: Framura – Salto della Lepre (incontro) – Bonassola (7km)	M. Barbieri D. Dondero	3.00	440	E
17 Ma	AUGURI DI NATALE IN SEDE	C. Pro Sede			
22 Dom @	Acquedotto da Cavassolo a Via delle Ginestre <i>[bus]</i> <i>Con possibilità di interruzione a piacere</i> BREVE: Acquedotto da via Trensasco: – Staglieno – Ponte Sifone – Via delle Ginestre 6/8km PER TUTTI: (V. Momenti Forti) <i>[A.P.]</i> Presepe Vivente di Roccavignale (SV) – Serata da h19	E. Benvenuto P. Terrile F. Milazzo A. Bruzzi	5.30 3.00/4.00	250 100/-50	E E
24 Mar	Messa di Mezzanotte con i Montagnin	C.D.			
29D - 1Me oppure 30L - 1Me	CAPODANNO IN MONTAGNA (in progetto)	C. Tecnica			
29 Dom	GITA A DESTINARSI	C. Tecnica			
Gennaio					
06 Lun	PRANZO DELL'EPIFANIA A LEVANTO Preceduto da Gita Monterosso – Levanto 7km <i>[treno]</i>	P. Poddioli	3.00	360	E
11 Sab	CAMPOLIGURE: Mostra della filigrana e visita al Presepe meccanizzato <i>[treno]</i>	C. Cultura			
12 Dom	Monte Antola da Bavastrelli <i>[bus]</i>	P. Poddioli	5.00	690	E
@	BREVE: Anello S. Levante – P.ta Manara (6km) <i>[treno]</i> <i>Visita ai Presepi di Sestri L.</i>	I. Birsà P. e F. Terrile	3.00	180	E
19 Dom	Anello di Monte Reale: Ronco Scrivia - Cascine – M. Reale – Minceto – Ronco S. <i>[treno]</i>	O. Merani	4.00	650	E

Data	Descrizione dell'attività	Resp. della attività	Durata attività ore	Disliv. in salita	Diff Esc
26 Dom @	Anello del Monte Telegrafo da Chiavari [treno] Chiavari – Maxena – Campodonicò – Santuario delle Grazie – Chiavari	L. Roncallo	5.00	400	E
@	BREVE: S. Ilario – Sessarego – S. Ilario (o Bogliasco) 9km [bus]	Monteghirfo M. Barbieri	3.00	100 (o 200)	E

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

GITE BREVI: di dislivello e lunghezza contenuti. Sono segnalate a programma con l'indicazione “BREVE”

GITE IN NEVE: effettuabili in base allo stato di innevamento ed alle disposizioni di Legge. 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.

GITE APERTE (@): identificano le gite aperte ai soci di altre associazioni

CELLULARI DIRETTORI DI GITA:

Barbieri Maurilia	340 8618544	Ganduglia Gianna	338 1741500
Benvenuto Elisa	347 1164310	Merani Ornella	339 3304139
Birsa Igor	339 7710859	Milazzo Franca	339 3509572
Bruzzi Alessandra	328 0021351	Monteghirfo Walter	328 4779331
Caprile Rosella	347 4952350	Piccolo Eva	328 0758924
Carbone Gianluigi	335 7442835	Poddioli Paola	348 6104833
Cirillo Antonio	338 1085938	Robba Gianfranco	333 3008983
Corradi Cesare	328 2119724	Roncallo Lorenzo	348 5753693
Cuneo Michele	338 3585330	Terrile Piero	339 3509572
Dondero Daria	340 8653661	Villa M. Vittoria	349 6168432
Ferro Rosi	329 1089610		

Momenti Forti del Programma Gite

Da giovedì 04 a domenica 07 luglio – Trek della Stella Alpina 3

Per il terzo anno consecutivo torniamo in Val Tanaro. 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, assieme all'amico ed eccellente cuoco, Carlo Torelli. Fatica (il giusto), soddisfazioni, allegria e divertimento assicurati!

Giovedì 04 – Balconata di Ormea, 5a tappa da Viozene (a/r) Dis.: 200 m 3h T/E
Viozene (1245m) – Pian del Fò (1309m) - Pornassino (1228m) – ev. M. Baraccone (1382m) –
ev. borgata Fasce – ev. borgata Merea

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.

Tornati alle auto proseguiremo per Carnino Inferiore e il Rif. Ciarlo Bossi.

Venerdì 05 - Cima delle Saline (2612 m) da rif. C. Bossi (1530 m)
Anello per il Passo delle Saline e il Colle degli Arpetti Dis.: 1080 m 6h E/EE

Dal sentiero che parte proprio dietro al Rif. Ciarlo Bossi saliremo al Colle delle Saline con ampio panorama. Da qui, con tratto più ripido e faticoso, raggiungeremo la Cima delle Saline e la croce di vetta. Scenderemo per crinale fino al Colle degli Arpetti e da qui proseguiremo fino a congiungerci col sentiero di andata.

Sabato 06 – Cima Bertrand (2482 m)
Anello da Upega-Ponte Giaretto (1600 m) Dis.: 880 m 5h30' E

Ponte Giaretto - Pian di Manzo (bivio su strada militare) – Poggio Lagone (2000m) – Colla Rossa (2178m) - Cima Bertrand – Crinale fino a incontro via Marenca – bivio per Case Cacciatori fino a incontro strada militare – Poggio Lagone – Ponte Giaretto.

Domenica 07 – Anello dei Forti di Nava Dis.: 300 m 2h E

Giunti al Ponte di Nava proseguiremo sulla provinciale fino al Colle di Nava (930m), importante passo delle Alpi Liguri che mette in comunicazione la Valle Arroscia (Liguria) con la Val Tanaro (Piemonte). Data la sua grande importanza strategica (commerciale e militare) alla fine dell'800, sul valico e sui monti circostanti, vennero erette dai Savoia alcune fortificazioni per la sua difesa. Sorgeva così il complesso dei forti Centrale, Bellarasco, Richermo, Pozzanghi e Montescio. Il nostro anello ci permetterà di avvicinare i forti *Centrale, Bellarasco e Richermo*. E' possibile la visita guidata all'interno del Forte Centrale. Tornati al Colle di Nava, potremo salire con breve percorso (circa 40' - dislivello 180m) al *Forte Pozzanghi*, situato sull'altura ad oriente del valico, sullo spartiacque Tanaro-Aroscia in splendida posizione panoramica.

Da mercoledì 17 luglio a sabato 20 luglio – Trekking intorno alla Marmolada



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 17: 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 18: 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 19: 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 20: 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 20 luglio a domenica 28 luglio – Soggiorno in Val di Fassa



A grande richiesta torniamo nell'amata Val di Fassa, dove, come lo scorso anno, potremo effettuare gite per tutti, impegnative e "soft", in un ambiente magico che, anche se ben conosciuto, può riservare inaspettate sorprese. Alloggeremo a Soraga presso l'hotel Avisio. Soraga è raggiungibile con servizio pullman da Genova.

Catinaccio, Sassolungo, Latemar, Monzoni, splendide valli, panorami grandiosi, rifugi e funivie ci aspettano....

Sabato 10 e domenica 11 agosto – Trek in Valle Po con salita al Viso Mozzo (3.019m)

Sabato 10: da Oncino, piccolo borgo della valle Po, si raggiungono le Case Dacant da dove inizia il percorso per il rifugio dell'Alpetto. Il percorso, 627 m di dislivello, rimonta un vallone di notevole interesse paesaggistico, costeggia la base del "Gruppo dell'Alpetto", la Fonte degli Usseri e, dopo vari tornanti, raggiunge il poggio dove si trova il Rifugio dell'Alpetto (2.268 m) nei cui pressi è situato il vecchio Ricovero dell'Alpetto, primo rifugio del CAI in zona Monviso, oggi trasformato in museo.

Domenica 11: dal rifugio Alpetto si sale per raggiungere un ripiano erboso e si supera una balza arrivando al ripiano dove si trova il lago della Pellegrina. Da qui si sale dolcemente fino ad incontrare la mulattiera che proviene dal passo Gallarino. Proseguendo si raggiunge il rifugio Quintino Sella e il Colle di Viso da dove inizia l'inclinato versante ovest del Viso Mozzo (3.019m). Si sale a tratti un po' ripidamente ma senza difficoltà e infine si raggiunge

la vetta dove si trova una singolare croce metallica con incorporata una piccola statua della Madonna.

Da sabato 24 a lunedì 26 agosto – Trek in Valle d'Aosta - Valgrisenche

Programma più impegnativo

Sabato 24: dal parcheggio di Fraz. Surier si segue l'asfalto sul sentiero 9A fino a un tornante, bivio per Rifugio Bezzi o Rifugio Chalet de l'Epee. Si seguono le indicazioni per il rifugio Chalet de l'Epee entrando in un bel bosco di pini secolari. Giunti all'Alpe Mont Forciaz (fonte), il sentiero si stacca a destra in salita decisa. Superato l'innesto del sentiero 11 (HRG – Alta Via dei Ghiacciai) che prenderemo il giorno successivo, si prosegue su 9A verso il rifugio. Pranzo al sacco o al rifugio (ottimi taglieri e polenta!).

Nel pomeriggio gita facoltativa verso il Col Fenetre su sentiero 9B (Alta Via n.2) – a/r
Pernottamento al Rifugio Chalet de l'Epèe.

Domenica 25: si ritorna su sentiero 9A fino all'innesto col sentiero 11. Eccoci sull'Alta Via dei Ghiacciai (HRG - Houte Route du Glacier). Si segue il sentiero in saliscendi fra guadi, valichi, balconi panoramici con vista su diversi ghiacciai che incombono vicinissimi al sentiero. Dopo 4 ore circa si arriva al Col Vaudet (c.ca 2.600m). Poco più sotto si incontra il bivio per il Lago di San Martino. In mezz'ora si raggiunge il lago su sentiero 12A dove faremo sosta e pranzo al sacco. Tornati al bivio, si riprende il sentiero 11 che in un'ora circa porta al rifugio Bezzi dove pernosteremo.

Lunedì 26: salita al Col Bassac Derè su sentiero 12C (a/r)

Si segue il vallone alzandoci quasi subito lungo la destra orografica su pendio erboso. Si sale fino ad un bel poggio con vista su una imponente cascata (2.460m). Superato un ponte si raggiunge una pittoresca "città dei sassi" (40' dal rifugio). Dopo un tratto in traversata, si affronta una salita piuttosto ripida, prima su terreno erboso e poi su ghiaione misto a rocce che conduce ad un magnifico poggio erboso (2.850 m - 1h dal rifugio). Da qui si vede nella sua completezza il vasto ghiacciaio di Gliairetta, sormontato dalla Grande Sassiere, regina delle Alpi Graie Meridionali. Si vede anche in lontananza la Becca della Traversiere e si intuisce (ma non si vede) il colle nostra meta. Da qui in poi, fino alla salita finale, il sentiero procede quasi alla stessa quota, con vari saliscendi, in un ambiente lunare. Basta però spostare l'occhio verso destra per incontrare un mare bianco e dominare dall'alto un ghiacciaio davvero vasto. Dopo aver superato alcuni laghetti ed essere transitati vicinissimi al ghiacciaio si arriva finalmente sotto l'ultima ripida salita su ghiaione che conduce al colle (3.081m) da cui si gode uno spettacolare panorama. Ritorno al rifugio per la stessa via.

Pranzo al sacco o al rifugio. Si prende poi il sentiero 12 in discesa fino a Surier e alle auto.

Programma meno impegnativo

Trek itinerante a stella con un solo punto di incontro con l'altro gruppo al Rifugio Bezzi.

Organizzazione auto separate fra i due gruppi.

Sabato 24: arrivo a Valgrisenche, partenza per l'escursione alla chiesetta e al lago glaciale di San Grato, di colore grigioverde, per la presenza di limo verde proveniente dal sovrastante ghiacciaio del Rutor. Percorso panoramico, alpeggi, cascatelle e vista sui ghiacciai.

Dislivello 470 m, lunghezza 10 km, durata 4h 30', pranzo al sacco, altitudine 2.462 m.

Cena e pernottamento a Bonne, costo indicativo per doppie, triple, ecc. 81€.

Di fronte all'albergo c'è un negozio di alimentari.

Domenica 25: dopo colazione partenza in auto per Fraz. Surier e da qui a piedi per il Rifugio Bezzi. Lungo il cammino si gode una magnifica vista sui ghiacciai.

Dislivello 560 m, lunghezza 6,30 km, durata 3h (solo andata), altitudine 2.284 m.

Saliremo con calma e faremo una sosta pranzo lungo il cammino. Arriveremo al rifugio nel pomeriggio. Qui ci raggiungerà l'altro gruppo per il pernottamento, così potremo cenare e passare la serata tutti insieme.

Lunedì 26: colazione, passeggiata nel grande pianoro antistante il rifugio Bezzi, da cui è visibile l'imponente cascata ai piedi del ghiacciaio di Gliairettaz.

Per chi vuole pranzo al rifugio, altrimenti al sacco.

Ritorno per il sentiero del giorno prima e in 1h 30' – 2h saremo a Surier, alle auto.

Breve visita al paese di Valgrisenche e, se avanza tempo, al museo dei "drappi". Quindi rientro a Genova.

Da venerdì 06 a lunedì 09 settembre – Turistica in Veneto

Marostica e la celebre partita a scacchi, ville e castelli, borghi e abbazie, la via del prosecco e della marca trevigiana.



La **partita a scacchi di Marostica** rievoca la sfida tra due cavalieri che si contesero, con questo incontro, la mano della principessa di cui entrambi erano innamorati. Tra storia e leggenda assisteremo alla disfida tra le due squadre, formate da figuranti in costume dell'epoca con cavalli, falconi, levrieri, che si svolge nella caratteristica piazza della cittadina chiusa da un lato dal Castello Inferiore.

Le mosse della partita sono scandite nell'antico dialetto, tra danze e sbandieratori.

Ma altre meraviglie ci aspettano in questi quattro giorni. **Villa Maser**, progettata dal Palladio e decorata dal Veronese; **Feltre**, una delle città murate più suggestive del Veneto, scrigno di tesori storico-artistici. E poi **Conegliano Veneto**, bella città fortificata, il **Castello di Susegana**, di impianto architettonico medioevale rimaneggiato nei secoli, danneggiato durante la prima guerra mondiale. Entrare nelle mura del castello e visitare il suo borgo, il palazzo in stile veneziano risalente al 1700 con splendide opere dei grandi maestri veneti dell'epoca, è come fare un viaggio nel tempo e nella bellezza. Ancora altri bellissimi borghi, cantine, palazzi e musei...ci aspettano. **Programma dettagliato in segreteria**

Sabato 14 e domenica 15 settembre – Trek in Val Sesia: Val d'Otro e Val Vogna

Sabato 14: Facile passeggiata adatta a tutti nel cuore della Val d'Otro, valle laterale della Valsesia, che permette di visitare molti dei suoi caratteristici villaggi e alpeggi.

Il percorso inizia presso la caserma dei Carabinieri di Alagna. Passato il ponte sul Rio Fuar ci dirigiamo verso la frazione Resiga dove una breve deviazione ci porta verso l'Oratorio di Sant'Antonio da Padova. Affrontiamo una salita a gradoni e raggiungiamo il punto

panoramico denominato “Allo Specchio” da dove si può ammirare Alagna dall’alto. Continuiamo a salire fino a giungere ad una fontana di pietra. Proseguiamo quasi in piano seguendo la sterrata che si inoltra nel vallone costeggiando il torrente Otro.

Tocchiamo in successione l’Alpe Gender, l’Alpe Farinetti e, superato il torrente Otro su un ponticello di legno, arriviamo alle baite di Scarpia, delizioso villaggio con le sue bellissime case Walser. Dopo aver superato l’abitato di Dorf scendiamo in direzione Follu dove è possibile rifocillarsi con una fantastica polenta e salsiccia al **rifugio Zar Senni**.

Visitata anche la vicina Chiesetta della Madonna della Neve, simbolo di questa splendida valle, iniziamo a scendere lungo il classico sentiero n.3 che passa accanto ad alcune cappellette e al famoso “Sasso della Mano della Madonna” sul quale una credenza vuole che la Madonna abbia appoggiato la mano, e chi lo farà a sua volta riceverà il Suo aiuto per tutto il giorno. Giunti alla fontana di pietra proseguiamo sull’itinerario di salita fino a raggiungere una cappelletta di fronte alla quale si stacca il sentiero, che sale dalla frazione Resiga, seguito al mattino, tornando così al parcheggio.

Domenica 15: Un percorso adatto a tutti, che si snoda attraverso le frazioni Alte della Val Vogna, valle laterale della Valsesia, tra verdi pascoli e antichi insediamenti Walser. Fa parte di una serie di itinerari, realizzati dal CAI di Varallo Sesia, che uniscono trekking e cultura.

Si parte da **Ca di Janzo**, piccola frazione di Riva Valdobbia, situata a 1.350 m.

Imbocchiamo il sentiero n.10 e ci inoltriamo nel bel bosco di faggi ed abeti fino ad arrivare ai prati sottostanti a **Selveglio** (1535 m). Inoltrandoci tra le case incontriamo la secentesca cappella di Sant’Antonio, la cappella ad edicola della Madonna del Carmine con il tetto a piode e il campanile di fine ‘700 e una bella fontana in larice, ancora in uso. All’uscita del paese troviamo invece la chiesetta di San Defendente, eretta dai valligiani sfuggiti alla peste del 1630, interessante per le tre meridiane d’inizio 1800, opera di G. Carestia.

Continuiamo a percorrere il sentiero leggermente ondulato, che offre ampi scorci panoramici sulla valle sottostante e dopo aver attraversato il Rio Janzo e il Rio Oro, arriviamo ai pascoli alle spalle di **Oro** (1500 m). Del borgo originale rimangono solo otto case scampate ad un terribile incendio che lo devastò nel 1913. Il forno del pane, la fontana con le due vasche in larice ed il tetto di piode e l’oratorio dedicato a San Lorenzo sono ancora ben conservate. Lasciato Oro, il sentiero scende leggermente, attraversa il Rio Sasso per poi risalire in un bel bosco di abeti, fino a giungere all’abitato di **Ca’ Vescovo** (1466 m), e quindi alla frazione di **Rabernardo** (1453 m), composta da 15 case, una cappella dedicata alla Madonna della neve, tre forni per il pane e tre fontane, tutto in buono stato di conservazione. Qui si trova il Museo Etnografico visitabile nei fine settimana di luglio e agosto.

Il nostro itinerario ora prosegue tra boschi di frassini e dolci prati verso **Canbiaveto** (1507m), dove sono rimaste solo due case, e **Piane**, frazione costituita da due nuclei distinti di case, Piane di Sopra (1511m) e Piane di Sotto (1480m) abitata tutto l’anno da 8 persone. Qui è possibile osservare il paravalanghe in pietrame posto a difesa delle abitazioni, risalente al 1500. Scendiamo infine su comoda mulattiera a **Peccia** (1449 m), l’ultima frazione della valle, che più volte è stata devastata dalle valanghe. All’inizio dell’abitato troviamo sulla destra una bella fontana e sulla sinistra una tipica baita con il loggiato carico di vasi di fiori. Si continua a salire fino alla Chiesa di San Grato, con un alto campanile, dove termina il nostro percorso.

Il ritorno si svolge attraverso le frazioni "basse", percorrendo la sterrata che porta a **Sant'Antonio** (1380 m) e poi un tratto asfaltato che attraversa Cà Verno, Cà Morca e Cà Piacentino fino a giungere a Cà di Janzo.

Sabato 28 e domenica 29 settembre – Trek in Valle Maira

Sabato 28: da San Martino Inferiore (frazione di Stroppa) con piacevole percorso si giunge a San Michele Inferiore, pittoresca borgata (da visitare) affacciata sulla valle. Da qui, seguendo la traccia della GTA e dei Percorsi Occitani si arriva al Colle Bettone e al Colle di San Giovanni dove si trova la caratteristica chiesetta rotonda.

Con un breve percorso si scende dapprima ad un punto panoramico e poi alla “**Fremo Cuncunà**”, famosa roccia protesa nel vuoto (dove TUTTI ci faremo fotografare) che, osservata a distanza, ha l'aspetto di una donna accovacciata (in occitano Fremo Cuncunà significa, appunto, donna accovacciata).

Tornati alle auto raggiungeremo Elva, dove si trova la locanda occitana nella quale alloggeremo e dove potremo vistare la bellissima chiesa che custodisce il magnifico affresco della Crocifissione del maestro Hans Clemer e anche il Museo dei Pels o Caviè, i famosi mercanti di capelli di Elva.

Domenica 29: dal Colle della Bicocca al **Monte Chersogno** (3.023 m): dal parcheggio del colle si superano le Rocche del Pelvo, si oltrepassa la fonte Matè e si raggiunge il contrafforte della Rocca dell'Asino (spettacolare vista sul Chersogno). Proseguendo a sinistra si arriva alla fonte Nera e poi al Bivacco Bonfante.

Si procede verso sud est sul Piano del Vallone fino a raggiungere la morena laterale dell'antico ghiacciaio del Chersogno che si risale fino alla vetta da dove lo sguardo può spaziare dal vicino monte Pelvo a Rocca La Marchisa, al Monviso e su molta parte della valle.

In alternativa sarà possibile effettuare una **gita meno impegnativa** dal Colle della Bicocca al Colle di Sampeyre (2.285 m) e ritorno per la stessa via. Escursione molto panoramica sulle valli e sulla catena del Monviso.

Domenica 06 ottobre – Anello di Rocca Grimalda

Facile escursione sulle colline dell'Alto Monferrato e Basso Piemonte, nell'Ovadese.



Saremo immersi nei colori autunnali della natura e lungo i sentieri potremo ammirare le dolci colline circostanti, i borghi, i castelli e, con cielo sereno, anche le nostre Alpi.

Nel pomeriggio visita guidata di Rocca Grimalda. Il castello, posto su uno sperone roccioso con magnifico panorama sulla valle dell'Orba, si è sviluppato nei secoli intorno alla maestosa torre circolare, a cinque piani, che risale alla fine del XII secolo, sotto

la signoria dei Malaspina. Da fortezza difensiva, dopo un alternarsi di proprietari, il castello venne trasformato in residenza nobiliare nel XVIII secolo dalla famiglia Grimaldi di Genova che ne predispose anche un importante ampliamento. Il parco, recentemente

restaurato, risale alla metà del '700 ed è stato inserito nell'elenco dei giardini storici del Piemonte.

La visita guidata, curata dalle attuali proprietarie, comprende il salone, gli adiacenti salotti, la cappella, le cantine e il curatissimo giardino.

Saremo accompagnati anche da Bruna, una cara amica del CAI di Ovada.

Domenica 13 ottobre – Valle Maira: il “Sentiero dei Bottai”

Macra e Celle Macra sono terre di gente laboriosa. Il percorso tocca le diverse borgate dei comuni sopracitati che ospitavano le famiglie e le botteghe di questi abili artigiani bottai.

Lasciata l'auto alla **borgata Combe**, sul lato sinistro della chiesa parte il sentiero che in pochi minuti di cammino raggiunge la **borgata Sagna**, dove è visibile un pregevole affresco sulla testata di una casa. Da qui si snoda una successione di piccole e medie borgate: Chiatignano, Serremorello, Colletto, Maurengo e Aramola, Palent,... ognuna con una sua particolarità, dalla presenza di vigneti per la produzione di un vinello leggero, la *pichetta*, all'esposizione di alcuni manufatti degli artigiani bottai, alla posizione panoramica e soleggiata, ai begli agglomerati in pietra ristrutturati, alla presenza di antichi forni comunitari per la cottura del pane e altre testimonianze di vita contadina. Scenderemo fino al greto del torrente per ammirare una bella cascatella e termineremo l'anello risalendo alla borgata Combe.

Sabato 19 ottobre – Fiera del Marrone a Cuneo

Nel centro storico di Cuneo (Via Roma, Piazza Duccio Galimberti,...) si svolge la Fiera Nazionale del Marrone, una delle più importanti rassegne enogastronomiche d'Italia. Il centro si riempie di profumi, sapori, e colori. Si potranno gustare ed apprezzare i migliori prodotti gastronomici certificati, (dalle caldarroste ai dolci, dai vini alle marmellate) e conoscere l'artigianato di eccellenza oltre che scoprire da vicino il castagno da frutto e da legna. Potremo inoltre visitare i monumenti più importanti del capoluogo della Granda: la Torre Civica (da cui si gode di uno splendido panorama sulla città), il Duomo e il complesso di San Francesco. E poi i caratteristici portici e le antiche pasticcerie...

Domenica 22 dicembre – Il presepio vivente di Roccavignale (Millesimo)

È un Presepe itinerante, che dal 1982 riempie le sere del 22, 23 e 24 dicembre con personaggi, luci, colori, musiche e suoni. Un serpentone di gente che percorre i vicoli coperti della borgata Strada attraversando diverse scene teatrali alla luce delle torce a vento.

La sacra rappresentazione inizierà alle 21.30, ma il borgo sarà aperto un paio d'ore prima, alle 19.30, con botteghe artigiane, antichi mestieri, degustazione di prodotti locali e spettacoli vari.

Tra i gruppi di intrattenimento che animeranno il borgo ci saranno: gli zampognari, gli sputafuoco, un fachiro, una danzatrice del ventre, i figuranti storici, gli attori del Teatro Cantiere di Piana Crixia, diversi artigiani dediti alla dimostrazione di antichi mestieri. Dalle 19.30 saranno attive anche le bancarelle dove si potranno acquistare cibi e bevande. Ampia la scelta con polenta, ravioli, cotiche e fagioli, panini con salsiccia, fazzini, farinata, pane fritto, focaccia semplice e farcita, caldarroste, torte, cortecce dolci, vin brulè, cioccolata calda. Attenzione, però: nel borgo non sono accettati gli euro; bisogna rivolgersi ai banchi degli usurai per cambiarli con i talenti, l'unica moneta accettata nell'area del Presepe.

QUOTE SOCIALI

Le quote sociali per l'anno 2023-24 sono le seguenti:

- Socio Ordinario **35,00 €**
- Socio Junior (sino a 12 anni) **esente**
- Socio Cadetto (da 12 a 18 anni) **21,00 € (60% quota ordinaria)**
- Socio Sostenitore **>35,00 €**

Si può versare la quota associativa per l'anno 2023-2024 di persona in Sede nei giorni di apertura oppure utilizzando il c/c bancario di cui si fornisce di seguito l'IBAN:

IT37U0538701410000047028724
Banca BPER - Ag.12 Via Buozzi 57-58r

ASSICURAZIONE

Per partecipare alle attività del Gruppo è necessaria un'assicurazione per ciascun Socio, **da versare contestualmente al versamento della quota sociale.**

Le quote assicurative annuali vigenti per l'anno 2023-24 sono le seguenti:

- Assicurazione Allianz: **7,00 €** per i soci entro i 75 anni
- Assicurazione ITAS (FIE) **19,00 €** opzionale per i soci entro 75 anni
obbligatoria per i soci fra 75 e 85 anni e per i tesserati FIE

Per i soci "over 85" e fino a 90 anni sarà attivabile la seguente assicurazione temporanea:

- Assicurazione online OUTDOOR SMART **4,00€/die**
dedicata a chi pratica attività sportive a livello dilettantistico (escursionismo) **2,00€/die** dal 4° giorno in poi

Riassumendo (quota sociale + Assicurazione):

SOCI under 75 anni	$35 + 7 =$ 42 €
SOCI fra 75 e 85 anni e tesserati FIE	$35 + 19 =$ 54 €
SOCI over 85 anni	35 € + assicurazione "Smart" giornaliera
NUOVI SOCI:	importi come sopra +3 € di tessera

Si ricorda che il rinnovo delle tessere sociali va effettuato **entro fine febbraio** di ogni anno. **Chi è assicurato FIE deve rinnovare entro il 31 dicembre.**

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

Informazioni e chiarimenti in Sede il giovedì dalle 17.00 alle 19.00 (010 252250)



16.06.2024 Alle pendici del monte Lavagnola



18.02.2024 Castelvechio di Rocca Barbena